



Sarah Wiener: Unternehmerin und TV-Köchin

TV-Koch im Mai May

„FÜR EIN GUTES ESSEN DARF MIR NICHT EINMAL DIE OFENTÜR IM WEG STEHEN.“

SLIDE & HIDE® – DIE ERSTE VOLLVERSENBARE BACKOFENTÜR. Ein leichter Zug am Griff genügt, und die Tür öffnet sich, um dann sanft in ein Fach unter dem Ofen zu gleiten. Wenn Sie nachhaltige Technik für die perfekte Küche zu Hause nutzen möchten, klicken Sie einfach auf: www.neff.de



Sarah Wiener

Rezept für Bildung:
50 Cent pro Aktionsgericht für Afrika



Herzlich willkommen

Sehr geehrte Kunden, liebe Gäste!

Jahresaktionen in unseren Bordrestaurants haben mittlerweile Tradition. Das Jahr 2010 steht unter dem Motto „TV-Köche tischen auf“. Im monatlichen Wechsel kreieren elf bekannte TV-Köche jeweils drei Gerichte für unser Speisenangebot. Das Besondere an der Aktion: **50 Cent pro verkauftem Aktionsgericht** spenden die Bahn und die Rezeptgeber an die 2008 von Jahrhundertkoch Eckart Witzigmann und Delikatessengroßhändler Ralf Bos gegründete Initiative „Spitzenköche für Afrika“. Ziel ist es, auf kulinarischem Weg Geld für den Bau von Schulen in Äthiopien zugunsten der Karlheinz Böhm Stiftung Menschen für Menschen zu sammeln.

Die Deutsche Bahn engagiert sich seit langem für die Aus- und Weiterbildung junger Menschen. Gesellschaftspolitische Verantwortung endet für uns nicht an einer Grenze. Nur wenn wir Kindern eine Bildungschance geben, schaffen wir die Voraussetzungen für ein eigenständiges und unabhängiges Leben. In Deutschland wie in Afrika.

Wenn Sie die Stiftung zusätzlich unterstützen wollen, dann können Sie für Ihre Spende auch folgendes Sonderkonto nutzen:

Menschen für Menschen
Stichwort: DB für Afrika
Stadtsparkasse München
Konto-Nr.: 88 00 88
BLZ: 701 500 00

Herzlichst

Robert Etmans

Mitglied des Vorstands der DB Fernverkehr AG



Unser Platzangebot im Bordrestaurant ist naturgemäß begrenzt. Daher bitten wir Sie die Plätze den Mitreisenden zu überlassen, die eine Mahlzeit einnehmen möchten.

Um unseren Gästen eine entspannte Atmosphäre zu gewährleisten, verzichten Sie bitte auf die Benutzung Ihres Laptops sowie des Handys im Bordrestaurant.

TV-Köche tischen auf!

Aktuell im Mai:

Sarah Wiener – Unternehmerin mit Kochtalent und Charme

Sie ist zwar keine gelernte Köchin, trotzdem beeinflusst die charmante Autodidaktin Deutschlands Kochgewohnheiten mehr als die meisten anderen Köche hierzulande. Denn Sarah Wiener ist nicht nur bekannt als unorthodoxe Fernsehköchin mit Sendungen im ZDF und bei ARTE, sondern steht auch ihrem gleichnamigen Berliner Unternehmen vor, das mit mittlerweile drei Restaurants, wie „Das Speisezimmer“ in Berlin Mitte, und einem etablierten Catering in der Hauptstadt für Esskultur sorgt. Sarah Wiener gilt als überzeugte Botschafterin gesunder Ernährung. Die Rezepte der gebürtigen Wienerin sind mal modern österreichisch, mal traditionell, mal mediterran inspiriert.

