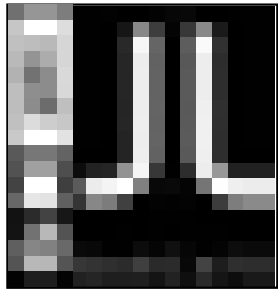


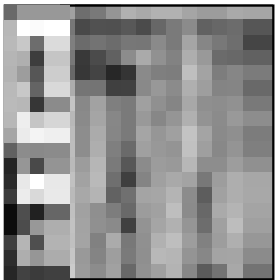
Fidel mit Vitaminen
(tf/rg) – Sie wollen den ku-
banischen Robinson auf
seiner von Haien umzingel-
ten Insel unterstützen und
gleichzeitig fidel mit Cubas
Vitaminen den Winter über-

stehen. Kein Problem, in den Drittwelt-Läden gibt es Oran-
gensaft aus Cuba zu kaufen. Obwohl man meint, Orangen-
saft stamme aus Spanien, so ist Tatsache, dass 90% aus
brasilianischen Plantagen kommt, mit den bekanntlich
skandalösen sozialen Bedingungen. Dass es den cubani-
schen OrangenpflückerInnen pekuniär nicht wesentlich
besser geht, liegt am Boykott gegen die Insel, nicht an der
Tatsache, dass die Früchte von einer Kooperative auf
staatlichem Gelände angebaut werden. Die sozialen Errun-
genschaften sind beachtlich, und von daher dürfte der et-
was bitterere Geschmack des Saftes nach anfänglicher Ir-
ritierung wohlwollend hingenommen werden. Daran ge-
wöhnt man sich, und die Tatsache, dass der Saft in Glas-
pfandflaschen angeboten wird, erhöht die Akzeptanz.
*Jus d'orange, Cuba Oxfam: erhältlich in den Dritte
Welt Läden.*



Sushi en baignade
(rw) - La longue odyssee de
Monsieur Hashimoto l'a
conduit, il y a quelques
mois, dans un nouveau
havre: Le restaurant "**Bar-
Café**", rue des Bains, ac-
cueille maintenant le spécialiste des sushis. Situé dans
l'enceinte de l'ancienne brasserie "Jacques", le nouveau
restaurant a gardé certains des éléments "seventies" en
bois foncé pour les marier à une décoration sobre, mais
élégante. Cependant, le service n'est pas fait pour appor-
ter une note de chaleur à cette atmosphère de restaurant
d'affaires. Et si la cuisine française et italienne - agréable
sans vous faire rêver - se présente en cuisine de brasse-
rie, cela ne vaut pas pour les prix: les plats de pâtes par
exemple sont vraiment exagérés. Même les fameux su-
shis semblaient plus succulents jadis. Un lieu à la mode
mais sans personnalité.

Bar-Café, 21, rue des Bains, tél: 26 20 11 40.



Fackel im Wind
(rg) - Die kleine Staudense-
rie schwelgt weiter in Corn-
wallscher Üppigkeit. Die
prächtige Staude **Kniphofia**
ist auch hierzulande be-
kannt, doch wohl eher unter

dem aussagekräftigen Namen **Fackellilie**. Die spektakulä-
ren Fackelträger gehören in der Tat zum Schönsten, was
ein Staudengarten aufzuweisen hat. Über 70 Arten dieser
südafrikanischen Pflanze gibt es, von Weiss über Gelb und
Orange bis zu kräftigem Rot. Nicht alle sind ausreichend
winterhart. Die Vorsicht gebietet, die ausufernden Stauden
für den Winter mit einer Mulchdecke zu schützen. Zusätz-
lich wird geraten, die langen Blätter ähnlich wie die des
Pampagrases zusammenzubinden, damit sich nicht zuviel
winterliche Nässe im Rhizom sammelt. Schnecken wer-
den von den Stielen angezogen. Um zu vermeiden, dass
die bis 120 cm hohen Blütenstile einknicken, ist Schne-
ckenschutz angesagt.
*Kniphofia: eingeschränkt winterharte Staude
("Fackellilie"), zu entdecken im Frühjahr bei
verschiedenen Gärtnern.*

SHARM EL SHEIKH

Zum Leben zu teuer



Sharm el Sheikh - die Bucht des Scheichs ist heute einer der
teuersten Flecken im Nahen Osten. (Fotos: Andrea Wurth)

**Vor 25 Jahren war
Sharm el Sheikh ein
weißer Fleck auf der
touristischen Landkarte.
Heute ist die Stadt an
der Südspitze des Sinai
die Topadresse unter
den Bade- und Tauch-
destinationen am Roten
Meer. Sie lockt Inves-
toren und Arbeits-
suchende und ist einer
der teuersten Flecken
im Nahen Osten.**

