

# Essen, was gut und gesund ist



Slow Food steht für genussvolles, bewusstes und regionales Essen. Wohl kaum eine andere Insel wäre prädestinierter, die Slow Food Bewegung zu unterstützen als das autofreie Juist: weil die Uhren hier sowieso gefühlt langsamer ticken und das Trappeln der Pferde den Takt angibt.

Zu den ersten Slow Food Tagen auf Juist sind Gäste eingeladen, neue kulinarische Kreationen mit regionalen Produkten auszuprobieren. Dabei können sie sowohl neue Restaurants als auch neue Geschmäcker austesten.

Die Slow Food Tage auf Juist wollen aufmerksam machen auf einen bewussten Umgang mit dem Essen, das wir uns tagtäglich zuführen. So wird auf den Juister Speisekarten in Zukunft vermehrt zu lesen sein, woher bestimmte Produkte stammen. Dabei sollen so viele der Zutaten wie möglich von Höfen des ostfriesischen Festlandes bezogen werden.

"Viele Menschen kümmern sich besser um ihr Auto als um sich selbst," sagt Regina Fette vom Slow Food Convivium Ostfriesland. Die Organisation unterstützt die Slow Food Tage auf Juist und wird mit einem Informationsstand rund um das Thema "bewusstes Genießen" vertreten sein. "Slow Food möchte Menschen zu mehr Bewusstsein im Umgang mit Nahrung und deren Entstehung sensibilisieren." Dabei geht es um Fragen wie: woher kommt mein Essen? Wie kann ich Slow Food in mein tägliches Leben integrieren?

Dabei geht es nicht um Dogmatismus. Die Slow Food Tage auf Juist bieten neue Wege an, aufmerksam durch die Welt zu gehen. "Es geht um mich", sagt Regina Fette. "Um mein Wohlbefinden." Gleichzeitig fänden Hotel- und Gastronomiebetriebe einen neuen, persönlicheren Weg, mit ihren Gästen ins Gespräch zu kommen.

Für alle, die während der Slow Food Tage nach Juist reisen und in einem der teilnehmenden Restaurants essen, gibt es außerdem etwas zu gewinnen: auf der Speisekarte ist ein Gewinnspielcoupon zu finden. Wer den ausfüllt und abgibt, hat die Chance auf einen Slow Food-Genussführer.

Weitere Informationen und eine aktuelle Liste aller teilnehmenden Restaurants unter:

[www.juist.de/vor-ort/essen-trinken-shoppen/slow-food-tage/](http://www.juist.de/vor-ort/essen-trinken-shoppen/slow-food-tage/)

**Über Slow Food:**

Slow Food ist eine internationale Bewegung, die sich dafür einsetzt, dass jeder Mensch Zugang zu Nahrung hat, die sein Wohlergehen sowie das der Produzenten und der Umwelt erhält. Die Slow Food Bewegung zählt in Deutschland derzeit rund 14.000 Mitglieder in rund 85 Convivien (lokalen Gruppen).  
Weitere Informationen über Slow Food: [www.slowfood.de](http://www.slowfood.de)

**Kontakt**

Katharina Schlangenotto

Gelber Weg 26

61476 Kronberg

Tel: (0) 179 - 521 93 54

E-Mail: [katharina@lieblingsflecken.de](mailto:katharina@lieblingsflecken.de)

Web: <http://www.juist.de>