



Das Restaurant «Eckert» in Grenzach-Wyhlen wurde vor zwei Jahren saniert, neu eröffnet und jetzt bereits vom «Gault&amp;Millau» Deutschland ausgezeichnet. ZVG

## Knatsch um Positionspapier SP-Vorstand rüffelt Brutschin

In der Basler SP kommt es zum Knatsch: Per Leserbrief rüffelt Vorstandsmitglied Beda Baumgartner Regierungsrat Christoph Brutschin für dessen Kritik am neuen SP-Positionspapier. Die Sozialdemokraten wollen nicht weniger als die Wirtschaft umkrempeln, die Rechte der Arbeitnehmer deutlich stärken, den Service public ausweiten und einzelne Bereiche quasi verstaatlichen. Gegenüber der bz kommentierte Brutschin die Pläne der SP Schweiz als griff in die «Mottenkiste».

Für Parteikollege Baumgartner ist diese Aussage «ziemlich falsch». So nennt er etwa Roche als Beispiel, die Milliardengewinne schreibe und gleichzeitig Personal entlasse. Es brauche in der Schweiz betriebliche Mitbestimmung. Wirtschaftsdirektor Brutschin dagegen bleibt skeptisch. Das Positionspapier müsse noch breiter diskutiert werden, meinte er zur bz. (DBA)

# 209 Beizentipps für Südbaden

## Restaurantführer «Badische Zeitung» vergibt Punkte für Landgasthöfe und Sterneküchen

VON PETER SCHENK

Vier Jahre ist es her, dass die «Badische Zeitung» das letzte Mal ihren Restaurantführer herausgebracht hat. Seitdem hat sich viel getan und von damals 194 Empfehlungen sind 40 weggefallen und 58 neu hinzugekommen, was die Zahl von jetzt 209 Beizentipps ergibt.

Echte Verrisse gibt es nicht in dem Buch. Die Restaurants, die es in den Führer geschafft haben, sind also Empfehlungen, wobei einfache Lokale stärker berücksichtigt wurden als hochpreisige. Bewertet wurden die Beizen von einer 15-köpfigen Expertengruppe, zu der nicht nur Journalisten und Gastrotechniker, sondern auch Winzer, Gastronomen und Feinschmecker zählten.

### Vier verschiedene Kategorien

Die Restaurants wurden anonym aufgesucht und die Bewertung in Punkten, bei der Küche, Service, Ambiente, Weinangebot und Preis-Leistungs-Verhältnis berücksichtigt wurden, im Plenum diskutiert. Wichtige Kriterien waren die Qualität der verwendeten Rohstoffe und deren Herkunft. Es gibt vier unterschiedliche Kategorien - die höchste hat vier Wappen, die einfachste ein Wappen. Ziel war es, «die Lokale mit ihren Ansprüchen transparent zu machen», wie es im Vorwort heisst. Die Auswahl erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Trotz der positiven Auswahl äussern sich die Herausgeber auch kritisch. So seien die Grüsse aus der Küche bisweilen reine «Alibi-Ouvertüren», fehle es an «Dessert-Kreativität» und das Vegetarier-Angebot sei «bescheiden».

Etliche Beizentipps gibt es auch in der Nähe von Basel. Die positive Bewertung des Restaurants «Eckert» in Grenzach-Wyhlen zeigt, dass der Restaurantführer sich in guter Gesellschaft befindet. Erst kürzlich hat der «Gault&Millau» Deutschland das vor zwei Jahren neu übernommene Restaurant und seinen 24-jährigen Koch aus dem Stand mit 15 Punkten und zwei Kochmützen ausgezeichnet (siehe Kasten unten). In der Stadt Lörrach schafften es mit den

Restaurants «Drei König», «Am Burghof», «Gasthaus zum Kranz» und «Peja» vier Beizen in die Auswahl.

Das grossstädtische «Peja», das neben stilvollen Dinern auch günstige und leichte Mittagessen bietet, hat sich dabei einer «mediterranen Linie» verschrieben. Mit der «Burgschenke Röteln» in Lörrach-Haagen und dem «Restaurant Maien» in Tülingen werden zwei weitere Adressen empfohlen.

