



Nº 77

FRÜHJAHR 2020 | 1 EURO

Das Magazin des Tourismus-Service Kampen

PRO KAMPEN

NEWS & GESCHICHTEN AUS KAMPEN IN EINER BESONDEREN
ZEIT **LASST ES BLÜHEN** WILDE KRÄUTER & BLUMEN IN DIE
GÄRTEN! **DER MANN MIT DEN MESSERN** SANSIBARS
KÜCHENCHEF DIETMAR PRIEWE UND DER GROSSE
WANDEL »PONY« DIE NEU ÄRA **MÄRCHENHAFT**
KAMPEN ERWEITERT DEN SAGENWALD

TIPPS & TERMINE



KAMPEN

Ein Flirt fürs Leben

Liebe Abonnenten unseres Magazins ProKampen, liebe Freundinnen und Freunde unseres kleinen und besonderen Dorfes,

Sie halten gerade unser Titelbild für die geplante Osterausgabe in den Händen. Es sollte eine richtig frisch-bunte Frühjahrsausgabe werden mit vielen Blumen und schönen Berichten z.B. über die Anpflanzung einer Wildblumenwiese im Avenarius-Park. Alles lag schon fix und fertig bei der Druckerei.

Aber in Anbetracht der aktuellen Situation haben wir uns entschlossen, den Erscheinungstermin zu verschieben. Insbesondere soll dies unseren Anzeigen-Partnern die Möglichkeit geben, die eigene Betriebs-Liquidität nicht kurzfristig strapazieren zu müssen.

Einen genauen Erscheinungstermin für Pro Kampen möchten wir derzeit nicht festlegen. Gerade bei diesen höchst dynamischen Entwicklungen, wo wenige Stunden nach einer neuen Entwicklung schon wieder alles ganz anders erscheint als am Vortag.

Ja, auch hier in Kampen steht nun Vieles still und wir hoffen täglich, dass wir diese Krise in den nächsten Wochen überwinden können und alle Betriebe es schaffen, durchzuhalten. Um ein Zeichen der Solidarität zu setzen und zu unterstützen, hat die Gemeinde Kampen bei den gemeindeeigenen Pachtbetrieben die kommenden drei Monatspachten ausgesetzt – und wir hoffen sehr auf Nachahmer auch bei den privaten Verpächtern.

Wir schauen trotzdem schon nach vorne und bauen ganz stark auf die Sehnsucht und den Nachholbedarf der Menschen, sobald dieser große Einschnitt überstanden ist. Mit unseren Mitarbeitern arbeiten wir daran, dass Kampen sich für Tag eins nach Covid19, der irgendwann kommen wird, herausputzt. Darauf und auf Sie freuen wir uns jetzt schon riesig.

Bis es soweit ist, halten wir Sie in den sozialen Netzwerken auf dem Laufenden und informieren über die Arbeiten, die hinter den Kulissen weitergehen. Dort können Sie uns also virtuell über die Schulter schauen und sich, so oft Sie mögen, eine Prise Kampen nach Hause holen.

Bleiben Sie bitte gesund und erfreuen Sie sich am Frühlingserwachen der Natur.

Ihnen und Ihren Familien wünschen wir sonnige Ostertage.

Ihre

Birgit Frieze

Tourismus-Direktorin Kampen

Wie im MÄRCHEN

Kampen erweitert den Sylter Sagenwald

TEXT: IMKE WEIN FOTOS: MAIKE HÜLS-GRAENING

Sylter Sagen sind allerbesten Stoff für Kinder. Klare Gut-Böse-Verteilung der Rollen, eine Prise Grusel, eine Portion Wirklichkeit, ziemlich viel Magie, reich bestückt mit fiktiven Naturwesen und dazu dann noch haufenweise Sylter Lokalkolorit.

