



Marco Eisenack (Gründer und Herausgeber) und Anika Landsteiner (Chefredaktion)  
→ [www.mucbook.de](http://www.mucbook.de)

# Lecker Schmecker

Reden wir mal nicht um den heißen Brei herum – wir **LIEBEN Essen!** Aus diesem Grund steht das nächste MUCBOOK-Magazin ganz unter dem Motto **FOOD**: Hier werden **delikate Reportagen, schmackhafte Fotostrecken, aphrodisierende Prosawerke und leckere Restauranttipps** unter einen Zuckerhut gebracht. Und weil wir derzeit auf einer Genusswelle surfen, verraten wir Dir hier **exklusiv vier unserer besten kulinarischen Hot Spots in München. An Guad'n!**



## Ein Stück „dolce far niente“

Ciao, Buongiorno und Willkommen in der Bar Giornale, die seit 2011 ein Stück authentisches Italien nach München bringt! In der aktuellen Ausgabe des MONOCLE Magazin als „it really is that good“ ausgezeichnet, unterschreiben wir das liebend gerne. Hier geht es nämlich hauptsächlich um die Ahhs und Ohhs, denn die italienisch verwurzelte Bar mitten in Schwabing steht nicht nur für leckere Kaffeespezialitäten (am besten in Kombination mit Spremuta, einem frisch gepressten Orangensaft), sondern auch für eigene Drink-Kreationen, wie den Milano Mule. Außerdem: Wo es Profiteroles gibt, lässt das Urlaubsgefühl nicht lange auf sich warten. Deswegen lehnen wir uns hier zurück – bei gutem Wetter auf der Sonnenterrasse, wenn's küschelig sein soll in den lederbezogenen Loungesesseln. Inspiriert ist die Inneneinrichtung übrigens vom Mailand der frühen 60er Jahre – mit Wandvertäfelungen aus Teakholz und handgefertigten Leuchtern. Staunen, genießen, bella Italia direkt in Muga – mehr braucht's nicht, finden wir!

Bar Giornale, Leopoldstraße 7  
→ [www.bar-giornale.com](http://www.bar-giornale.com)





## Konzept zum Glücklich Sein

Ein knappes Jahr ist das CANTINE CANTONA nun alt. Das Konzept für das neue "from farm to table"-Restaurant, in dem es nur nachhaltig erzeugte Lebensmittel aus dem direkten Umland gibt, haben Küchenchef Toni Fröschl und Szenedrink-Unternehmer Max Schweisfurth entwickelt. Sie haben sich dazu mit dem erfolgreichen Münchner Gastro-Trio (Sascha Arnold, Niels Jäger und Steffen Werner) zusammengeschlossen. Alle kennen sich irgendwie vom Feiern. Warum gefällt uns das? Die Jungs haben Spaß, die Leute sind entspannt, die Küche ist ehrlich und authentisch. Küchenchef Toni Fröschl kombiniert die Prinzipien der ökologischen Landwirtschaft mit der Finesse internationaler Gourmetküche. Für einen Lunch zahlt man im Schnitt um die zehn Euro. Zweimal in der Woche wird frisch eingekauft, was die Bauern des Umlands und die Fischereien der umliegenden Seen in bester Qualität saisonal anbieten können. Ohne Zwischenhändler, direkt vom Erzeuger. Aus logistischen Gründen – es gibt nur eine kleine, offene Küche – ist die Speisekarte fokussiert. Eine Itenelos-Glücklich-Kombination, die alle Feel Good-Elemente vereint.

CANTINE CANTONA, Schellingstraße 27  
→ [www.cantinecantona.com](http://www.cantinecantona.com)

