



Kostenlos aber  
nicht umsonst

# Kulinna's Magazin

#01/26

Januar

Mit original  
Sauerkraut  
Rezept.

## Heimat im Glas

Entdecken Sie unsere Heimatküche im Glas. Natürlich gekocht nach unseren Hausrezepten. Wenn es mal wieder schnell gehen muss ist Kulinna's zur Hand. Jetzt mit Bonusaktion im Januar.

## Brotzeit ist die schönste Zeit!

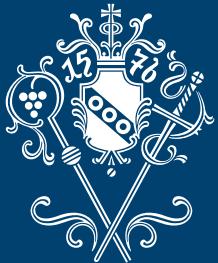
Man kann die Brotzeit garnicht genug würdigen. Die kleine Pause, die wieder Kraft gibt, das unkomplizierte Abendessen mit Familie oder Freunden, einfach gut.

## Wintergemüse

Superfood muss nicht per Luftfracht kommen. Der heimische Acker schenkt uns die leckersten und gesündesten Wintergemüse. Erfahrt in dieser Ausgabe mehr über fränkisches Superfood.

In dieser Ausgabe

# Unsere Betriebe



Juliusspital  
WEINSTUBEN. WÜRZBURG.

Juliuspromenade 19  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 54080



Barbarossaplatz 1  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 52756



Marktplatz  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 88088535

# Wir wünschen ein kulinarisches neues Jahr

Liebe Gäste,  
ein neues Jahr beginnt – frisch, klar und voller Möglichkeiten. Der Januar erinnert uns daran, dass jeder Anfang auch ein Aufbruch ist: neue Pläne, neue Energie, neue Lust darauf, Dinge anzupacken. Jetzt heißt es, mit Schwung ins Jahr zu starten und all die Aufgaben, die vor uns liegen, mit Elan und guter Laune zu meistern.

Nach den festlichen Wochen tut es gut, wieder in den Rhythmus zu finden – aber ohne den Zauber der vergangenen Zeit ganz zu verlieren. Denn das, was wirklich zählt, bleibt: schöne Momente mit Menschen, die uns wichtig sind. Freundschaften pflegen, kleine Pausen genießen, miteinander essen, lachen, anstoßen – all das gibt Kraft für das, was kommt.

Auch die Jahreszeiten wollen wieder entdeckt werden: die stillen Wintertage, die ersten Spuren des Frühlings, die warmen Sommerabende und der goldene Herbst. Jede Phase hat ihren eigenen Charme und lädt dazu ein, bewusst innezuhalten

und das Leben Schritt für Schritt zu genießen.

Wir wünschen Ihnen einen kraftvollen Start ins neue Jahr, Gesundheit, Glück und viele Augenblicke, die Freude schenken. Möge 2026 ein Jahr voller Zuversicht, Genuss und guter Begegnungen werden – und eines, in dem Sie immer wieder spüren: Jeder Anfang kann etwas Wunderbares sein.

Ihre Familie  
Kulinna und  
unser Team.



# Jahresplanung

## Jetzt vormerken

Do 12.02 Weiberfasching

Helau mit fränkischen Lieblingsgerichten.

Sa 14.02. Valentinstag

Romantisches Menü bei Kerzenschein, passenden Weinen und liebevollen Genussmomenten.

So 05.04. Ostersonntag

Feine Ostergerichte mit Frühlingsaromen, frischem Gemüse und klassischem Festtagsgenuss..

Terrasseneröffnung

Start in die Freiluftsaison mit dem neuen Weinjahrgang.

So. 24.05. Pfingstsonntag

Pfingstliche Spezialitäten mit saisonalem Gemüse und aromatischen Kräutern serviert.

29.05. - 07.06.

Würzburger Weindorf

[www.weindorf-wuerzburg.de](http://www.weindorf-wuerzburg.de)

27.08. - 06.09.

Würzburger Weinparade

[www.weinparade.de](http://www.weinparade.de)

Weinlese

Herbstbeginn mit frisch geernteten Aromen.

Ab Mi 11.11. Ganssaison

Knusprige Gans mit traditionellen Beilagen.