Andrea Wurth ist
Reise-Redakteurin beim
Baedeker-Verlag in Stuttgart.

nenkloster, Mohamed ist ihr Rei-
seleiter. Seit zwei Jahren macht
er diesen Job in Sharm el Sheikh,
als Angestellter bei einer großen
ägyptischen Agentur. Mehrmals
pro Woche begleitet er Gruppen
auf Tagesausflügen zum Kathari-
nenkloster oder in den Coloured
Canyon, zwei der beliebtesten
Ausflugsziele auf dem südlichen
Sinai.

Wenn alles nach Plan verläuft,
ist er abends gegen 17.00 oder
18.00 Uhr wieder in Sharm el
Sheikh. Feierabend? Noch nicht
ganz, denn zwischen 21.00 und
22.00 Uhr muss er noch einmal
ins Büro, wo die Arbeit für den
nächsten Tag vergeben wird: Aus-
flüge begleiten, Gäste am Flugha-
fen abholen, Gäste im Hotel be-
treuen. Wenn ihn dann die Müdig-
keit noch nicht eingeholt hat,
setzt er sich mit Kollegen auf eine
Wasserpfeife ins Beduinencafé in
Naama Bay, dem Touristendorf
von Sharm.

"Traumjobs" mit Sonne und Meer

Mohamed hat noch keine Frau.
Hätte er eine, so würde sie sicher
nicht in Sharm el Sheikh, sondern
vermutlich in Damanhur, in Kairo
oder Alexandria leben. Die mei-
sten, die hier arbeiten, lassen
Frau und Kinder in ihrer Heimat-
stadt, oft viele Busstunden von
Sharm el Sheikh entfernt. Alle
vier oder fünf Wochen gibt es ein
paar Tage Urlaub, die für eine
Fahrt nach Hause verwendet
werden. Eine Familie in Sharm el
Sheikh zu haben, ist ein Luxus,
den sich nur wenige leisten kön-
nen. Obwohl die Verdienste in
der Tourismusbranche für ägyp-
tische Verhältnisse sehr hoch
sind – als Lehrer im Staatsdienst
würde Mohamed nur einen klei-
nen Teil seines Reiseleiter-Gehal-

tes mit nach Hause nehmen – ,
sind sie immer noch zu niedrig
für das Leben in Ägyptens teuer-
ster Stadt.

Allein schon die Mieten ver-
schlingen Unsummen: Umgerech-
net etwa 50.000 LUF kostet die
Dreizimmerwohnung, in der Mo-
hamed zusammen mit zwei Kolle-
gen lebt, Einzimmerwohnungen
sind kaum unter 20.000 LUF zu
haben. Mit Klimaanlage in allen
Zimmern, Einbauküche und Sa-
telliten-Fernsehen ist diese Woh-
nung, die von Mohameds Arbeit-
geber bezahlt wird, zwar verhält-
nismäßig gut ausgestattet, das al-
lerdings rechtfertigt noch nicht
die hohe Miete. Leitungswasser,
auf der trockenen Halbinsel ein
extrem kostbares Gut, wird hier
vom Staat nicht subventioniert
und muss vom Verbraucher teu-
er bezahlt werden. In den Wohn-
vierteln von Sharm el Sheikh
wird es mehrmals im Monat in
Tankwagen angeliefert und fließt,
sofern man rechtzeitig bezahlt,
von den großen Wassertanks auf
dem Dach in die Hähne. Nicht
nur die Miet-, Strom- und Wasser-
preise, auch die Lebenshaltung-
kosten liegen in Sharm el Sheikh
weit über dem ägyptischen
Durchschnittsniveau. Ein Gang
durch den Supermarkt in East-
mar, Mohameds Wohnviertel, be-
stätigt dies. Hier gibt es zwar al-
les - von Dosen-Foul über fri-
sches Obst und Gemüse aller Art
bis zu italienischem Mozzarella
oder französischem Camembert
-, aber alles hat auch seinen ge-
salzenen Preis. Und der ist für al-
le gleich - egal ob Ägypter oder
Ausländer, ob Arbeitender oder
Tourist.