Diesen märchenhaften Geschichten hat Wenningstedt vor zwei Jahren einen Spielplatz gewidmet, der ein ganzheitliches Erleben der Sagenwelt ermöglicht. Der kleine Themenwald wird jetzt auf Kampener Terrain um fünf weiteren Spielstationen erweitert: Das Eröffnungsfest wurde abgesagt. Aber aufgeschoben ist nicht aufgehoben. Das kleine Spektakel für die ganze Familie wird so schnell wie möglich nachgeholt! Sylter Sagen sorgten schon im vorvorvorletzten Jahrhundert an langen friesischen Winterabenden für den schönen Schauer auf dem Rücken und für ziemlich gute Unterhaltung. Sie erklären so manches Sylter Phänomen auf andere Art und sind es wert gelesen, erzählt und mit neuem Leben gefüllt zu werden.

Schon der Sylter Chronist und Keitumer Dorflehrer Christian-Peter Hansen (1803–1879) brachte einige der Erzählungen, die ihm zu Ohren kamen, in die Schriftform. Der Keitumer und seit den 60er Jahren weltberühmte Kinderbuch-Autor Boy Lornsen widmete den Puk, den Sylter Hausgeistern, eine kleine Roman-Reihe. Der Sylter Journalist Frank Deppe trug vor einigen Jahren Sylter Sagen aus den unterschiedlichsten Quellen zu einem kleinen Buch zusammen. Wenningstedt Marketing-Fee Iris Ballhausen kam angesichts

der märchenähnlichen Geschichten, die sie ihrer Tochter so gerne vorlas, eine Idee: »Wir lassen die Geschichten und Figuren lebendig werden und entwickeln einen Sagenspielplatz im kleinen Wäldchen zwischen Wenningstedt und Kampen.«

Ihre Vision fiel auf weichen Boden. Es brauchte dann noch etwas, bis das Projekt mit der Unterstützung des Tourismus-Services, der »Söl'ring Foriining« und vielen Unternehmen im Ort seine Umsetzung fand.

Aber seit zwei Jahren erweisen sich die kreativen Spielstationen des Sagenwaldes als echter Magnet für Familien mit Kindern. Autor Frank Deppe bietet zudem im Sommerhalbjahr immer dienstags eine Führung durch das Wäldchen an. Und da die bewaldete Fläche eben auf Kampener Grund und Boden noch ein gutes Stück, weiterführt, kam schnell der Gedanke auf, den besonderen Spielplatz weiter auszubauen. In der ProKampen berichteten wir vor einem Jahr von dem Projekt. Wenige Tage nach Erscheinen meldete sich ein freundlicher Spender bei der Gemeinde und finanzierte alle fünf geplanten Spielstationen auf einen Schlag. Die Geschichten wurden ausgewählt und zeitgemäß umformuliert. Die Sylter Kunsthandwerkerin Petra Brüngen bemalte vier große Findlinge. Zwei davon schenkt Kampen den Wenningstedter Nachbarn aus Dankbarkeit für die tolle Initiative. Die Steine werden die die Ein- und Ausgänge des Sylter Sagenwaldes kennzeichnen. Ganz bald können Kinder und ihre Erwachsenen nun noch mehr über kleine Helden wie Finn, den Zwergenkönig, oder Teunis, den ruchlosen Piraten, erfahren.

Spiel, Spaß &
sagenhafte Köstlichkeiten:

der Sagenwald öffnet
sobald wie möglich!

Alle kleinen und großen
Sagenfreunde sind herzlich
willkommen!

Zur Einstimmung und zum Vorlesen:

Über den kleinen Hausgeist Nis Puk



Jede Familie auf Sylt kann sich glücklich schätzen, wenn ein Puk bei ihr auf dem Dachboden oder im Stall einzieht. Das macht der kleine Kobold allerdings nur dann, wenn ihm die Grütze, sein Lieblings-Getreidebrei mit extra viel Butter, richtig gut schmeckt. Den muss die Familie für ihn in seinem Grütztopf gekocht haben und für ihn bereit stellen. **Schmeckt ihm die Grütze, zieht er ein. Hat es sich der Puk erst einmal gemütlich gemacht, dann bleibt er zwar unsichtbar, sorgt aber dafür, dass alle Mitglieder der Familie beschützt werden.** Er kümmert sich darum, dass seiner Familie alles gelingt.