Ab Fr 27.11. Weihnachtssstuben

Duftende Gewürze und gemütliche Adventsatmosphäre.



# Jetzt Newsletter abonnieren!

Bleiben Sie auf dem Laufenden!

Abonnieren Sie unseren Newsletter und erhalten Sie Neuigkeiten, Aktionen und Saisonhighlights direkt in Ihr Postfach – frisch, persönlich und immer ein bisschen lecker.

[www.kulinna.info](http://www.kulinna.info)



# Kulinna's

---

## Metzgerei & HeimatKüche

Brotzeit ist  
die schönste Zeit.

Brötchen für den Schulweg,  
Proviant für die Mittagspause,  
gemütlich den Abend genießen,

Kulinna's macht's lecker!

Preise inkl. MwSt.  
Angebote nach  
Verfügbarkeit

Barbarossaplatz 1  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 52756



# Angebote Wurst & Fleisch

29.12. - 03.01.

Rippchen  
Knöchle  
Würzburger Mini-Bratwürste  
Schweinefilet

0,99 € / 100g

0,99 € / 100g

1,29 € / 100g

0,99 € / 100g

07.01. - 10.01.

Gelbwurst  
Leberkäse Aufschnitt

1,29 € / 100g

Schweineschnitzel

1,29 € / 100g

Geschnetzeltes vom Schwein  
Wiener Würstchen (seidenzart)

0,99 € / 100g

Fleischwurst vom Ring

0,99 € / 100g

Roher Nussschinken

1,29 € / 100g

Fleischküchle

0,99 € / 100g

Kulinna's Original Weißwurst

1,99 € / 100g

Polnische

1,49 € / 100g

19. 01. - 24.01.

Würzburger Weinbeisser „Pfeffer“

0,99 € / 100g

Rindergulasch

1,49 € / 100g

Rinderfond im Glas (380ml)

1,49 € / 100g

Hausmacher Salami

1,69 € / 100g

2,89 € / Glas

1,99 € / 100g

Fragen Sie im Laden nach  
unserer Bonuskarte



Alle infos auf  
unserer Website



# 1. Jubiläum

am 3. Februar

Leberkäsbrötchen 1,50 €

1 Paar Wiener (warm) + Brötchen 2,50 €

1 Paar Weisswürste + Brötchen 3,50 €

Kulinna's

Metzgerei  
& HeimatKüche

[www.kulinna.info](http://www.kulinna.info)



**10%**  
auf alle Heimatgerichte  
und Wurst im Glas.

Qualität und  
Würze, die man  
schmeckt.

Alle Infos auf  
unserer Website





**Kulinna's**  
Metzgerei  
& HeimatKüche

**Vielfalt  
aus Tradition**



**Es lebe die Wursttradition**

## Quantität UND Qualität

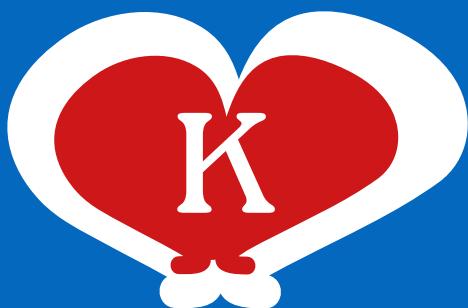
In einer Metzgerei kommt es auf die richtige Balance an: ausreichend Auswahl bieten, ohne die Qualität aus den Augen zu verlieren. Genau das verstehen wir als fränkische Handwerksbetriebe seit Generationen. Unsere Tradition bringt eine Vielfalt hervor, die nicht künstlich entsteht, sondern aus Respekt vor dem Tier: Alle Teile finden Verwendung, jedes Stück hat seinen eigenen Charakter und seine beste Zubereitungsform. So entsteht eine Sortimentsbreite, die echt, sinnvoll und nachhaltig ist – und nicht einfach nur „viel“.