Tourismusbranche ist Männerdomäne

Wohnviertel wie Eastmar
schießen in Sharm el Sheikh aus
dem Boden wie neue Hotelanla-
gen, denn mit der steigenden
Touristenzahl wächst auch die
Zahl derer, die mit dem Touris-
mus ihre Brötchen verdienen. Je-
der, der in Sharm el Sheikh

Sharm el Sheikh – die Bucht des Scheichs

Sharm el Sheikh ist heute mit rund 40.000 Hotelbetten neben Hurghada die wichtigste ägyptische
Feriendestination am Roten Meer sowie Dreh- und Angelpunkt für den boomenden Sinaitourismus.
Dass die Wüstenhalbinsel zwischen Asien und Europa jahrzehntelang heiß umkämpfter Boden zwi-
schen Ägypten und Israel war, wird von der Tourismusindustrie natürlich nicht gern zum Thema ge-
macht. Zumal der Bade- oder Tauchurlauber kaum mit dieser historischen Begebenheit in Berührung
kommt. Allenfalls vielleicht dann, wenn er auf einer Fahrt ins weltberühmte Katharinenkloster die Mi-
litärstation der MFO, der Multinational Force Observers, passiert. Die 1982 eingerichtete, internationale
Militärpräsenz soll verhindern, dass es auf dem Sinai erneut zu israelisch-ägyptischen Zusammen-
stößen kommt. 1956 standen israelische Truppen bereits am Suezkanal. 1967, nachdem Ägypten die
Straße von Tiran für israelische Schiffe gesperrt hatte, besetzten sie innerhalb von sechs Tagen die ge-
samte Halbinsel - für Ägypten ein Trauma, das erst durch den Jom-Kippur-Krieg 1973 beendet schien.
Danach begannen die Verhandlungen um einen Rückzug der Israelis vom Sinai, der im Friedensvertrag
von 1979 festgeschrieben wurde. Erst zehn Jahre später, 1989, war es dann soweit: Mit dem Grenzort
Taba, nur wenige Kilometer südlich von Israels Urlaubsparadies Elat, wurde der letzte Flecken an Ägyp-
ten zurückgegeben. Das von Israel erbaute Taba Hilton durfte Ägypten seinem Nachbarn abkaufen. Die
Vorarbeiten für eine touristische Erschließung der Halbinsel hatte Israel bereits besorgt: Während der
Besatzungszeit wurde von israelischen Bautrupps eine Piste von Elat an die Südspitze des Sinai ange-
legt und dort Sharm el Sheikh gegründet. Zunächst kamen vor allem die Taucher und die Traveller in
den entlegenen Ort, später folgten auch die Badetouristen. Aus der "Bucht des Scheichs" sind mittler-
weile mehr als ein halbes Dutzend Buchten geworden. Das "alte" Zentrum von Sharm el Sheikh mit ei-
nem kleinen Basar, Restaurants, Telefonzentrale und anderen Einrichtungen, liegt auf einem Plateau
oberhalb der Küste. Die meisten Hotels, Restaurants und Ausgehmöglichkeiten sowie eine Strandpro-
menade zum Bummeln sind an der halbrunden Naama Bay versammelt, etwa zehn Kilometer nördlich
davon.

wohnt, ist hier, um zu arbeiten. Alte Menschen sieht man wenig, arabische Frauen ebenso. Die ägyptische Tourismusbranche ist eine Männerdomäne, genauer gesagt, eine Domäne junger Männer. Wer einige Jahre in dieser Branche gutes Geld verdient und gespart hat, kann in irgendeiner anderen Stadt eine Familie gründen, einen geregelteren Job annehmen oder ein Geschäft eröffnen. In Sharm el Sheikh zu bleiben, ist für die meisten nicht das Ziel - zumindest nicht für die ägyptischen Arbeitskräfte. Auch für die Mehrzahl der Ausländer, die man hier trifft, dürfte das wohl zutreffen. Mal schnell ein paar Wochen, eine Saison oder vielleicht auch zwei als Tauchlehrer arbeiten, aussteigen auf Zeit, und dann wieder ab nach Europa oder Amerika. Und dennoch: der Ausländeranteil in Sharm el Sheikh ist extrem hoch, und mittlerweile gibt es sogar bereits Kindergärten und internationale Schulen für den Nachwuchs derer, die mehr als nur einen Sommer lang hier blieben.