Die Biografie der Wahlberlinerin ist alles andere als gewöhnlich: Bevor sie die blendende Geschäftsidee des mobilen Filmcaterings hatte, jobbte sie sich quer durch Europa. Sarah Wieners Trucks gepflegten schon internationale Stars wie Mario Adorf oder Bruce Springsteen. So überrascht es nicht, dass sie auch selbst vor der Kamera landete: Zunächst in der ARD Doku-Soap „Abenteuer 1900 – Leben im Gutshaus“, dann bei der ZDF-Sendung „Lanz kocht“ und schließlich als ARTE-Vorzeigeköchin. Hier bekam sie gleich eine eigene Kochsendung „Die kulinarischen Abenteuer der Sarah Wiener“, die ab 19.04. wieder mit einer grenzüberschreitenden Reise durch die Alpen auf ARTE zu sehen ist.

Sarah Wiener engagiert sich für gesunde Ernährung – und für Kinder: Die Sarah Wiener Stiftung setzt sich „Für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“ ein, und die unkonventionelle TV-Köchin freut sich, nun mit „Spitzenköche für Afrika“ äthiopischen Kindern helfen zu können.



Unter dem Motto „Spitzenköche für Afrika“ ercochten Gastronomen in einer ersten Aktion über 250.000 Euro für den Bau einer Grundschule in Äthiopien. Die Initiative wurde von Delikatessengroßhändler Ralf Bos und Jahrhundertkoch Eckart Witzigmann im Rahmen einer Wette mit dem Schauspieler Karlheinz Böhm ins Leben gerufen. Das großangelegte Projekt wurde ein voller Erfolg, so dass es nach der Wette fortgeführt wird: „Spitzenköche für Afrika“ verfolgt zusammen mit der Böhm-Stiftung „Menschen für Menschen“ das Ziel, bis 2015 hunderttausenden Kindern eine Schulausbildung zu ermöglichen. Nach dem Motto „Jeder Euro zählt“ beteiligen sich auch weiterhin kleine und große Gastronomen mit unzähligen Events, die der Stiftung zugutekommen. Heute betreiben Karlheinz Böhm und seine Frau Almaz mit „Menschen für Menschen“ in neun Regionen Äthiopiens integrierte ländliche Entwicklungsprojekte, um nachhaltige Veränderungen zu bewirken: Brunnenbau, neue Schulen, der Ausbau des Gesundheitswesens und der Infrastruktur, agro-ökologische Projekte, Aufklärungs- und Ausbildungsprogramme. Die verschiedenen Maßnahmen werden gemeinsam mit der lokalen Bevölkerung entwickelt und umgesetzt; sie greifen ineinander, da ein ganzheitlicher Ansatz verfolgt wird. Mit dem Bau von Grundschulen etwa wird äthiopischen Kindern eine Chance auf Bildung und der Start für ein besseres Leben gegeben – eine Hilfe zur Selbsthilfe.

Weitere Informationen unter:

www.skfa2010.de oder www.menschenfuermenschen.de

Monatsgerichte

This month's specials

Frühlingssüppchen

„Quer durch den Garten“

Aus dem Gemüsegarten das Beste ist bei dieser leichten Frühlingssuppe vereint: Möhren, Kohlrabi und Spargel, Lauch, Erbsen, Zuckerschoten und kleine Kartoffelstückchen sorgen für Biss, die Würfelchen sanft gegarter Rinderbrust für die aromatische Kraft.

Spring soup

with a selection of garden vegetables

This spring soup contains the best that the vegetable patch has to offer: carrots, kohlrabi and asparagus, leeks, peas, sugar snaps and cubes of potato give it a pleasant bite, with dice of gently braised brisket of beef adding a delicious aromatic flavour.

Sesam-Zitronen-Hühnchen

auf Spargelragout mit Butterkartoffeln

Sarah Wieners Frühlingssbote ist ein cremiges Ragout aus weißem und grünem Spargel, das die Grundlage für das feine Geflügel im raffinierten Zitronen-Sesam-Mantel bildet. Dazu werden kleine Kartoffeln serviert, die leicht in Butter geschwenkt wurden.