Handwerk heißt bei uns aber nicht nur Wursten, Schneiden und Veredeln. Es heißt auch: die Menschen verstehen, die täglich zu uns kommen. Unsere Verkäuferinnen und Verkäufer stehen in engem Austausch mit Ihnen, hören zu, beraten, empfehlen – und geben Ihre Wünsche direkt an die Produktion weiter. Genau aus diesem Dialog entsteht ein Sortiment, das sowohl traditionell verwurzelt als auch auf moderne Bedürfnisse abgestimmt ist.

# Kulinna's Bonusherzen



**Brotzeit**  
**nur mit Kulinna!**  
**Jetzt Bonuskarte für die**  
**Frischetheke sichern.**



## Kulinna's Bonusherzen

Treue, die sich lohnt

Mit unseren Kulinna's Bonusherzen wird Einkaufen an der Frischetheke jetzt noch attraktiver: Für jeden Einkauf ab 10 Euro gibt es ein Bonushersz. Beim 11. Einkauf bedanken wir uns mit 10 % Rabatt auf Ihren Einkauf.

Einfach sammeln, genießen und sparen – so schmeckt Frische gleich doppelt gut.

**Kulinna's**  
**Metzgerei**  
**& HeimatKüche**



# WEIN

## Empfehlung

des Monats

Rödelseer Küchenmeister  
VDPERSTE LAGE  
Silvaner trocken



In der Nase feiner Duft nach weißen Blüten. Am Gaumen dann würzig mit vollreifer Birne und Banane mit angenehm prickelndem Säurezug. Der Rödelseer Küchenmeister ist ein typischer Vertreter des Gipskeupers. Die südwestliche Lage profitiert von den aufsteigenden Winden aus dem Maintal und den meist sehr gleichmäßigen Niederschlägen. In diesem Kleinklima können die Trauben lange und perfekt ausreifen.

**Ausflug nach  
Rödelsee**  
Unsere Empfehlung  
zu herzhaften und deftigen  
Neujahrsgesichten.



Christina und  
Lukas Kulinna



# Portrait des Monats

Christina Kulinna, geb. Keltsch ist im oberfränkischen Wunsiedel aufgewachsen. Sie wurde früh von Unternehmergeist geprägt. Ihre Familie betreibt dort die Druckerei „Frag Martin“ – ein Umfeld, das Verantwortung, Kreativität und Verlässlichkeit vermittelte und bis heute nachwirkt. Nach dem Abitur entschied sie sich für die Welt der Gastlichkeit. Ihre Ausbildung zur Hotelfachfrau absolvierte sie im Novotel Würzburg, gefolgt von einer Station im Hotel Steinburg.

Der berufliche Weg führte sie weiter nach Hamburg, wo sie im Scandic Hotel als Eventmanagerin tätig war. Internationale Gäste, professionelle Abläufe und anspruchsvolle Veranstaltungen prägten diese Zeit. In Frankfurt am Main vertiefte Christina ihre Expertise zunächst als Hochzeitsplanerin bei Karst Catering, bevor sie erneut als Eventmanagerin

## Christina Kulinna

Fränkische Frauenpower  
mit Gespür für Genuss

im Scandic Hotel am Museumsufer Verantwortung übernahm. Die Liebe brachte Christina gemeinsam mit ihrem Mann Lukas zurück nach Würzburg. In den Weinstuben Juliusspital übernahm sie die Restaurantleitung und betreut Veranstaltungen – immer mit Blick auf Qualität, Atmosphäre und fränkische Gastlichkeit.

Seit Kurzem verantwortet sie die Verkaufsleitung von Kulinna's Metzgerei und Heimatküche. Hier verbindet sie ihre Erfahrung mit ihrer Leidenschaft für hochwertige Produkte und persönliche Beratung. Sie kümmert sich um Ihre Wünsche, denkt mit und findet Lösungen.

Fragen Sie sie einfach nach Rat – sie hört zu.