Vor acht, neun Jahren war von einer solchen Infrastruktur noch nichts in Sicht, erzählt Sarah aus Schweden, die zum Tauchurlaub auf den Sinai kam und sich in den Tauchlehrer verliebte. Die heute 31jährige packte in Schweden kurzerhand ihre Koffer und sie-



Jedes Jahr wächst der Ort ein Stück weiter die Küste aufwärts. Es kommen immer mehr Besucher aber auch Investoren und Arbeitssuchende nach Sharm el Sheikh.

delte nach Sharm el Sheikh über, wo sie seither selbst als Tauchlehrerin arbeitet. Ein Traumjob für sie, wenngleich der Arbeitstag in diesem Beruf weit entfernt ist vom Dolce-far-niente-Image, das der Branche gerne anhaftet. Zehn Stunden Arbeit an sieben oder acht Tagen die Woche für ein vergleichsweise mageres Entgelt -

da muss man schon sehr verliebt sein in Sonne, Meer und blauen Himmel. Viel Zeit bleibt nicht für Privatleben oder Freunde - in diesem Punkt geht es allen gleich, die im Tourismus arbeiten. Kontakte zu den ägyptischen Kollegen gibt es, Freundschaften auch. Doch obwohl viele Tür an Tür wohnen und der Umgang freund-

lich ist, bleiben die Welten letztlich verschiedene: Während die einen ihren Traum vom Leben unter ewigem Sonnenschein zu leben versuchen, träumen die anderen von einem anderen Leben in irgendeinem anderen Ort in Ägypten, nur nicht in Sharm el Sheikh.

Andrea Wurth

GOURMET BÜCHER

Kulinarische Weisheiten

Ein Gang über die diesjährige Buchmesse in Frankfurt brachte es an den Tag: Kulinarische Bücher gibt es an allen Verlagsfronten. Hier eine kleine Auswahl an Gehirnfutter für Weihnachten.

(thor) - "Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß". Dieses Sprichwort könnte man heutzutage als vermeintliche Überlebensstrategie in Sachen Ernährung deuten. Aber mit zunehmendem wissenschaftlichen Fortschritt bleibt einem auch die letzte Wahrheit nicht erspart. Und diese Wahrheit gilt dann auch nur solange, bis einem irgendwelche Dioxinhühner/hähne und verrückte Kühe/Rinder den Appetit verderben.

Weniger dramatisch, dafür aber wesentlich lustiger ist der Skeptizismus, den Udo Pollmer und Suzanne Warmuth mit ihrem "Lexikon der populären Ernährungsirrtümer" verbreiten. Schadet Kaffee und Salz wirklich der Gesundheit? Ist Obst und Milch für alle gesund? Was hat das "Chateaubriand" auf der Speisekarte mit gleichnamigem Dichter zu tun? In kurzen Artikeln und mit der entsprechenden Literatur belegt, werden in dem Buch liebgewonnene Ernährungsweisheiten als Fehlinterpretationen und Halbwahrheiten entlarvt.

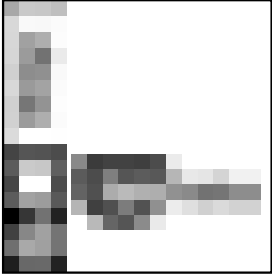
Ein ideales Geschenk für all jene, die lieber ihrem Appetit folgen als irgendwelchen Gesundheitspäpsten.

Hervé This-Benckhard ist Franzose und forscht am Collège de France in Paris über die Physik und Chemie des Kochens. In seinem Büchlein "Kulinarische Geheimnisse" gibt es 55 Rezepte mitsamt naturwissenschaftlicher Erklärung. Wer dachte, dass die Zubereitung eines Spiegeleis ein banales Ereignis sei, sollte sich unbedingt dieses Büchlein zulegen. Mit Erstaunen wird er die Bedeutung des Durchmessers der Pfanne, die unterschiedlichen Gerinnungstemperaturen der verschiedenen Proteine und die Wichtigkeit des richtigen Salzens

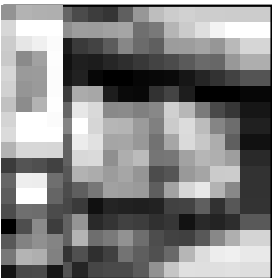
zur Kenntnis nehmen müssen. Für alle, die nicht nur köstliche Gerichte zubereiten, sondern auch wissen wollen, welche Rolle Aminosäuren, Zuckermoleküle und Proteine beim Kochen spielen, ist dieses Buch ein wahres Vergnügen.

Was tun beim Küchen-GAU, wenn die Suppe versalzen und die Eier angebrannt sind? Alles wegwerfen und von neuem anfangen? Glücklicherweise, wer in solchen Situationen zu dem Buch von Marina und John Bear greifen kann. In dem kleinen Ratgeber gibt es Tipps und Tricks zur Ersten Hilfe in der Küche und zur Vermeidung von kulinarischen Katastrophen. Wussten Sie, dass eine alte vertrocknete Zitrone wieder saftig wird, indem man sie kurz kocht oder in den Backofen schiebt? Oder dass Rosenkohl nicht auseinanderfällt, wenn man jedes Röschen vor dem Kochen mit einem scharfen Messer kreuzweise am Strunk einschneidet? Die wirklich guten und unbekannten Tipps sind allerdings die Ausnahmen, weshalb sich das Buch besonders an Küchenneulinge richtet. Nach all diesen Weisheiten dürfe es ein Leichtes sein, die kommenden Festessen geistig unbeschadet zu überstehen.