Sesame and lemon chicken

on asparagus ragout with buttered potatoes

Sarah Wiener heralds the arrival of spring with a creamy ragout of white and green asparagus which provides the perfect base for succulent chicken in an ingenious lemon & sesame coating. This is served with small potatoes which have been lightly tossed in butter.

4,90 EUR

7,90 CHF

12,90 EUR

20,80 CHF

Mit Kerbel-Pesto gefüllte Schweinefleischroulade

mit Honig-Petersilien-Karotten und Knöpfle

13,90 EUR

22,40 CHF

Zartes Fleisch mit intensiven Frühling Kräutern wie Kerbel und Bärlauch und schwäbische Knöpfle – damit gelingt Sarah Wiener bei diesem Frühlingssgericht der Spagat zwischen mediterraner Leichtigkeit und bodenständiger deutscher Küche.

Pork olive stuffed with chervil pesto

served with honey & parsley carrots and "Knöpfle" noodles

Meat cooked gently with intensely flavoured spring herbs such as chervil and wild garlic and served with "Knöpfle" noodles – this dish created by Sarah Wiener achieves the perfect balance between light Mediterranean cuisine and nourishing German fare.

Genießerangebot

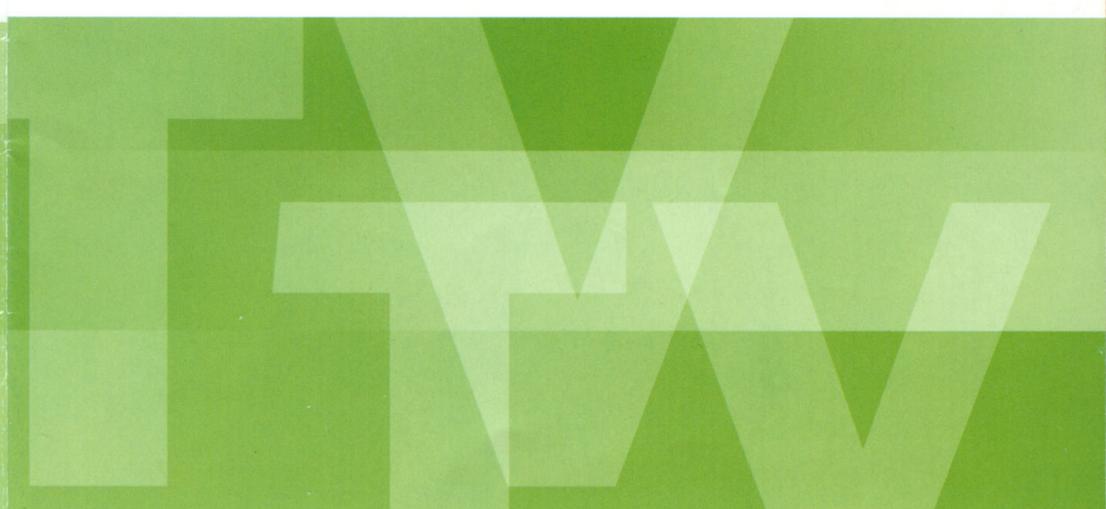
Special offer for gourmets

Zu Ihrem Aktions-Hauptgericht erhalten Sie ein Frühlingssüppchen für nur

3,00 EUR

4,80 CHF

For just EUR 3.00 / CHF 4.80 more you can have the spring soup as well as a main course.



Bier Beer



Beck's Pils 0,3 l Glas **3,10 EUR**
5,00 CHF

0,5 l Glas **3,90 EUR**
6,30 CHF

Beck's Pils 0,33 l Flasche **3,30 EUR**
Frisch. Pur. Echt. 5,30 CHF
Fresh. Pure. Authentic.

Beck's Gold 0,33 l Flasche **3,30 EUR**
Erfrischend. Spritzig. Mild. 5,30 CHF
Refreshing. Effervescent. Mild.

