



welt der wunder

Presseinformation

„Wenn ich zum Essen eingeladen bin, ist mir am liebsten, wenn es eine Brotzeit gibt!“

Der deutsche Fernsehkoch Alfons Schuhbeck ist zu Gast in der Nachmittagstalkshow „Raphaela Ackermann“ bei Welt der Wunder TV.

Ingwer sollte man nicht schälen sondern nur mit lauwarmem Essigwasser abbürsten, da sich unterhalb der Schale 50 Prozent aller Inhaltsstoffe befinden. Knoblauch verliert seine medizinische Wirkung, wenn man ihn auspresst. Und wer Öl erhitzt, produziert ungesunde Transfette. Das sind nur einige Weisheiten, die Sternekoch und Ingwer-Papst Alfons Schuhbeck am 24. Juli Raphaela Ackermann im Nachmittags-Talk auf Welt der Wunder TV verrät.

„Gewürze sind Medizin die schmeckt!“ Dieser Satz scheint mehr als nur eine Lebensweisheit zu sein. Schuhbeck zufolge befinden wir uns in einer *Pharmazie-Falle*. Man geht in die Apotheke und kriegt dort gegen jedes Leiden etwas. Das Problem: Es heilt den Schmerz, aber nicht die Ursache. Der Koch selbst schwört daher ausschließlich auf die heilende Wirkung natürlicher Zutaten: **„Ich nehme nur Kräuter, Gewürze und mein Öl und sonst brauche ich nichts!“** sagt er.

Der Münchner Starkoch befindet sich in der Jugend des Alters: **„Mit 68 geht es jetzt noch mal richtig los!“** Dabei hat er schon einiges erreicht in seinem Leben: Neben mittlerweile über 20 veröffentlichten Koch- und Rezeptbüchern erlangte er vor allem durch zahlreiche Kochsendungen im Fernsehen große Popularität. Auch als Gastronom und Unternehmer eröffnete er einige Restaurants und Shops und kreierte dadurch aus seinem Namen eine erfolgreiche Marke.

Trotzdem sagt Schuhbeck: **„Ich bin eigentlich ein bisschen enttäuscht von mir – ich schau in den Spiegel und sage: Junge, da wäre noch viel mehr drin!“** Allein, dass er sich selbst als Jungen bezeichnet, überzeugt seine Gastgeberin Raphaela



welt der wunder

Ackermann, von der Wirkung der natürlichen Medizin. Aber nicht nur die Ernährung ist für Alfons Schuhbeck ausschlaggebend, sondern das Zusammenspiel von Körper und Seele: **„Wenn ich einen geistigen Muskelkater habe, mache ich etwas falsch!“**

Dass er mit sich im Reinen ist, beweist er vor allem auch mit seiner bodenständigen Art. **„Kaviar und dieser ganze Zirkus – das brauch ich doch nicht. Da ist mir doch lieber, mir macht jemand eine gescheite Kartoffelsuppe!“** sagt er. Natürlich dürfen dann aber auch die Gespräche am Tisch und ein schönes Glas Bier nicht fehlen – das wiederum sei für die Seele ganz wichtig. **„Hier gibt’s nur Wasser!“**, prostet er den Zuschauern zu.

Welche Gewürze der Fernsehkoch auf eine einsame Insel mitnehmen würde, wie man im Bruchteil von einer Sekunde eine gute Küche erkennt und warum man einer Bratwurst den nötigen Respekt erweisen sollte – all das verrät der gebürtige Chiemgauer im Gespräch mit Raphaela Ackermann. Der Talk ist in voller Länge am 24. Juli von 16 bis 17 Uhr auf Welt der Wunder TV zu sehen.

Weitere Informationen zu den einzelnen Folgen und Gästen auf www.weltderwunder.de

Die **Empfangsdaten** von Welt der Wunder TV:
<http://www.weltderwunder.de/seiten/tv-empfang>

Kontakt:

Welt der Wunder TV Deutschland
Hendrik Hey
hendrik.hey@weltderwunder.de