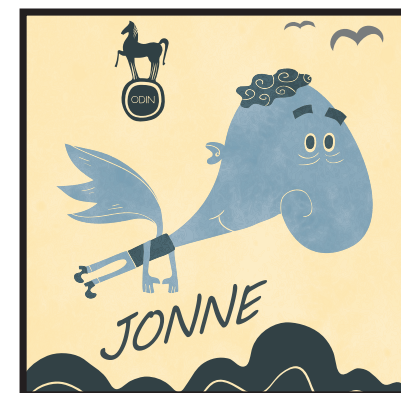
Wenn jedoch Kinder oder Haustiere in der Familie nicht gut behandelt werden, versteht er keinen Spaß. Plötzlich verwandeln sich Puk in Plagegeister, sorgen für Lärm und ständige Unordnung und schließlich dafür, dass die Erwachsenen ihr Verhalten ganz schnell überdenken. **Wenn der Puk sich immer wieder über eines der Familienmitglieder ärgert, dann zieht er aus. Ist die Familie gut und liebenswert, dann bleibt er für immer und ewig.** Gesehen wurden Puk bisher nur sehr selten. Nis Puk, der Held vieler Hauskobold-Geschichten im Norden, ist ein wirklich kleiner Kerl. Er ist viel kleiner als Du. Er hat rot-braune, zottelige Haare, große Augen und ein freundliches Gesicht. Gerne trägt Nis Puk rote Socken, eine warme Mütze und einen Pullover, den ihm seine Familie strickt. Man sagt, manchmal, ganz machmal, habe Nis Puk auch im Kampener Quermarkenfeuer gewohnt. Immer dann, wenn er mal in aller Ruhe nachdenken wollte.



KUNST IM GLAS



BIG MAMA - UNSER PINOT NOIR MIT HERZ



JONNE - UNSER CUVÉE MIT AHA-EFFEKT



ASGARD - UNSER SILVANER MIT SEELE

UNBEDINGT VORMERKEN
NEUE SPITZENWEINE - EXKLUSIV BEI UNS
IN DER ODIN VINOTHEK

ODIN Vinothek · Hauptstraße 15 · 25999 Kampen
täglich von 10:00 Uhr - 20:30 Uhr für Sie geöffnet

ABREISE
DELUXE:
AM ABEND
IM „CLUB“
VERSACKT,
BIS IN DIE
PUPPEN GE-
SCHLAFEN,
ERST MIT-
TAGS LOS!
GEHT
NICHT?
ABER
KLAR!

Einfach direkt bei Appartements & Mehr
buchen! Das „Check-in-und-check-out-
wie-es-beliebt“.
Für Urlaubsglück – bis zum letzten Moment!



Telefon 04651 995 95-0 | urlaub@kampeninfo.de
www.kampeninfo.de



Eine wilde Blumen- und Kräuterwiese ist zwar zunächst nicht weniger Arbeit als ein akkurat geschnittener Rasen, aber optisch viel schöner und vor allem: ökologisch sinnvoll. Wie es geht, eine solche Wiese anzulegen, das weiß Maike Lappoehn (unten rechts). Die Kampenerin ist die Geschäftsführerin der Naturschutzgemeinschaft Braderup, dort gibt es einen traumhaften Kräutergarten, eine wilde Blumenwiese, entsprechende Führungen und Tipps. Mit auf dem Foto: Margit Ludwig, die Vorgängerin von Maike Lappoehn.