## Immer Sommer im Gartensalon

Ein himmlisch duftendes Stück Schokoladenkuchen mit frischen Beeren reckt sich auf dem Teller. Es ist Sommer. Das Schöne am Gartensalon ist aber, dass selbst bei minus 20 Grad und meterhohem Schnee hier Sommer wäre. Denn umgeben von überdimensionalen Blumenpflanzern und einer Wiese, die zum Träumen umfunktioniert wurde, bunten Gartenstühlen, verschiedenen Kunstwerken und freundlichen Bedientenden kann man gar nicht anders, als sich wohl zu fühlen. Doch neben dem Ambiente laden auch verschiedene Leckereien zum Verweilen ein: Am Morgen Frühstück mit einem „glücklichen Weichei mit Brot“, mittags dann eines der wechselnden Tagesgerichte wie einem Kokos-Curry und am Nachmittag gibt es Kuchen und Limonaden. Daneben findet sich allerlei herziger Schnickschnack im Eingangsbereich des Gartensalons. Denn als Mischung aus Laden und Lokal kann hier zwischen niedlichen Autebuteln und selbstgemachten Marmeladen wild gestöbert werden. Und ist es dann wirklich Sommer, können die Gäste in dieser kleinen Oase zwischen studentischer Hektik in der Amalienstraße und Alltagsstress in der Türkenstraße ein wenig zur Ruhe kommen – und das mitten in der Stadt.

Gartensalon, Türkenstraße 90/Amalienpassage  
→ [www.gartensalon.net](http://www.gartensalon.net)



## Das Restaurant als Abenteuerspielplatz

Bärtige Köche, tätowierte Kellnerinnen, abenteuerliche Gerichte, schicke Ausstattung und ein unaufdringlicher Service: Das ist Der Gesellschaftsraum. Was haben Zitronenwachtel, Vanillejacobsmuschel, Minikombucha, Karotteneukalyptuspüree und Karamellarte gemein? All das sind Gerichte, die Teil eines Abendmenüs im Gesellschaftsraum sind. Montag bis Samstag ab 18 Uhr wird hier nämlich ein Menü angeboten, das wir nach Herzenslust zusammenstellen dürfen. Drei-, Vier-, Fünf-, Sechs-, Sieben-Gänge und das Ganze vielleicht lieber vegetarisch oder vegan? Das nette und unkonventionelle Team macht es möglich. Nützliches Wissen: Vorweg gibt es immer einen Gruß aus der Küche, die Gerichte werden gerne näher erklärt und auch der Mittagstisch mit Speisen rund um die zehn Euro ist empfehlenswert. Der Gesellschaftsraum ist schick ohne micki, das Team zurückkommend, das Essen fabulös – hei so viel Liebe im Magen sparen auch wir nicht mit unseren Lobeshymnen.

Der Gesellschaftsraum, Bräuhausstraße 6  
→ [www.der-gesellschaftsraum.de](http://www.der-gesellschaftsraum.de)





## Schmalznudel, Meze oder Nutellapizza? – 10 exklusive Take-Away-Tipps der MUCBOOK-Foodexperten!

Du hast es eilig oder bekommst Dein Essen einfach lieber auf die Hand? Kein Problem, auch für Dich hat sich das MUCBOOK-Team durch München geschlemmt und für das kommende Heft die 089 besten Take-Away-Tipps zusammengestellt. Einen kleinen Vorgeschmack gibt's hier!

Das  
Food-MUCBOOK  
erscheint am  
22. Oktober!

### beirut beirut / Sendling

Die authentischste libanesische Küche Münchens und die wohl besten Falafel außerhalb des Libanon – das ist „beirut beirut“! Im Angebot sind täglich wechselnde, feine Mittagsgesichte oder Hummus, Meza, Baba Ghanoush und viele weitere Köstlichkeiten, die das Herz höher schlagen lassen. Hier wird jeder glücklich glücklich!

### Pâtisserie Lehmann / Giesing

Warum ein Stück Kuchen, wenn man auch verschiedene kleine Miniküchlein haben kann? Wer sich nie entscheiden kann, ist hier genau richtig! Feine Tartes, Törtchen, Macarons und handgemachte Pralinen zaubern jedem Schokoherten in die Augen und wehen einen Häutchen von Paris nach Giesing. Hier isst auch das Auge mit und hineinbeißen grenzt da fast schon an Vandalismus. Bon Appétit!

### Neuhauser / Neuhausen

Ohne Reservierung ist zu Rush-Hour-Zeiten hier nichts zu machen, ansonsten heißt es: Schlange stehen für die Wahnsinn-Holzofenpizza, die vielleicht eine der besten in ganz München ist. Unsere Lösung daher: Die Pizza einfach mitnehmen und in Ruhe genießen! Besonders lecker ist übrigens die Pizza „Neuhauser“ mit Parmaschinken, Rucola, Kirschtomaten und Parmesan!

