

DANISH dabei sehr kreativ

Von Katrin Kasper

Architektur,

Hygge sowie

die dänische

Hauptstadt auch

Plantbased ent-

deckt - und ist

piegelblanke See, schmale Katrin Kasper Häuser in Gelb, Rot, Blau studiert die neben futuristischen Bauvegane Karte ten: Kopenhagen erinnert ein bisschen an eine Filmkulisse. Die Stadt im Meer gilt als eine der lebenswertesten der Welt – auch wegen ihrer nachhaltigen Entwicklung: Fahrradstraßen statt Autoschneisen,

26 **VEGAN** für mich 8.2023

Hafenbäder und Stege an den vielen Kanälen, grüne Oasen statt grauer Betonwüsten. Nur beim Essen hielt man lange an alten Traditionen fest: viel Fleisch, viel Fisch, viele Milchprodukte. Doch Kopenhagen holt auf – plötzlich eröffnet in der dänischen Metropole ein veganes Restaurant nach dem anderen.

SCHLEMMEN IN ZENTRALER LAGE

Die meisten liegen zentral in der Altstadt zwischen Nobel-Boutiquen, Indie-Läden und Hotels wie dem hippen 25hours-Hotel, wo meine Tochter und ich logieren. Zum Beispiel das V'italian, das der Exil-Hamburger Jonas Keller erst vor ein paar Monaten aufgemacht hat. An den Tischen draußen vor der poppig-pinken Fassade schauen wir dem trubeligen Treiben zu und lassen uns Linguine alla Vodka (gehypt von Model Gigi Hadid) und Champignon-Lasagne schmecken. Dass alles vegan ist, kriegt die Laufkundschaft kaum mit. Offenbar gut fürs Geschäft: der Laden ist gerammelt voll, ohne Reservierung geht's kaum.

Im nördlich angrenzenden Stadtteil Østerbro lässt sich die vorbildliche Stadtentwicklung Kopenhagens live bewundern. Am ehemals industriellen Nordhafen entstehen moderne Wohnungen direkt am Wasser - und viel Lebensqualität. Daneben wartet eine kulinarische Offenbarung: Das nachhaltig im dänischen Design eingerichtete Lupa Bistro des Australiers Jason Renwick, kürzlich ausgezeichnet mit einem Grünen Michelin-Stern (siehe Interview). Das Mittagsmenü besteht aus sechs (!) Gängen, optional mit jeweils passenden Getränken. Was auf der Karte schlicht als Milchbrötchen. Tomate und Maiskolben angekündigt ist, entfacht tatsächlich ein Feuerwerk an komplexen Aromen, Texturen und Farben. Ohne Übertreibung: So gut haben wir noch nie gegessen!

Beim Bummel durch das benachbarte Nørrebro, Hotspot der Kreativen mit Bars und kleinen



Geschäften, lockt Nicecream: ein Dutzend köstliche Sorten Bio-Eis auf Kokosbasis – und sogar Softeis! Bestseller ist Sneaky Bizz mit Erdnüssen und Karamell wer braucht da noch Snickers? Eine weitere Filiale des veganen Eiscafés befindet sich im früheren Schmuddelviertel Vesterbro westlich des Bahnhofs. Heute ein angesagter Szenebezirk, wo die junge Generation in den ehemaligen Schlachthäusern des Meatpacking Districts feiert.

PLANTBASED AUF DIE SCHNELLE

Nur zweihundert Meter weiter liegt der Burger-Imbiss Eden Jaxx von Bill Windsor (siehe Interview). Hier bekommt man den ganzen Tag über saftige Burger mit Beyond Meatund Portobello-Pilz-Pattys und herzhafte Bowls. Bei Hiphop-Klängen speist man an minimalistischen »





INTERVIEW mit Jason Renwick. Inhaber des Edelrestaurants Ark, der Beyla Bar & Eatery und des Lupa Bistro

Ein Grüner Michelin-Stern für Ark, jetzt einer für Lupa, Glückwunsch!

Danke! Das erste Jahr für Lupa war hart, aber seit der tollen Kritik in einer großen Zeitung läuft's. Der Lohn für sehr viel Arbeit. Ich bin sechs Tage die Woche im Einsatz – die meiste Zeit, um frische Zutaten für die Restaurants zu sammeln: Wildkräuter, Sträucher, Blüten, Früchte ... Wir verwenden keinen Fleisch- oder Milchersatz, sondern machen alles selbst. Dabei nutzen wir möglichst alle Teile der Pflanzen, wir trocknen und fermentieren – zum Beispiel für Kombucha, Himbeeressig und Absinth.

Gehoben vegan funktioniert also?

Eigentlich wollte ich ein Steakhaus eröffnen. Aber nach den Dokus "Cowspiracy" und "Earthlings" war klar: Ich will helfen, den Planeten zu retten. Und es besser machen als Restaurants, die vegane Gerichte anbieten, die nicht schmecken. Als ich einen Zwei-Sterne-Koch gefunden hatte, gründete ich im Jahr 2020 Ark, dann kamen Lupa und jetzt Beyla dazu.