Blumenwiesen statt Rollrasen

KAMPEN ENGAGIERT SICH FÜR NATURNAHE GÄRTEN

3.000 neue Blumenzwiebeln versenkten die fleißigen Arbeiter der Gemeinde im Kampener Erdreich – alleine im vergangenen Herbst. Die »Pflanzoffensive« der letzten Jahren beschert dem Ort ein wahrhaft farbenfrohes Frühlingserwachen. Doch damit nicht genug: Bürgermeisterin Steffi Böhm und ihrem Team ist es ein Riesenanliegen, dass die Bepflanzung der öffentlichen Flächen in den nächsten Jahren allorts ökologisch Sinnvoller wird. Ein Freude für die Augen, vor allem aber auch ein attraktives Ziel für Insekten und Bienen – als nächsten Step wird es ein Wilblumenwiese im Avenarius-Park geben.

»Es gedeihen hier auf Sylt alleine über 150 Pflanzen, die auch für den Menschen Heilwirkungen haben oder für die gesunde Küche zum Einsatz kommen können. Es ist faszinierend, sich damit zu beschäftigen, was in einem naturnahen Garten alles möglich ist«, sagt die Bürgermeisterin, die sich wünschen würde, dass auch Kampener Hauseigentümer langsam aber sicher wegkommen von Rollrasen, Rosa Rugosa und Baumarten, die zwischen den Meeren eh wenig Chance haben zu gedeihen. Würden mehr Kampener Hauseigentümer sich für einen naturnahen Garten mit einer artenreichen Blumen- und Kräuter-Wiese, mit Stegen statt versiegelten Flächen, mit einem Natur-Heidebereich und vielleicht einigen robusten Stauden- und Obstbaumarten entscheiden, wäre das nicht nur großartig für Vögel, Bienen und anderes Getier, sondern auch für den Menschen selbst. Aus den unterschiedlichsten Gründen. »Wenn man sich erst anfängt mit dem Thema zu beschäftigen, möchte man immer mehr wissen. Außerdem ist ein naturnaher Garten auch gut für die Seele und es geht nichts über ein Pesto aus eigenen Gartenkräutern. Zudem werden Blumen-



wiesen nur zweimal im Jahr gemäht – das ist auch gut für die Ohren«, weiß Maike Lappoehn, Kampener Bürgerin und Geschäftsführerin der Naturschutzgemeinschaft in Braderup.

Die Lärmbelästigung im Sommerhalbjahr durch permanentes Rasenmähen ist in Kampen seit Jahrzehnten ein Dauerbrennerthema im Gemeindebüro. »Akkurat gemähte Rasenflächen haben für die Natur ungefähr einen solchen Wert wie Auszugsmehl für die menschliche Ernährung. Eine ökologische Nullnummer also«, weiß Maike Lappoehn.

Im Garten des Braderuper Zentrums wird gerade in Team-Arbeit der Kräutergarten und die Wildblumenwiese neu angelegt. »Wer Interesse an der Neu- oder Umgestaltung seines Gartens in ökologisch sinnvoll hat, den beraten wir gerne«, sagt Maike Lappoehn einladend. Schon ab Mai bietet die Naturschutzgemeinschaft wieder zweimal die Woche Kräuter- und Gartenführungen an.

Aber auch außerhalb der regulären Termine informiert das Naturzentrum bei Bedarf, was Sinn macht bei der Bepflanzung von Sylter Wällen und Gärten. Maike Lappoehn empfiehlt in jedem Fall auf Pestizide zu verzichten – Brennnessel-Sud ist viel effektiver und ökologisch einwandfrei. Immer sinnvoll ist es auch im Garten, marode Holzstücke als Insektenhotel aufzustellen. Wenn man Kinder hat, ist es unkompliziert,

einen Teil der Gartenfläche als Blumenrasen, einen als Wiese und einen weiteren als Heidefläche anzulegen.

Wenn möglich wird Mitte Juni die überaus kundige Angela Neumann für das Zentrum wieder ihre Kräuter-Führungen in der Braderuper und Kampener Natur anbieten. Mit Leidenschaft erläutert die Gärtnerin und Agrarökologin allen Interessierten die Faszination von Sylter Wurzeln, Blüten, Knospen und Stängeln, von Früchten und Beeren – über der Bedeutung für das ökologische Gleichgewicht, aber auch für die Hausapotheke und vor allem für den Kochtopf.