### Tokami / Maxvorstadt

Das Tokami gegenüber dem Brandhorst Museum ist einer der besten Japaner der Stadt. Noch besser: Das Tokami Take-Away, das nebenan eröffnet hat. Gemießer-Pflicht für alle: Die vielen verschiedenen Soßen probieren!

### Pizzesco / Haidhausen

Pizza nicht in runder, sondern in ovaler Form, und das in vielen Variationen – so viele, dass man definitiv mehrmals kommen muss, um alle probieren zu können! Hier ist immer was los und dank all der Menschen, Pizzen und Weine fühlt man sich wie in Italien. Gluten- und laktosefreie Gerichte stehen ebenso auf der Karte wie Dunkel-pizza, für Mutige gibt's sogar Nutella-Pizza!

### Café Frischhut (Schmalznudel) / Altstadt

Den Zweitnamen „Schmalznudel“ verdankt das Café am Viktualienmarkt der heißen, fettigen Spezialität, die hier schon seit 1973 verkauft wird. Das heißt: Erst den Konditoren dabei zuschauen, wie sie die kleinen (Hütt-) Goldstücke zaubern, dann in Zucker wälzen und schnell reinbeißen – halleluja!

### Fräulein Grüneis / Lehel

Das Café verzaubert nicht nur durch seine tolle Lage im Englischen Garten, sondern auch durch vier ausgewählte, raffinierte Mittagsgesichte. Der Kaffee ist dort obnehin unwahrscheinlich, aber das absolute Ober-must-do: Bei den Schokoküssen zugreifen!

## Dilan Meze & Bar / Au

Als wäre man in Anatolien: rauchiger Lavagrill, würzige Gerichte und freundliche, aufmerksame Kellner. Das Dilan ist definitiv ein Gewinn, sich in die Au zu verlaufen. Denn wenn die Auswahl aus 25 Meze, also türkischen Vorspeisen, zu klein ist, kann sich jeden Abend von neuen Gerichten überraschen lassen. Immer lecker sind Sakouka, Sucuk und dazu fluffiges Fladenbrot.

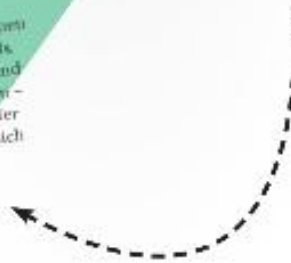


## Royal Kebabhaus / Bahnhofsviertel

Herziger Service, traditionell-türkische Einrichtung, bombastisch leckeres Essen. Hier wird auf Fleisch und tierische Produkte verzichtet, dafür wird der Veggie Döner mit Seitan gemacht und die Tortapasten mit beispielsweise Roter Beete, Kräutern oder Tsatsiki sind kulinarische Träume! Das Royal Kebabhaus in der Arnulfstraße ist ein echter Schütz und noch dazu sind die Preise so niedrig, dass man zu zweit plus Getränke unter zehn Euro bleibt - also hin da!

## LeDu Happy Dumplings / Maxvorstadt

Von der Stubi aus fällt man quasi direkt auf einem der roten Plastikstühle des niedlichen Lokals „Happy Dumplings“ setzt auf Bio-Qualität und bietet bedingungslos zu empfehlendes Essen - ein zufriedener Bauch ist also inklusive! Wer die Leckereien mitnehmen will, sollte sie sich allerdings abbrauen lassen.



MUCBOOK erscheint zweimal jährlich als Printmagazin und widmet sich dabei einem Thema in München, das uns unter den Nägeln brennt! Die nächste Ausgabe dreht sich um FOOD und ist ab dem 22. Oktober über [habenwollen@mucbook.de](mailto:habenwollen@mucbook.de) einzeln (für vier Euro) oder unter [abo@mucbook.de](mailto:abo@mucbook.de) als Abo zu bekommen.

Viel Spaß mit der neuen Ausgabe!



YOU KNOW  
YOU WANT  
IT.

WWW.YOUKNOWYOUWANT.IT