Beck's Green Lemon 0,33 l Flasche **3,30 EUR**
Erfrischend. Spritzig. Limonig. 5,30 CHF
Refreshing. Effervescent. Citrusy.

Radler oder Cola-Bier 0,3 l Glas **2,90 EUR**
Shandy or cola-beer 4,70 CHF

0,5 l Glas **3,60 EUR**
5,80 CHF

Franziskaner Hefe-Weißbier Hell 0,5 l Flasche **4,20 EUR**
6,80 CHF
Fresh flavourful wheat beer from Bavaria

Franziskaner Weißbier alkoholfrei 0,5 l Flasche **4,20 EUR**
100% Weißbiergeschmack ohne Alkohol 6,80 CHF
Full wheat beer flavour without alcohol



Information Information

Sehr geehrte Gäste,
durch die begrenzte Lagerkapazität an Bord ist die Menge der mitgeführten Artikel eingeschränkt. Bitte haben Sie Verständnis, falls Ihre Wahl heute nicht mehr verfügbar sein sollte. Gerne bieten wir Ihnen aus unserem Sortiment eine Alternative an.

*Dear guests,
Owing to the restricted storage space on board, we can carry only a limited quantity of items. We apologise if your choice is no longer available today and will gladly offer you an alternative from our remaining product assortment.*

Fleischdeklarationen:

- **Bohneneintopf mit Kasseler**
Schweinefleisch aus Deutschland
- **Chili con Carne**
Rindfleisch aus Argentinien
- **Deftiger Brotzeiteller**
gekochter Schinken aus Österreich, Holsteiner Mettwurst und Schwarzwälder Schinken aus der EU
- **Frühlingsüppchen mit Rindfleisch**
Rindfleisch aus Deutschland, Dänemark, Niederlande, Österreich, Argentinien
- **Gefüllte Schweinefleischroulade**
Schweinefleisch aus Deutschland
- **Hühnerfrikassee**
Geflügel aus Deutschland
- **Köttbullar – Fleischbällchen**
Rind- und Schweinefleisch aus Deutschland, Dänemark, Niederlande
- **Nürnberger Rostbratwürstchen**
Schweinefleisch aus Deutschland
- **Rinderroulade**
Rindfleisch aus Deutschland, Österreich, Niederlande
- **Salat mit Hähnchenbrust**
Geflügel aus Brasilien
- **Salat mit Schinken & Käse**
Schweinefleisch aus Österreich
- **Sesam-Zitronen-Hühnchen**
Geflügel aus Deutschland

1 mit Farbstoff 2 mit Antioxidationsmittel 4 konserviert 5 mit Konservierungsstoff „Nitritpökelsalz“ 9 mit Phosphat 10 mit Süßungsmittel 11 enthält eine Phenylalaninquelle 12 koffeinhaltig

1 contains colouring 2 contains antioxidant 4 contains preservatives 5 contains the preservative "nitrite pickling salt" 9 contains phosphate 10 contains sweetener 11 contains a source of phenylalanine 12 contains caffeine



Kontroll-Nr.: DE-003-Öko-Kontrollstelle
Control number: DE-003-Öko-Kontrollstelle

Gerne informieren Sie unsere Mitarbeiter über detaillierte Zutaten und Allergene unserer Speisen.

Our staff members would be happy to inform you of detailed ingredients and allergens in our meals.

Wir akzeptieren:
We accept:



Die Kreditkarteninstitute können Auslandsgebühren berechnen.
Your bank or credit card company may charge fees for overseas transactions.

DB Fernverkehr AG, Bordservice und Lounges
Stephensonstraße 1, 60326 Frankfurt am Main

Änderungen vorbehalten, für Einzelangaben keine Gewähr.
Ein guter Zug für die Umwelt – gedruckt auf 100% chlorfrei gebleichtem Papier.