

DER GASTRONOMIE-TIPP

ZWISCHENDURCH MAL GESUND ESSEN IN MITTE: MCCONELLS SALATBAR

Es begann 1999 mit dem „Obsttresen“, an dem der Lebensmittelkaufmann Ivo McConell im Bahnhof Friedrichstraße den normalen Imbissbuden etwas Gesundes entgegensetzte. Er wollte damit eine Marktlücke schließen: Unterwegs essen bedeutet oft ungesund essen. 2003 wurde der Laden deshalb um die Saftbar erweitert, und 2006 schließlich um die Salatbar, wo man tagsüber bei Tageslicht an sauberen Tischen in angenehmer Ambiente frisch zubereitete Obst- und Gemüsesalate, Suppen, Couscous, Baguettes, belegte Wraps und Bagels essen und frisch gepresste Säfte und Smoothies sowie normale Erfrischungsgetränke, Bier, Wein und Heißes trinken kann.

Inzwischen hat der Obst- und Safttresen einen Ableger in Moabit im Hauptbahnhof, und falls man dort mal keine Parklücke bekommt, einen weiteren im Hauptbahnhof Dresden.

Für Berliner Taxifahrer interessant ist die Salatbar in der Nord-(West-)Ecke des Bahnhofs Friedrichstraße. Hier kann man sich einen von sieben Salaten in jeweils zwei verschiedenen Größen aussuchen oder sich aus über 60 Zutaten einen zusammenstellen lassen. Dazu stehen an die zehn verschiedene Saucen zur Auswahl, wobei das Personal nicht so genau Auskunft über Inhaltsstoffe und Zuckergehalt geben kann oder will. Auch wurde es bei meinen Besuchen leider abgelehnt, beispielsweise Oliven statt

ZWISCHENSTOPP OHNE HEKTIK IN WESTEND: BISTRO WALDSCHULALLEE

Die Sporthalle der TU Berlin in der Siedlung Heerstraße hat eine ebenerdige Cafeteria mit großer Terrasse, die mit „Studentenpreisen für alle“ wirbt. Hier gibt es keine großen Gerichte, aber herzhaft und süße Knabbereien (Buletten, Suppen, belegte Brote, Würstchen, Kuchen), Obst, eine breite Palette an heißen und kalten Getränken (auch Mangolassi und Yogitee), saubere Toiletten und sehr freundliches Personal. Und in der Halle werden zu sehr günstigen Preisen (siehe Internetseiten der Unis) die unterschiedlichsten Kurse von Badminton über Musikgymnastik und Tennis bis Volleyball angeboten, bei denen – mehr mit Spaß als durch Anstrengung – jeder wieder fitter werden kann. ■ ar



Von außen unauffällig, aber die inneren Werte zählen

MCCONELLS OBSTTRESEN UND SALATBAR

Mitte, im Bhf. Friedrichstr., Außenzugang:
Tränenpalast-Vorfahrt / Reichstagufer

Öffnungszeiten Salatbar:

Mo bis Fr 8:00 bis 19:00 Uhr
Sa und So 10:00 bis 19:00 Uhr
(Saft- und Obsttresen schließen
jeweils eine Stunde später)

Mango als Zutat zu verwenden. Hier spart der Betreiber leider am falschen Ende. Der große Pluspunkt aber sind die günstigen Preise: Für sechs Euro wird man angenehm und auf gesunde Weise satt, und auch die Getränke sind für Imbissverhältnisse normal bis supergünstig.

Von außen sieht die Salatbar unscheinbar aus. Ein kleiner Eingang befindet sich auf der Ecke Tränenpalast-Vorfahrt / Reichstagufer. Der Haupteingang befindet sich im Bahnhof. ■ ar



BISTRO WALDSCHULALLEE

Westend, Waldschulallee 71 (zwischen
Harbigstr. und Neidenburger Allee)

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr 17:00 bis 23:45 Uhr
Sa 10:00 bis 19:00 Uhr
So 10:00 bis 15:00 Uhr

IMPRESSUM

Verlag

taxi-times Verlags GmbH,
Frankfurter Ring 193 a
80807 München, Deutschland
Telefon: +49 (0)89 / 14 83 87 91
Telefax: +49 (0)89 / 14 83 87 89
E-Mail: info@taxi-times.taxi
Internet: www.taxi-times.taxi

Geschäftsführer und V.i.S.d.P.

Jürgen Hartmann (jh)

Bankverbindung

Stadtsparkasse München
IBAN: DE89701500001003173828
BIC: SSKMDEM3333

UST-ID: DE293535109

Handelsregister: Amtsgericht München

HRB 209524

Redaktion (tt)

Stephan Berndt (sb), Jürgen Hartmann (jh), Wilfried
Hochfeld (wh), Axel Rühle (ar), Hayrettin Şimşek (hs)
E-Mail: tt-berlin@taxi-times.taxi

Mitarbeiter dieser Ausgabe

Sascha Bors (sash), Ruprecht Rassler (rr)

Grafik:

Stanislav Statsenko, info@inversi-design.de

Anzeigenleitung und Vertrieb

Elke Gersdorf, e.gersdorf@taxi-times.taxi
Telefon: +49 (0)89 / 14 83 87 92
Telefax: +49 (0)89 / 14 83 87 89

Druck

Chroma Druckerei, Przemysłowa 5,
68-200 Żary, Polen

Erscheinungsweise 6 x pro Jahr
Heftpreis 3,50 €

ISSN-Nr.: 2367-3842

Weitere Verlagsmagazine:

Taxi Times DACH, Taxi Times München