Udo Pollmer & Suzanne Warmuth: Lexikon der populären Ernährungsirrtümer, Eichborn Verlag, 361 Seiten, 968 LUF;
Hervé This-Benckhard: Kulinarische Geheimnisse, Piper Verlag, 333 Seiten, 349 LUF;
Marina & John Bear: Tips und Tricks bei Pech und Pannen in der Küche, Piper Verlag, 143 Seiten, 307 LUF 307.

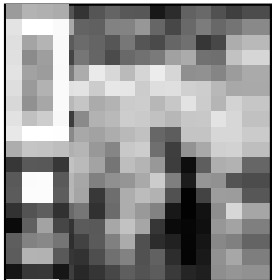


Neckermann's Hess (rg/ökotest) - Erfolg hat seinen Preis. Das Bad Homburger Naturtextil-Unternehmen **Hess Natur** ist auch hierzulande bei zahlreichen VersandkundInnen für seine gesunden, soliden und modischen Klamotten beliebt. Trotz guter Nischenpositionierung musste das Unternehmen kürzlich 80 Leute entlassen. Nun war Geschäftsführer Heinz Hess gezwungen, "eine strategische Partnerschaft" mit einem Giganten der Branche, dem Versandhaus Neckermann einzugehen, um das kleine Unternehmen zu retten. Ab 1. Januar 2001 übernimmt Neckermann 51% von Hess Natur. Allerdings soll die Trennung zwischen Mainstream und Naturschick gewahrt bleiben, wie die Sprecherin von Neckermann der Zeitschrift "Ökotest" gegenüber betonte. So sollen keine Hess-Kleider im Neckermann-Katalog angeboten werden und Hess-Natur wird autonom weiterarbeiten, mit den restlichen 170 Arbeitsplätzen.



Have a Party without BSE (rg) - Kalte Platte mit BSE-Roastbeef, Pest-Schinken, Nikotin-Geflügel, Hormon-Turkey: nee danke! Angesichts des offensichtlichen Bankrotts ungezügelter

Fleischfraßes zu Dumping-Preisen ist nun endgültig die Zeit zum Umdenken gekommen. Bei der weihnachtlichen Einkehr hilft das Festtagsangebot der einzigen biologisch gelabelten Metzgerei in Luxemburg, der **Bio-Metzlerei Oswald** in Lux-Belair. Natürlich sind die Preise hier stärker gesalzen als das Fleisch, doch bei naturnaher Viehzucht ist das halt unumgänglich. Neben dem normalen Metzgerei-Angebot fährt Oswald auch einen reichhaltigen Party-Service, bei dem selbst die VegetarierInnen mit speziellen Gerichten auf ihre Kosten kommen. Für die Feiertage gibt's allerlei Leckerer, Spezialpräparationen für Liederliche inklusive. Was den "foie gras" angeht, so möge man doch mal nachfragen, was es mit der Natürlichkeit auf sich hat. *Bio-Metzlerei Oswald: 137, av. Gaston Diderich L-1420 Luxembourg (Tel/Fax: 446545)*



Au bonheur de la dame (rg) - Vins de femmes? Pour cette réserve du Mas, c'est le cas de le dire. En fait, **Mas de la dame** devrait être mis au pluriel, puisque ce sont les dames Poniatowski et

Missoff qui sont les propriétaires de ce domaine jadis peint par van Gogh. Si les vins n'ont pas le label bio, il n'en reste pas moins qu'ils sont cultivés sans produits de synthèse. La "Réserve du Mas", rouge 1996, AOC Les Baux de Provence, est un cru traditionnel à base des cépages Grenache, Cabernet Sauvignon et Syrah. Vin de garde, ce 1996 est très agréable à boire - et devra être bu d'ici deux ans. Il est rond et profond, mais manque un peu de complexité. Toutefois, il est très élégant et réjouira les amateurs des riches vins méditerranéens. Depuis 1997, Jean-Luc Colombo est oenologue-conseil au domaine: vins à suivre de très près donc. *Mas de la dame: Anne Poniatowski, Caroline Missoff, F-13520 Les Baux de Provence. Tél.: (0033)-4-90543224, www.masdeladame.com.*