In Inzlingen wird im «Wasserschloss» «handwerklich perfekt klassische französische Küche» geboten und stimmt auch sonst Alles, was die gute Note von 9 von zehn möglichen Punkten ergibt. Etwas weniger gut wurde die «Krone» bewertet, wo sich die Tester unter an-

derem an der «geschäftigen Sachlichkeit des Servicepersonals» stören.

In Weil am Rhein bietet der «Adler» weiterhin auf hohem Niveau «klassische französische Hochküche». Günstiger ist das Einkehren im Landgasthof «Rebstock» im Stadtteil Haltingen, der urkundlich bereits 1497 erstmals genannt wurde. Bei den Essenspreisen bemerke man allerdings die Nähe zur Schweiz. In der günstigsten Kategorie spielt in Altweil das Restaurant «Crea'tif», wo im Wesentlichen eine südliche Küche aufgetischt wird.

### Gastronomische Hochburg

Eine gastronomische Hochburg ist Wollbach, ein Ortsteil von Kandern. Hier haben es vier Restaurants in den Führer geschafft. Als hochpreisiges der «Pfaffenkeller», günstiger die «Alte Krone», das «Gasthaus zur Blume» sowie das «Gasthaus zum Hirschen». In den Orteilen Holzen und Egerten wird der jeweilige «Hirschen» gelobt.

Auch für einen Ausflug nach Freiburg im Breisgau lohnt sich der Kauf des Führers. Hier werden über 40 Tipps genannt.



Badische Zeitung: Der neue Restaurantführer für Südbaden, Rombach, Freiburg 2016, 264 Seiten, ca. Fr. 29.50.

### GAULT&MILLAU DEUTSCHLAND

## Mit 24 Jahren schon 15 Punkte erkocht

Erst vor zwei Jahren hat sein Vater Rainer in Grenzach-Wyhlen das Hotel Restaurant «Eckert», das aus den 30er-Jahren stammt, gekauft und komplett saniert. Sohn Nicolai Wiedmer wurde in jugendlichem Alter Küchenchef. Heute, mit 24 Jahren, hat er sozusagen aus dem Stand 15 Punkte und zwei Kochmützen im «Gault&Millau» Deutschland erhalten und wurde in die neue Kategorie «Grosse Talente der modernen Küche» aufgenommen.

men. Wiedmer, der schon als kleiner Bub mit vier Jahren kochen wollte und seine erste Kochschürze erhielt, hat seine Ausbildung im Basler «Stucki» bei Sterneköchin Tanja Grandits gemacht. Die Speisekarte im «Eckert» ist eher klein, die Weinkarte «üppig und erfüllt alle Wünsche», wie die «Badische Zeitung» urteilt. Die Küche bezeichnet sie als «bodenständig, international und doch regional.» (PSC)

www.hotel-eckert.de

### NACHRICHTEN

#### INNENSTADT

### Polizei unterbindet unbewilligte Kundgebung

Die Polizei hat Samstagabend durch starke Präsenz eine unbewilligte Kundgebung in der Innenstadt verhindert. Sie ging laut Medienmitteilung von erhöhter Gewaltbereitschaft aus. Mehrere Gruppen wurden im Kleinbasel kontrolliert und wieder freigelassen. Später nahmen 250 Personen beim Wiesenkreisel an der Wiese an einer unbewilligten Party teil. Sie entfachten mehrere teils grössere Lagerfeuer. Eines musste die Feuerwehr am frühen Sonntagmorgen löschen. (BZ)

#### SCHLÄGEREI

### Mann wird verletzt, als er schlichten wollte

Drei streitende Männer haben am Sonntagmorgen gegen 5 Uhr in der Steinentorstrasse einen Mann, der schlichten wollte, niedergeschlagen und verletzt. Die Polizei konnte die Männer kurz danach festnehmen. (BZ)

#### RUDERREGATTA

### Deutschland-Achter dominiert mit Rekord

Der Deutschland-Achter hat die 7. Baselhead mit einem Vorsprung von 37 Sekunden und neuem Streckenrekord dominiert. Bei den Frauen gewann Slavia Praha mit 29 Sekunden Vorsprung auf den Schweizer Achter. (BZ)

### INNENSICHT

## «Sie brauchen Hilfe von aussen»

Ich bin zu dick. Das klingt schrecklich, wenn ichs so schreibe, normalerweise sagt man ja: Ich möchte abnehmen. Aber ich glaube, genau so denken die Leute über mich: Die ist zu dick. Und ich hab's satt, drumherum zu reden. Mein Problem ist: Ich habe mindestens 30 kg zu viel, aber wenn ich hässig oder unzufrieden bin, muss ich etwas essen. Und weil ich das oft bin, wird das nichts mit dem Abnehmen. Was tun?