»Nein, eine Wildblumenwiese – wie überhaupt ein naturnaher Garten – bedeutet sicher nicht weniger Arbeit, aber er ist natürlich bildschön und verbindet den Menschen wieder mehr mit dem Grün rund um sein Haus«, versichert Rolf Stephan Hansen. Seine Gartenbaufirma »Schönfeld« in Munkmarsch ist die erste Adresse auf Sylt für Gartenanlagen. Der Keitumer hat auch in Kampen schon unzählige Gärten gestaltet und ist der »Designer« des mehrfach prämierten Hörnummer Golfplatzes.

»Auch in Kampen haben die Böden schon unterschiedliche Beschaffenheit. In der Nähe des Weststrandes sind die Böden viel magerer als in Wattnähe. Das allein ist schon ausschlaggebend dafür, was in einem Garten wächst oder nicht«, weiß der Experte.

Eine Prise Pflanzenkunde mit dem, was in Kampen so wächst und nicht jeder kennt:

Teufelsabbiss

GIBT SELTENER SCHMETTERLINGEN EIN ZUHAUSE

Arnika

HEILMEDIZINISCHE WUNDERWAFFE MIT 1000 UND EINER WIRKUNG, STEHT STRENG UNTER SCHUTZ

Spitzwegerich

ER STEHT AUF SYLT AN JEDEM WEGESRAND. IM FRÜHLING SIND BLÄTTER UND BLÜTEN EINE DELIKATESSE. DIE ZERRIEBENEN BLÄTTER HELFEN GEGEN STICHWUNDEN

Rotklee

EIN TEE AUS DEN ZAUBERHAFTEN BLÜTEN HILFT BEI KLASSISCHEN FRAULEIDEN

Klappertopf

STEHT AUF DER ROTEN LISTE UND IST EIN SOGENANTER HALBSCHMAROTZER – SIE KLAMMERN SICH AN DEN WURZELN ANDERER PFLANZEN FEST

Wiesen-Bocksbart

GUT GEGEN WARZEN UND GICHT

FOTOS: STOCKADÖBE/CHRISTIAN SCHWIER, IRISART, UNPICKT, TUNEDIN, KLAPPERTOPF, FRANZGERHARD, DULE964

Löwenzahnpesto

LÖWENZAHN IST EIN ABSOLUTER ALLESKÖNNER. AUS DEN WURZELN LÄSST SICH Sogar EIN SEHR SCHMACKHAFTER KAFFEEERSATZ RÖSTEN. WIR WENDEN UNS HEUTE MAL DEN BLÄTTERN ZU. DENN SIE SIND JETZT SO JUNG UND FRÜHLINGSFRISCH EINE ECHTE DELIKATESSE. ALS SALAT MIT EINEM KÖSTLICH-FRUCHTIGEN DRESSING ODER EBEN ALS PESTO:

EIN SCHÖN GROSSES BUND LÖWENZAHN-BLÄTTER

2 KNOBLAUCHZEHEN

120 ML ALLERBESTES OLIVENÖL

2 EL SONNENBLUMENKERNE

1 EL PARMESAN

SALZ & PFEFFER

DEN LÖWENZAHN REINIGEN UND KLEIN SCHNEIDEN. DIE KNOBLAUCHZEHEN ZERKLEINERN UND ANRÖSTEN. ALLE ZUTATEN MISCHEN UND PÜRIEREN, SPAGHETTI DAZU.... FERTIG!

Welche Saatmischung also zum Beispiel für eine Wildblumenwiese richtig ist, hängt essentiell vom Standort ab. Gerade in den ersten Jahren bedarf eine solche Wiese eben auch Hingabe, um möglichst artenreich und vielfältig zu werden.

