



### zutaten für 4 Personen

4 Hühnerbrüste mit Haut	200 Gramm Schnittsalat (oder ähnlich kleine Blattsalate)	0,1 l Sahne
100 Gramm Kerbel	1 kl. Becher Joghurt	0,1 l Weißwein
100 Gramm Butter	1 Tl. Zitronenchutney	1 Ei
Je 1 Pfund grüner und weißer Spargel	250 Gramm Himbeeren	Semmelbrösel
200 Gramm Pilze (was der Markt hergibt)	20 Hornveilchenblüten	



# Kerbelhuhn

mit Göttinger Spargel und Schnittsalat  
in Himbeerjoghurt

**H**ühnerbrüste unter der Haut mit Kerbel füllen, Spargel schälen, in 3 cm große Stücke schneiden, Köpfe extra legen, aus den Schalen 0,1 l Fond herstellen, Pilze putzen und mundgerecht schneiden, Spargelstücke mit Mehl, Ei und Semmelbrösel panieren. Joghurt mit Zitronenchutney und 100 Gramm Himbeeren verrühren. Hühnerbrüste auf der Hautseite anbraten, Pilze und Spargelköpfe dazugeben, Hühnerbrüste drehen, mit Weißwein und Spargelfond angießen und 5

Minuten dünsten, Hühnerbrüste warmstellen, Sahne angießen und abbinden lassen. Panierten Spargel in Butter langsam knusprig braten. Spargel-Pilzragout in die Tellermitte geben, Hühnerbrust aufsetzen und mit dem gebratenen Spargel garnieren, Joghurtsauce drumherum geben, mit Schnittsalat und Himbeeren belegen und mit Joghurtdressing und Hornveilchen garnieren.

### zubereitung

# lecker

# Ihr **kontakt** zum Badeparadies und zur GoeSF:

## • Technische Probleme

in der Nutzung von Sportanlagen erreichen Sie uns täglich von 8.00 – 22.30 Uhr. Unsere Service-Nummer außerhalb der Dienstzeiten:  
**Tel. 0551 400-3151**

## • Öffnungszeiten und Preise

für das Badeparadies Eiswiese, Empfang  
**Tel. 0551 507090**

## • Fundsachen im

Badeparadies, Empfang  
**Tel. 0551 507090**

## • Belegung des Badeparadieses

mit Sportgruppen, Ulrich Wölm  
**Tel. 0551 50709-122**

## • Belegung von Sportstätten,

Marlis Buth  
**Tel. 0551 50709-144**

## • Sportkurse der

**GoeSF**, Jörg Bollensen  
**Tel. 0551 50709-143**

## impressum **freizeitarena** göttingens sport- und freizeitmagazin

### Herausgeber

Göttinger Sport und Freizeit GmbH  
Windausweg 60  
37073 Göttingen  
Tel. 0551 50709-0  
Fax 0551 50709-161  
magazin@goesf.de  
www.goesf.de

### Projektleitung & Produktion

Basta Werbeagentur GmbH  
Am Reinsgraben 3  
37085 Göttingen  
Tel. 0551 54766-0  
Fax 0551 54766-66  
freizeitarena@basta.de

### V.i.S.d.P.

Rudolf Schmitt

### Layout & Satz

K. Hunger

### Satz

Steffi Riemann

### Textredaktion

Manuel Meyer  
Thomas Schaefer  
(Gehirnjogging, Breiter Sportler)

### Bildredaktion & Fotografie

Mathias Müller

### Anzeigenleitung

Angelika Weidele,  
Tel. 0551 50709-164

### Druck

Sattler Media Press GmbH, Hornburg

### Vertrieb

Göttinger Tageblatt  
(Direktvertrieb an alle Göttinger Haushalte)

### Erscheinungstermin dieser Ausgabe

17.06.2011

### Redaktionsschluß für Heft 3/11

02.08.2011

### Anzeigenschluß für Heft 3/11

05.08.2011

### verteilte Auflage

85 000 Exemplare

### Erscheinungsweise

4x jährlich  
nächste Ausgabe: 28.08.2011

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Autors, nicht aber zwangsläufig auch die Meinung der Redaktion wieder.

Alle Beiträge sind urheberrechtlich geschützt, jegliche weitere Verwendung ist nur mit ausdrücklichem, schriftlichem Einverständnis der Autoren und unter Zahlung entsprechender Nutzungsentgelte erlaubt.

Nachdruck aller Beiträge (auch auszugsweise) nur mit schriftlicher Genehmigung.

lecker

29



Marcus Kranz

## Das Restaurant »Melange«

Wer beim Namen Melange an Kaffee denkt, liegt falsch. Gemeint ist vielmehr die Mischung unterschiedlicher Lebensmittel und Küchentechniken aus verschiedensten Ländern. Chefkoch Marcus Kranz verwöhnt im Melange seine Gäste mit außergewöhnlichen Gerichten, die sich auch in der Art des Essensrituals erfrischend und spannend von der üblichen Herangehensweise absetzen. Lassen sie sich überraschen. Grundphilosophie des Melange ist es, die regionalen und teilweise ökologisch angebauten perfekten Lebensmittel zusätzlich zeitgemäß um Produkte des »Global Market« mit der angebotenen frischen Vielfalt zu ergänzen und munter drauflos zu kochen!

Der Begriff »Fusion Food« soll diese Idee und den Namen »Melange« beschreiben.

Da im Melange ausschließlich frische Produkte verarbeitet werden und auf Geschmacksverstärker sowie Farb- und Konservierungsstoffe verzichtet wird, ist die Küche auch kurzfristig in der Lage auf Allergien und Unverträglichkeiten einzugehen und die Gerichte individuell anzupassen. Individueller Service, die Weinkarte sowie seit Dezember 2010 ein Stand mit Saucen, Fonds und Trüffelprodukten auf dem Göttinger Wochenmarkt runden das Konzept ab. Lassen Sie sich von saisonalen Menüs oder vom beliebten Überraschungsmenü für zwei Personen, welches vom Aperitif bis zum Dessert auf Sie zugeschnitten ist, à la carte oder auch außer Haus überzeugen. Oder finden Sie heraus, was es mit dem Likedeeler, einem Menü mit vielen Tellern, bei dem sich die Gäste selbst teilen was auf den Tisch des Hauses kommt, auf sich hat.

**Restaurant Melange**  
**Reinhäuser Landstraße 18**  
**37083 Göttingen**

**Tel. 0551 5173869**  
**Fax 0551 5173869**

**Öffnungszeiten:**  
**Montag: Ruhetag**  
**Dienstag – Sonntag: ab 18 Uhr**  
**(oder nach Absprache)**