# Schnelle Kelle frisch und hausgemacht



Unsere Tagesschmankerln  
**Wochenvorschau 1.01. - 31.01.26**

## MONTAG

### **Blut- und Leberwürstchen**

Sauerkraut, Kartoffelpüree

12,90 €

## DIENSTAG

### **Zarte Rinderleber, gebraten**

Schmorzwiebeln, karamellisierter Apfel,

Kartoffelpüree

12,90 €

## MITTWOCH

### **Linsensuppe**

mit Löffelspatzen 9,90 €

mit Paar Wiener Würstchen 13,90 €

## DONNERSTAG

### **Ofenfrisches Schäufele**

Kartoffelkloß, Sauerkraut

14,90 €

## FREITAG

### **Filet vom Riesenbarsch, gebraten**

Zitronen-Tomatenbutter, Petersilienkartoffeln

14,90 €

**VERFÜGBARKEIT**  
nur so lange der Vorrat reicht  
und ggf. nicht an Feiertagen.

# Apéro

PINK BUBBLES  
„Mit rosa Brille durch 2026“  
ECHTER SECCO PINK  
0,11 4,90 €



[www.weinstuben-juliusspital.de](http://www.weinstuben-juliusspital.de)

# Um den Finger gewickelt!

Am Wochenende  
**SAMSTAG & SONNTAG**

**Rahmsüppchen  
vom Hokkaidokürbis,  
Geröstete Kürbiskerne, Kernöl**

(7,90 €)

\*

**Rinderroulade  
nach Art des Hauses,  
Kartoffelkloß, Blaukraut**

(nur als Hauptgericht 25,90 €)

\*

**Apfelküchle  
im Juliusspital-Weinteig,  
Zimt, Zucker, Vanilleeis**

(8,90 €)

**34,90 €**

# Fränkisches Superfood

Kraft aus heimischer Erde.

Superfood muss nicht aus Übersee kommen. Viele der nährstoffreichsten Lebensmittel wachsen direkt vor unserer Haustür – auf fränkischen Feldern, in Gärten und Traditionsbetrieben, die seit Generationen wissen, wie man Geschmack, Qualität und Nachhaltigkeit in Einklang bringt. Gerade im Herbst und Winter zeigt sich die ganze Stärke unseres heimischen Gemüses: vollgepackt mit Vitaminen und Mineralstoffen, natürlich im Geschmack und lange lagerbar.

Beginnen wir mit einem echten fränkischen Klassiker: Blaukraut. Während nördlich der Mainlinie eher vom Rotkohl gesprochen wird, heißt dieselbe Pflanze bei uns traditionell Blaukraut – ein Hinweis auf die blauviolette Farbe, die sich durch die Zubereitung mit Essig oder Apfel ins Rötliche verändert. Reich an Antioxidantien, Vitamin C und sekundären Pflanzenstoffen, bringt Blaukraut nicht nur Farbe, sondern auch Kraft auf den Teller.



Genauso bodenständig und gleichzeitig trendig ist die Rote Bete. Ihr erdig-süßes Aroma und ihre tiefrote Farbe machen sie zum Liebling moderner Küchen. Der hohe Gehalt an Folsäure, Eisen und Betain stärkt Herz und Kreislauf – ganz ohne exotischen Herkunftsstempel.

Karotten, das fränkische Alltagswunder, gehören ebenfalls in diese Liga. Mit Beta-Carotin, Vitamin K und Ballaststoffen sind sie ein echter Schönmacher für Haut und Augen und passen vom herzhaften Schmortopf bis zur eleganten Vorspeise einfach überall hinein.

Auch unsere Kohlarten verdienen den Titel „Superfood“. Wirsing mit seinen weichen, gekräuselten Blättern liefert reichlich Vitamin C und Magnesium; Weißkohl beeindruckt mit seiner Vielseitigkeit – ob als knackiger Salat, traditionelles Kraut oder Grundlage für aromatische Eintöpfe.



Küchengrüße von  
Lukas Kulinna

# PLANUNG

Der Januar fühlt sich für mich als Küchenchef der Juliusspital Weinstuben immer ein wenig an wie der Moment, in dem man tief durchatmet, bevor ein neues Kapitel beginnt. Nach den intensiven Wochen des Dezembers kehrt Ruhe in die Küche ein – aber nur nach außen hin. Denn für mich gilt mehr denn je: Nach dem Spiel ist vor dem Spiel.