Du betreibst auch eine Pilzfarm...

Wir verwenden unsere besonderen Züchtungen nicht nur selber, sondern verkaufen sie auch an 16 Restaurants, die sie statt Fleisch verwenden. Vor einem Jahr haben wir 200 Kilo pro Woche geerntet, diese Saison schon mindestens eine Tonne. So kann ich noch mehr bewegen.



NTERVIEW mit Bill Windsor, Inhaber der veganen Burgerkette Eden Jaxx

Wie bist du auf den pflanzlichen Burger gekommen?

Ich wurde in England von Hippies aufgezogen, mit Bio-Essen und natürlich ohne Fleisch. Schon als Zehnjähriger habe ich gerne mit meiner Großmutter gekocht. Als ich selbst Vater wurde, wollte ich meinen Sohn gesund ernähren und habe viel mit pflanzlichen Alternativen zu Fleisch und Milch experimentiert. So entstand die Idee für meinen eigenen Laden – und 2020, nach dem Corona-Lockdown, eröffnete ich die erste Filiale.

Heute sind es schon vier Läden. Deine Burger scheinen gut anzukommen.

Es geht alles über den Geschmack. Wir verwenden Bio-Zutaten und machen alle Dips selber, zum Beispiel vegane Majo mit dänischen Pickles oder geräuchertem Chili. Ich habe alle Rezepte selbst entwickelt, obwohl ich kein gelernter Koch bin. Mein Sohn Jack, nach dem auch die Läden benannt sind, hat dann aber Koch gelernt. Das viele Probieren bei mir hat ihn auf den Geschmack gehracht!

Was treibt dich an?

Ich liebe es einfach, Leute zu bekochen und zu sehen, wie mein Essen sie glücklich macht. Ich komme gerade von einem Festival in Roskilde, wo wir Burger verkauft haben. Die strahlenden Gesichter der Leute – das ist für mich jedes Mal ein Fest!

dänisches Roggenbrot, lässt sich auch vegan üppig belegen Holztischen vor dunkelblauen Wän-

Das klassische Smørrebrød,

den, zum Mitnehmen gibt's spezielle Verpackungen, die sich zu Tellern aufklappen lassen. Wir probieren Shakes mit hausgemachter Cashew-Milch: Ist Mango noch leckerer als Schoko-oder umgekehrt?

Gut für den Hunger zwischendurch ist auch das Vital Foods in der Altstadt. Für Kopenhagener Verhältnisse günstig gibt es hier bis 17 Uhr Toast, Overnight Oats, Sandwiches und Burritos mit Jackfruit und schwarzen Bohnen – auch zum Mitnehmen. Frederik Waagepetersen hat das Café im Clean-Chic letztes Jahr eröffnet, nachdem er die Doku "Food Matters" (deutsch: "Du bist, was du isst") gesehen hatte – und in seiner Stadt keine gesunden veganen Snack-Angebote vorfand.

Bis zum späten Abend geöffnet hat das Bistro Verde zwischen den malerischen Booten und farbenfrohen Häusern am Nyhavn und Schloss Amalienbourg, wo die Königsfamilie residiert. Das vor einem Jahr eröffnete Lokal wirkt bewusst wie das nette Bistro um die Ecke: Man soll gar nicht merken, dass Spaghetti Carbonara, Steak und Smørrebrød – das typisch dänische, üppig belegte Roggenbrot – mit Fleisch, Fisch und Käse aus Pflanzen serviert werden. Es gibt sogar Schokoküsse aus Aquafaba statt aus Hühnerei! In Dänemark heißen sie Flødeboller und werden schon zum Frühstück gegessen. Wir beißen fast andächtig rein. Krass -

genau so haben sie früher geschmeckt!
Nahe der Uni, im
LGBTQ-Zentrum Kopenhagens mit Bars
und kleinen
Läden, liegt das
vegane Restau-



basis gibt's rund ein Dutzend Sorten

rant Urten. Das zwei- oder dreigängige Menü wechselt monatlich, wir bestellen Blumenkohl-Kroketten mit Kartoffeln, Kichererbsen und Spinat sowie Vanillecreme mit frischen Beeren – dekoriert mit Wildblumen und Blattgold. Denn glitzern und funkeln muss es hier nicht nur zur Pride Week, die die Stadt im Sommer groß feiert. Unter den Füßen fühlt man die Bässe der Atlas Bar im Souterrain, wo es Burger, Lasagne und Risotto gibt – auch hier alles vegan.

Es tut sich eine ganze
Menge: Bisher listet
Happy Cow für Kopenhagen 19 Restaurants
ganz ohne Tier auf,
Tendenz rasant steigend. Also dann:
Auf Wiedersehen –
På gensyn! «

28 **VEGAN** für mich 8.2023