Auf die Gefahr hin, dass Ihnen das zu nett vorkommt: Sie haben den Schlüssel in der Hand. Sie beschreiben sehr präzise, wie Sie zu den überzähligen Kalorien kommen, und ich höre aus Ihren Zeilen auch, wie wütend Sie die ganze Geschichte macht. Gut möglich, dass noch anderes mitspielt, aber ein paar Elemente sind schon klar: Sie leiden unter Ihrem Gewicht, und Sie wissen, dass Sie es selber verursachen. Sie können aber damit nicht aufhören, weil Sie kei-



Peter Schwob, Basel  
«Innensicht» wird betreut vom «Verband der Psychotherapeuten beider Baseln», VPB (psychotherapie-bsbl.ch). Stellen Sie Ihre Fragen an innensicht@bzbasel.ch

nen anderen Ausweg aus der Unzufriedenheit sehen als den, etwas zu essen. Etwas Gutes hat das Essen ja: Sie bestimmen selber darüber, Sie sind auf niemand anderen angewiesen, um Ihre Stimmung wenigstens für den Moment zu verbessern. Ein ungedachter Gedanke dahinter könnte etwa so lauten: «Die anderen sind nicht so zu mir, wie ich es bräuchte, und ich bin wütend auf sie, aber ich kann sie nicht ändern; also tue ich mir selber etwas Gutes, dann brauche ich sie gar nicht. Und nebenbei kann ich etwas mehr Raum einnehmen, Gewicht haben, und ihnen eins auswaschen».

Das gäbe Ihnen eine Zeit lang ein tröstliches Gefühl der Satttheit und Unabhängigkeit, auch des fantasierten Triumphes; erst später würden Sie sich unwohl fühlen in Ihrer Haut, aber dann wäre es schon zu spät, und Sie wären erst recht wütend auf die anderen und auf sich. Und wenn dann noch etwas

Neues dazukäme, was schief läuft, läge der Griff zum Essen erneut nahe.

30 kg Übergewicht entstehen nicht in ein paar Wochen. Ich vermute, Sie sind schon lange in so einem Teufelskreis gefangen. Von daher dünkt es mich fraglich, ob Sie ihn allein durchbrechen können - wahrscheinlich brauchen Sie Hilfe von aussen, und zwar nicht Diätberatung, sondern jemanden, der Sie darin begleitet, Ihre Stimmungen und Reaktionen wahrzunehmen. Womit Sie aber auf jeden Fall schon selber beginnen können, ist, jeden Tag genau zu beobachten und für sich aufzuschreiben, was passiert: Wer enttäuscht oder ärgert Sie? Was hätten Sie gebraucht? Können Sie es dem Betreffenden sagen? Wie trösten Sie sich? Wie geht es in Ihnen dann weiter?

Essen und Trinken sind für Säuglinge und kleine Kinder viel mehr als nur Nahrungsaufnahme: Sie schaffen Kon-

takt, Verbindung, ein Gefühl der Sicherheit, des Lebendig- und Zufriedenseins. Man könnte sagen: Kalorien und Vitamine sind nur der Trägerstoff, eigentlich suchen wir im Essen das Leben. Aber manchmal fühlen sich Mütter angesichts von schwer erträglichen, unverständlichen Stimmungen ihres Babys so allein, unsicher und verzweifelt, dass sie sich nicht trauen, verschiedene Reaktionen auszuprobieren, sondern ihm schnell Brust, Flasche oder Gutzi geben, um es im wörtlichen Sinne zu stillen, still zu machen. Ein solches Kind wird lernen, dass Essen und Trinken die besten Mittel gegen Trauer, Wut, Sehnsucht, Langeweile sind. Diese automatische Verknüpfung später zu lockern und für sich neue Trost- und Befriedigungswege zu entwickeln, braucht ungeheuer viel Geduld und genaues Hinschauen. Wenn das bei Ihnen der Fall ist, können Ihnen Selbstbeobachtung und eine professionelle Begleitung dabei helfen.