Jetzt ist die Zeit, in der ich den Blick bewusst nach vorn richte. Der Jahresanfang ist unser strategischer Monat. Wir sortieren Erfahrungen, besprechen Abläufe, prüfen Lieferketten und planen die kulinarischen Höhepunkte der kommenden Saison. Welche Produkte werden stark? Welche Gemüse- und Kräutersorten können wir frühzeitig sichern? Welche Trends lassen sich mit unserer fränkischen Handschrift verbinden? Der Januar ist das Fundament für all das, was später auf den Tellern landet.

Während draußen noch Winter herrscht, bereiten wir uns schon auf die Vielfalt des Jahres vor. Schon bald kommen die ersten zarten Frühlingsspezialitäten: Bärlauch, Spargel, frische Kräuter, die unsere Gerichte in ein neues Aroma kleiden. Aber auch der Winter selbst hat seinen Charme. Der Januar schenkt uns klare Geschmäcker: Wurzelgemüse, Kohl, Lauch, Rote Bete, allesamt regionale Produkte, die Stärke und Wärme spenden.





*Sommer*  
auf unserer lauschigen  
Terrasse im Innenhof  
mit mediterranem Flair.



*Feiern*  
individuelle Menüs  
und persönliche Beratung  
für unvergessliche  
Stunden.



*Stuben*  
historische Stuben  
mit fränkischem Charme  
gemütlicht, urig, original.



*Wein*  
gute Tropfen aus Frankens bes-  
ten Lagen. Die Sonne im Glas,  
das ganze Jahr.



*Feste*  
Unsere Festgastronomie auf dem  
Weindorf, der Weinparade und  
der Mainfrankenmesse.



*Franken*  
unsere Heimat, gibt dem Essen  
Pfiff, den Weinen Schwung und  
zaubert Stimmung an den Tisch.



# 3 X IN WÜRZBURG

- MARKTPLATZ  
(ARKADEN, AUSGANG TK-MAX)
- BARBAROSSAPLATZ 1  
(IN KULINNA'S METZGEREI & HEIMATKÜCHE)
- VIP-BEREICH DER  
WÜRZBURGER KICKERS

**[WWW.FRANKENLUEMMEL.DE](http://WWW.FRANKENLUEMMEL.DE)**

# IMMER IMBISS

Wer über den Würzburger Marktplatz schlendert, bewegt sich auch kulinarisch auf traditionsreichem Boden. Seit jeher gehörten hier kleine Stände und Wagen zum Stadtbild, an denen Händler einfache, kräftige Speisen anboten – eine warme Suppe gegen die Kälte, eine frische Wurst im Brötchen für die Marktbesucher, schnelle Stärkungen für alle, die zwischen Handel und Handwerk unterwegs waren. In Franken war der Imbiss immer mehr als nur eine Mahlzeit: Er war Treffpunkt, Rastplatz und ein Stück Alltag, mitten im geschäftigen Treiben.

Diese Tradition lebt bis heute fort. Auch in einer Zeit voller Gastrotrends und To-go-Konzepte hat der klassische Im-

biss nichts von seiner Bedeutung verloren. Im Gegenteil: Gerade weil das Leben schneller geworden ist, schätzen viele Menschen Orte, die verlässlich, ehrlich und bodenständig sind. Hier begegnen sich Einheimische, Marktbesucher und Touristen, beobachten das bunte Treiben und genießen für einen Augenblick das einfache Glück einer warmen Mahlzeit.

Und genau darum geht es – um den Biss. „Im Biss“ entscheidet sich, ob etwas schmeckt, ob der Moment stimmt, ob gute Laune entsteht. Ein Biss in die frische Bratwurst, ins knusprige Brötchen oder in ein Stück Currywurst sagt mehr als viele Worte. Wenn der Biss gut ist, ist der Tag ein bisschen besser.

