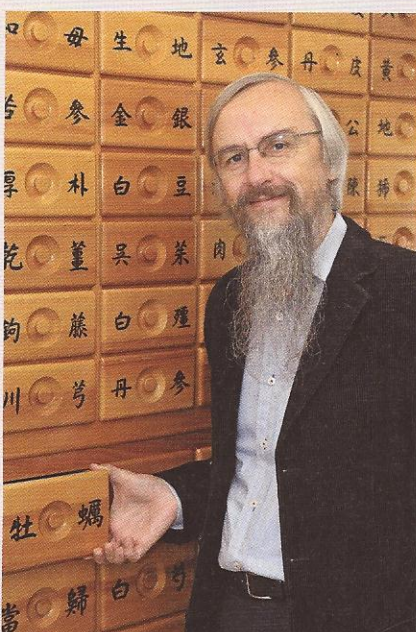


Mit Genuss gesund werden

Integration chinesischer Heilpflanzen in den Speiseplan einer Klinik

»Auch wenn es in der Klinik unter gesundheitlichen Aspekten zu bewerten ist, soll das Essen in erster Linie gut aussehen und gut schmecken«, so beschreibt Chefarzt und Klinik-Gründer Dr. med. Fritz Friedl das Konzept der Silima-Küche. In der Klinik, die Innere und Chinesische Medizin integriert, ist die Ernährung ein wesentlicher Bestandteil im Therapieplan der Patienten.

Küchenchef Peter Asch hat sein Handwerk in Sterne-Restaurants gelernt (u.a. bei Eckart Witzigmann) und in Zusammenarbeit mit dem chinesischen Heilpflanzen-Experten Prof. Peng Mingquan aus Sichuan mehr als 100 Rezepte entwickelt. Im Rahmen eines Forschungsabkommens standen Peng und Asch zwei Monate zusammen in der Silima-Küche und haben Traditionen, Fertigkeiten und Rezepturen ausgetauscht.



Chefarzt Dr. Fritz Friedl vor der Apotheke.

► Aktivierung der Wirkung durch Zubereitungsart

Nicht alle Heilpflanzen sind zum Essen geeignet, daher wird die Heilwirkung mit speziellen Verfahren auf Saucen und Fonds übertragen, mittels verschiedener Dämpf-techniken wird die Wirkung aktiviert. Peter Asch unterscheidet dabei zwei Gruppen von Heilpflanzen: Jene, die zur allgemeinen Gesundheitspflege für alle Patienten eingesetzt werden und jene, die eine individuelle medizinische Wirkung haben. Entscheidend dabei ist, das Zusammenspiel der einzelnen Pflanzen zu beachten. »Die Kombination von Spargelwurzel und roter Dattel zum Beispiel ist ideal für Patienten, die gerade eine Operation überstanden haben. Spargelwurzel wirkt entwässernd und ausleitend, rote Dattel reinigt das Blut«, so Asch. Die Heilwirkung geht dabei keineswegs zu Lasten des Geschmacks – vielmehr gelingt es, Diätessen auf Gourmet-Niveau herzustellen.

► Vermehrt aus eigenem Anbau

Die verwendeten Heilpflanzen stammen zum Großteil aus chinesischem Anbau, die bei der Einfuhr regelmäßig Rückstandsanalysen hinsichtlich Schwermetall- und Pestizidbelastung unterzogen werden, vermehrt jedoch auch aus eigenem Anbau. Der klinik-eigene Kräutergarten, in dem derzeit neun verschiedene chinesische Heilpflanzen angebaut werden, ist Teil des »Anbauprojekts chinesischer Heilkräuter in Bayern«. In diesem interdisziplinären, von der Bayerischen Staatsregierung geförderten Projekt, wird der Anbau ausgewählter chinesischer Heilpflanzen systematisch erforscht.



Küchenchef Peter Asch integriert die chinesische Diätetik.

Die Silima-Küche schmeckt nicht typisch chinesisch, vielmehr verwendet sie einheimische Lebensmittel, integriert asiatische Kochtechniken und nimmt Rücksicht auf westliche Ernährungsgewohnheiten. Bei der Auswahl der Zutaten steht der regionale und saisonale Aspekt im Vordergrund. Alles wird täglich frisch und vor allem mit Freude zubereitet. »Aktiv am Genesungsprozess der Patienten teilzuhaben, das ist für mich ein Stück Lebensqualität«, so Peter Asch.

Für alle, die auch außerhalb der Klinik in den Genuss der Silima-Küche kommen möchten, wurde der »Gao Tang« entwickelt, ein Fond, der über die Website der Klinik bestellt werden kann. Dieser wird als Grundstoff zur Herstellung von Suppen und Saucen verwendet und aus frischen Lebensmitteln in einem 30-stündigen Kochprozess hergestellt.



© Schwarz

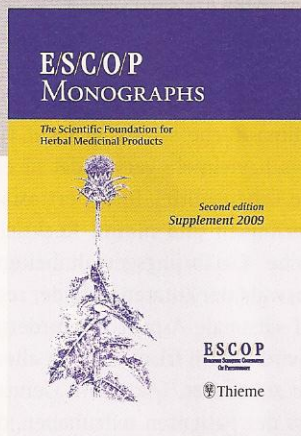
Farbenfroh, vitaminreich und voller Überraschungen: Die Silima-Küche unterstützt den Therapieprozess.

> Hintergrund

Die 2003 von Dr. Fritz Friedl gegründete Klinik Silima verbindet mit ihrem integrativen Konzept Chinesische Medizin mit westlicher Schulmedizin und wird von einem interdisziplinären Ärzte- und Therapeutenteam getragen. Dr. Friedl (Allgemeinmediziner, Pionier der TCM und Autor) behandelt in seiner Klinik Patienten mit unterschiedlichen Krankheitsbildern. Er überträgt chinesisches Denken in unsere Zeit und in eine uns verständliche Denkweise, die er in seinen Vorträgen sowie in seinem Buch »Das Gesetz der Balance – Chinesisches Gesundheitswissen für ein langes Leben« (Verlag Gräfe und Unzer) vermittelt.

Klinik Silima
Gut Spreng
83083 Riedering
www.klinik-silima.de

Anzeige



2010/250 pp./hardcover/
ISBN 978-3-13-149981-3/€69.95

HERBAL MEDICINE MONOGRAPHS

ESCOP Monographs Second edition Supplement 2009

The 2009 Supplement to the ESCOP Monographs published in 2003 adds 27 new to the 80 monographs of the 2003 monographs, and updates another 8 of the 2003 monographs. As before there are extensive references to scientific literature and over 1800 new citations appear in the book.

This book has unique authority. It is the best consensus view of the science from a large team of European experts. It really is The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products!

Easy ways to order:
Visit our website and order online at www.thieme.com

 **Thieme**

@ E-mail
customerservice@thieme.de

FAX Fax
+49-711-8931-410

Telephone
+49-711-8931-421