

# Kochen mit Papier

Fisch oder Geflügel und Gemüse in Papier wickeln und ab in den Ofen. Nennt sich *en papillote* und ist eine schonende Garmethode. So geht's:



**1. Vorbereiten**  
Das Papier (z. B. Kochpergament von Saga) je nach Portionsgröße zuschneiden.



**2. Füllen**  
Alles mit Olivenöl beträufeln, salzen, pfeffern und mit Kräutern bestreuen.



**3. Verschließen**  
Den Rand fest zusammenfalten, damit nichts herauslaufen kann.



**4. Garen**  
Fisch und Tomaten (siehe links) für 20 Minuten in den auf 200 Grad vorgeheizten Backofen.

JAJAJAJA!

**Tschüss, Cola**  
Und noch ein neues It-Getränk: „Selo Soda“ aus Schalen und Fruchtfleisch der Kaffeekirsche, Zitrus-saft und Soda enthält natürliches Koffein (aber keinen Zucker). Super erfrischend – schmeckt übrigens auch klasse mit Gin. Probierpaket mit 6 Flaschen von *selosoda.com*, 20 Euro.

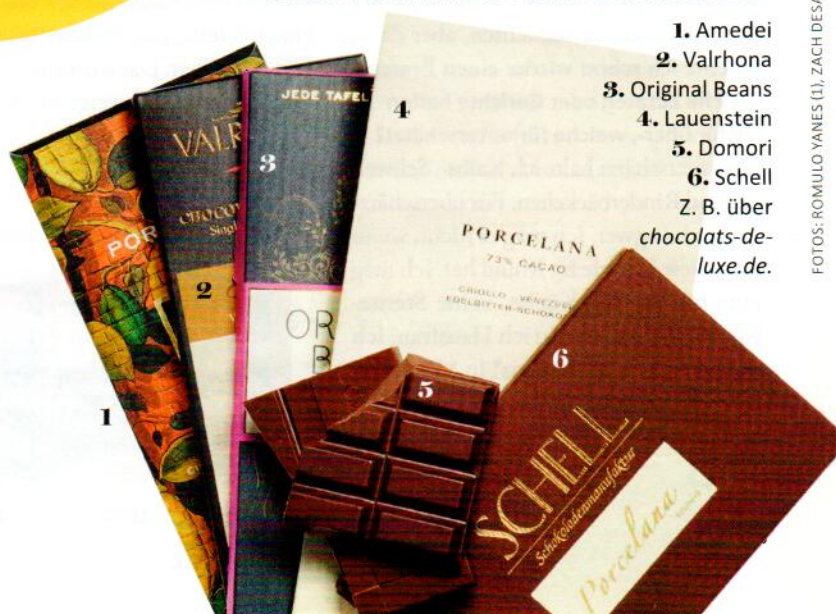


# Genießen NEWS

## Selten gut

*Plastikteile in Mars-Riegeln? Lieber Bitterschokolade mit besonderem Kakao kaufen: „Porcelana“ besteht aus den hellen Bohnen der Criollo-Pflanze. Eine Rarität. Unsere Favoriten:*

1. Amedei
2. Valrhona
3. Original Beans
4. Lauenstein
5. Domori
6. Schell  
Z. B. über [chocolats-de-luxe.de](http://chocolats-de-luxe.de).



**Riesling duftet besser als die allermeisten Parfums**

STUART PIGOTT, 55, Weinpapst, im FAZ Magazin