BRATWURST  
CURRYWURST  
SCHASCHLIK  
FRITTEN  
DRINKS



# **NACHHALTIGE SCHÄRFE!**



**QUALITÄTS  
GARANTIE**

**UNSERE ORIGINAL  
HAUSGEMACHTE  
CURRYSOSSE**

# Gut für den Kreislauf

Ein bisschen Schärfe tut gut – das gilt in der Küche und für den menschlichen Körper. Chili, Pfeffer oder Meerrettich regen den Kreislauf an, fördern die Durchblutung. Aber wie bei allem gilt: Die richtige Dosierung macht den Genuss. Das Gleichgewicht sorgt dafür, dass der Mensch sich wohl fühlt und eine Wurst gut schmeckt.

Dieses Prinzip des ausgewogenen Kreislaufs gilt auch für unser Unternehmen. Denn eine gute Wurst entsteht nicht allein im Kessel, sondern in einem funktionierenden, nachhaltigen Umfeld. Bei Kulinna sehen wir Verantwortung als festen Bestandteil unseres Handwerks – für Mensch, Region und Ressourcen.

Wir fördern stabile Arbeitsplätze, investieren in Ausbildung und sorgen dafür, dass Wissen und Qualität weitergegeben werden. Ebenso wichtig ist uns die Nähe zu unseren

Partnern: regionale Produkte, kurze Transportwege und ehrliche Zusammenarbeit stärken nicht nur die Umweltbilanz, sondern auch den Geschmack.

Auch im Betrieb selbst achten wir auf einen geschlossenen Kreislauf. Recycling, moderne Kühltechnik, energieoptimierte Prozesse und ein sparsamer Umgang mit Ressourcen sind heute unverzichtbar. Jede Verbesserung – ob kleine Anpassung im Alltag oder größere Investition – trägt dazu bei, unseren ökologischen Fußabdruck zu reduzieren.

Am Ende hängt alles zusammen: Ein gutes Produkt entsteht aus guten Zutaten und dem Bewusstsein, dass Qualität mehr bedeutet als Geschmack. So wie Schärfe den Kreislauf anregt, hält nachhaltiges Wirtschaften unser Unternehmen in Bewegung – zum Wohl unserer Mitarbeitenden, unserer Region und natürlich unserer Wurst.



Gute Tischmanieren 26

# Weinetikette

## Das Auge trinkt mit.

Schon lange bevor der erste Schluck Wein den Gaumen erreicht, beginnt der Genuss. Ein Blick auf Flaschenform, Farbe, Schrift – all das erzählt eine Geschichte, die weit über den Inhalt hinausgeht. Das kleine Stück Papier auf der Flasche ist mehr als ein Hinweisgeber. Es kann Kunst sein, Botschafter eines Jahrgangs, Brücke zwischen Winzer und Weinliebhaber – und begleitet uns seit Jahrhunderten.

Seinen Ursprung hat dieses „Flaschenkleid“ im 18. Jahrhundert, als Winzer begannen, ihre Fässer und Flaschen mit handgeschriebenen Zetteln zu markieren. Mit der Zeit wurden daraus liebevoll gestaltete Markenbilder, die Herkunft, Sorte und Qualität sichtbar machten. Das Weingut Juliusspital gehört zu jenen Häusern, die früh verstanden, wie eng Charakter und Erscheinung eines Weins zusammengehören. Die historischen Labels erzählen von Tradition, Würde und einem Selbstverständnis, das bis heute gepflegt wird: Wein ist Kultur – und Kultur darf man sehen. Gleichzeitig zeigt das Weingut mit einem kontrastreichen Sortiment, dass passende Weine für jede Stimmung und jede Gelegenheit benötigt werden.

Und natürlich gibt es sie: die „Etigettentrinker“, die ihre Wahl nach der schönsten Flasche treffen. Ein wenig belächelt – aber eigentlich sind wir doch alle ein bisschen so. Das Auge trifft nun einmal gern Vorentscheidungen. Ein liebevoll gedeckter Tisch, eine charaktervolle Flasche, ein frisches Design, das schon beim Hinsehen Lust macht: All das gehört zum Erlebnis Wein. Ein gelungenes Erscheinungsbild macht einfach Freude, spricht unsere Sinne an und weckt Vorfreude, noch bevor die Flasche geöffnet ist.

