

Deutschland 6.50 €
Österreich 6.50 €
Schweiz 8.20 CHF

Bucketlist

Bucketlist



fill your life with adventures



QUÉBEC

La Belle Province

MONGOLEI

Einmal Gobi & zurück

ARUBA

Pretty in Pink

OREGON

Kissenschlacht

ALLGÄU

Waldbaden



KOMBÜSE

POTTKIEKER, KOCHLÖFFEL, ZIMT & ZUCKER

000448108028

Burgenland, Schweiz, Iran

ZHR

Farm-to-table

Laucala Island, Fidschi

Enten, Hühner, Wachteln, Truthähne, Schafe, Ziegen und Schweine leben auf der Laucala Farm – artgerecht und ökologisch korrekt. Zudem grasen insgesamt 45 Rinder auf dem Eiland, darunter 13 japanische Wagyu-Rinder, die seltensten und teuersten Rinder der Welt. Gourmet-Gaumen können daher gleich zum Frühstück frisches Wagyu-Tartar mit Blick auf den türkisfarbenen Pazifik geniessen. Dazu gibt es Obst und Gemüse aus dem Garten, von unterschiedlichsten Kartoffelsorten über Brotfrucht bis hin zu Stachelanonen. Auch für die Region eher untypische Pflanzen wie Tomaten und Paprika werden hier in drei Gewächshäusern gezogen. Der Kräutergarten liefert die passenden Gewürze,

was die Auswahl an frischen Zutaten vervollständigt. Aus Kokosnüssen werden Öl, Milch und Wasser gewonnen, was sowohl für das Kochen als auch für die Getränke verwendet wird. In 18 auf der Insel verteilten Bienenstöcken entsteht zudem ökologischer Südseehonig. Von aussergewöhnlichen Kochkünsten bis hin zu traditionellen Gerichten der Südsee geniessen Foodies auf Laucala Island Frische pur.

www.laucala.com



Schlankmacher frisch gepresst

Phuket, Thailand

Direkt von der Plantage, frisch geerntet und sofort gepresst: Im Fünf-Sterne-Resort The Nai Harn auf Phuket starten Gäste bereits zum Frühstück mit dem süsslich-herb schmeckenden Zuckerrohrsaft gesund in den neuen Urlaubstag. Warum gerade Zuckerrohrsaft? Das ballaststoffhaltige Elixier ist gesund, liefert Energie, verhindert Entzündungen im Körper und regt zudem den Stoffwechsel an. Ernährungsexperten sind ausserdem der Meinung, dass er Heisshungerattacken vorbeugt und in der richtigen Dosierung als Schlankmacher fungiert. Der Zuckerrohrsaft im The Nai Harn stammt direkt von der Plantage des Mitarbeiters Khun Yuut. Hier werden die Zuckerrohrstangen frisch geschlagen und dann sofort in der Gourmetküche des Resorts für das Frühstück im Cosmo-Restaurant gepresst.

www.thenaiharn.com