Am Ende ist es ein Zusammenspiel der Sinne. Der Wein entfaltet seinen Geschmack natürlich erst im Glas – aber eine stimmige optische Gestaltung im Einklang und Harmonie mit dem Inhalt vermittelt eine ganzheitliche Persönlichkeit. Sie ist ein Versprechen, eine Einladung und manchmal sogar ein kleines Kunstwerk.

So trinkt das Auge nicht nur mit – es macht den Wein sogar multimedial erlebbar. Und im Juliusspital weiß man seit Jahrhunderten: Ein guter Wein erzählt seine Geschichte schon, bevor man ihn probiert.

Für's Kraut:  
(ca. 4 Portionen)

800 g Sauerkraut  
25 g Schweineschmalz  
50 g Zwiebel(n) gewürfelt  
50 g Räucherspeck  
gewürfelt  
2 Nelken  
150 ml Gemüsebrühe  
0.5 TL Kümmel  
2 Wacholderbeeren  
2 Lorbeerblätter  
60 g Kartoffeln gerieben



Gutes Gelingen  
wünscht Ihnen  
Frank Kulinna

# Rezept für Sauerkraut

Die passende fränkische  
Wurscht bekommt ihr  
natürlich bei uns in der  
Metzgerei.

# So gelingen Bratwürste und Kraut

- Das Schweineschmalz in einen Schmortopf geben, die Zwiebeln darin anschwitzen und etwas Farbe nehmen lassen,
- Die Speckwürfel zugeben und kurz mitschmoren.
- Den Topf mit der Gemüsebrühe auffüllen.
- Das Kraut sowie die Gewürze zugeben und ca. 30 Minuten köcheln lassen.
- Die geriebenen Kartoffeln zufügen und das Gericht damit binden.

- Wenn das Kraut fertig ist, eine beschichtete Pfanne mit ein wenig Öl erhitzen. Sobald die Pfanne heiss ist, die trockenen nicht nassen Bratwürste hineingeben (wenn die Wurst nass ist, mit Küchenkrepp abtrocknen, sonst spritzt es in der Pfanne).
- Je nach gewünschten Bräunungsgrad die Bratwurst in regelmäßigen Abständen drehen um ein gleichmäßiges garen zu erreichen.
- Sollte die Pfanne qualmen, muss die Temperatur reduziert werden und ggf. auch etwas mehr Öl in die Pfanne. Frische ungebrühte, also rohe Bratwürste benötigen etwas länger als die vorgegarte Variante sind dafür aber saftiger im Biss.

## Kulinna's Metzgerei & HeimatKüche



*Fix & Fertig*

**Wer vom Krautkochen nicht total ermüdet sein will, der bekommt unser Sauerkraut nach Hausrezept fix und fertig in der Metzgerei.**

### *Genussbeilage*

**Die passende Beilage zum Kraut bekommt ihr natürlich in unserer Metzgerei. Fränkische Würste, Knöchle, Kassler, u.v.m.**



# Sauerkraut macht lustig!

Sauer macht lustig – ein Spruch, den jeder kennt. Und wie so oft in alten Redewendungen steckt mehr Wahrheit drin, als man auf den ersten Blick vermutet. Wenn der Franke lustig sein will, isst er natürlich am liebsten Sauerkraut. Ok, Spaß beiseite, dieses Ur-Deutsche Klasschee-Gericht begleitet auch unsere Region seit Jahrhunderten. Schon im Mittelalter wurde Kohl milchsauer vergoren, damit er über den Winter haltbar blieb. Was damals ein cleveres Verfahren zur Vorrats sicherung war, gilt heute als echter Gesundheitsschatz.

Denn durch die Fermentation entstehen Inhaltsstoffe, die unser Immunsystem stärken und gerade in der dunklen Jahreszeit wertvoll sind. Besonders reich ist Sauerkraut an Vitamin C, das früher bekanntermaßen sogar Matrosen vor dem tödlichen Skorbut schützte – ein Grund dafür, dass Sauerkraut lange Zeit als „Lebensretter im Fass“ galt. Gleichzeitig fördert die milde Säure die Verdauung, regt den Kreislauf an und sorgt sogar dafür, dass man sich nach einem üppigen Essen schneller wieder leichter fühlt. Vielleicht kommt daher auch

das „lustig machen“: Wer sich gut fühlt, ist einfach besser gelaunt.

Doch in Franken hat Sauerkraut nicht nur gesundheitliche, sondern auch symbolische Bedeutung. Rund um den Jahreswechsel isst man traditionell Kraut, weil es Glück und Geldsegen bringen soll. Man sagt: Die feinen, langen Krautfäden erinnern an Geldscheine – je mehr Fäden auf dem Teller, desto reichhaltiger das kommende Jahr.

Ohne Frage, dem Franken schmeckt es am natürlich besten mit einer fränkischen Bratwurst. Die gibt es in unserer Metzgerei: außen knusprig, innen saftig, mit genau der richtigen Würze, um das aromatische Kraut perfekt zu begleiten. Die milde Säure des Sauerkrauts und die herzhafte Wärme der Wurst – das ist eine dieser Kombinationen, die man nicht verbessern kann, weil sie seit Jahrhunderten einfach stimmt. Und heute erlebt Sauerkraut eine regelrechte Renaissance. Ob traditionell gekocht, roh als „Kraut-Salat“ oder modern interpretiert: Sein Geschmack ist vielseitiger, als viele denken und gleichzeitig ein Stück Heimat auf dem Teller.

# Smart oder nicht?

## Von Essen und Bildern.

Man sitzt gemütlich im Restaurant, der Wein funkelt im Glas, die Soße glänzt im Kerzenschein – und plötzlich taucht auf dem Nachbartisch ein Smartphone auf. Klick. Noch ein klick. Dann eine Drehung des Tellers, als würde er gleich für den Laufsteg gecastet. Nichts wirklich Neues aber trotzdem: Willkommen im Zeitalter der Essensfotografie. Und ja: Man kann darüber herrlich streiten.

Die einen sagen: „Lass die Leute doch! Wenn der Teller schön ist, darf man ihn auch verewigen.“ Die anderen murmeln: „Kann man nicht einfach essen, solange's noch warm ist?“ Dazwischen stehen wir – die Gastronomie – und beobachten das Schauspiel wie einen kleinen Naturfilm in Echtzeit.

Natürlich schmeichelt es uns, wenn Gäste ihr Essen so schön finden, dass sie es fotografieren wollen. Früher hat man gesagt: Das Auge isst mit, heute die gesamte Social-Media-Gefolgschaft.

Die Wahrheit ist: Essen ist heute Erlebnis, Erinnerung und manchmal auch kleine Bühne. Und Wein erst recht. Ein perfekt gefülltes Glas, dessen Farbe im Licht schimmert, kann eben genauso reizvoll sein wie ein Sonnenuntergang – nur schneller trinkbar. Und ja, manche der Aufnahmen sind wirklich schön. Andere wiederum ... nun ja, sagen wir: Da schmeckt's im Original besser.

Aber jetzt mal Hand aufs Herz: Wenn Essen Freude macht, warum nicht auch das Fotografieren? Solange niemand den Braten vor lauter Fotos kalt werden lässt oder beim Versuch, die perfekte Perspektive zu finden, versehentlich das Glas des Nachbarn umwirft, ist doch alles in Ordnung. Und wer möchte, darf natürlich auch ohne jeden Klick genießen – warm, duftend, unbeobachtet.

Am Ende gilt, mit ein wenig Respekt und Rücksicht ist alles Möglich und jeder kann so genießen, wie es ihm bliebt.



# Ein guter KONTAKT



Juliusspital  
WEINSTUBEN. WÜRZBURG.

Juliusspital Weinstuben  
Juliuspromenade 19  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 54080



Kulinna's  
Metzgerei & HeimatKüche  
Barbarossaplatz 1  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 52756



Der Frankenlümmel  
Marktplatz  
97070 Würzburg  
Telefon 0931 / 88088535

Jetzt Newsletter  
abonnieren!