Rolf Stephan Hansen konstatiert in den letzten Jahren ganz deutlich, dass Hauseigentümer mehr darauf achten, eine Bepflanzung zu wählen, die zur Insel passt. »Aber da ist noch Luft nach oben. Oft ist das Kriterium für Gartenbesitzer möglichst pflegeleicht zu sein«, weiß Roff aus seinem Tagesgeschäft. In den Sylter Gartenbetreuungsfirmen wird man sich in Zukunft also sicher auch umstellen müssen – weg vom lauten Laubpüstern und Mähen hin zu echter Pflege.

Alle Fliegen mit einer Klappe schlägt übrigens das Anpflanzen von Heide, was sich glücklicherweise auch in den privaten Gärten immer mehr durchsetzt. Die Kulturpflanze passt nicht nur nach Sylt, wie die Faust aufs Auge, sie ist zudem pflegeleicht, attraktiv und großartig für das ökologische Gleichgewicht.

Das Naturzentrum Braderup propagiert genau das mit ihrer Aktion »Heide in die Gärten« schon seit Jahren. Mit einer Spende der »Galerie Nottbohm« werden beim »Tag der offenen Tür« im Naturzentrum wieder kleine Heidepflanzen und auch Kräuterpflanzen an die Besucher verschenkt werden können. Ein guter Anfang für eine nur Sylter Gartenkultur.

Alle Termine der Naturschutzgemeinschaft:

www.naturschutz-sylt.de

Lektüretipp für das Anlegen einer Wildblumenwiese:

<https://www.nabu.de/umwelt-und-ressourcen/oekologisch-leben/balkon-und-garten/grundlagen/elemente/22377.html>

www.the-fairies-garden.de

DER MARATHON- MANN MIT DEN MESSERN

Sansibar-Küchenchef
Dietmar Priewe (45)
im Porträt

TEXT: IMKE WEIN
FOTOS: MAIKE HÜLS-GRAENING



Dietmar Priewe »blättert« im Fotoalbum seines iPhones nach Beweismaterial. Gefunden! »Hier schau einmal, wie niedlich«, sagt er schmunzelnd über das Porträt eines etwas rundlichen Typen in Kochjacke. Fast unmöglich in diesem Mann mit dem blassen Köche-Teint den smarten Kerl zu erkennen, der mir mit gebührendem Abstand bei einem Wässerchen gegenüber sitzt. Gertenschlank, von der Sylter Sonne gebräunt und mit jenem Styler-Bart, der seit einigen Jahren in der Hipster- und Köchewelt zum guten Ton gehört. Was ist denn da bloß in der Zwischenzeit passiert?

Dietmar Priewe will das gerne beantworten. Der 45-jährige Wahl-Sylter ist derzeit gewiss die beste Visitenkarte fürs geplante »Kampeneum«-Thema: »ALTER, DU KRIEGST MICH NICHT!« Sozusagen, die fleischgewordene Idealbesetzung für gute Tipps zum Themenkreis, leckeres Healthy-Essen, Sport, inneres Schweinehund-Überwinden und Disziplin. Priewe ist beim zweiten Kampener Symposium als Koch für Soulfood-Snacks am Mittag und als Referent am Start – neben renommierten Medizinern verschiedener Fachrichtungen und Johannes King, der Zwei-Sterne-Kollege, der auch so viele über die Wirkung heilender Kräuter weiß. Dass das Kampeneum wegen des Corona-Virus um ein ganzes Jahr

verschoben wird, bringt ihn nicht aus der Ruhe: »Ich bin auf jeden Fall dabei, wann immer das Kampeneum nachgeholt wird.«

Laut Inselfunk hatte Dietmar vor etlichen Jahren einen schweren Motorradunfall und stellte danach sein Leben komplett um, weil es gesundheitlich angeblich dramatisch schlecht um ihn stand. Stimmt das so? »Na ja, den Motorradunfall gab es wirklich und mit den Folgen habe ich zum Teil bis heute zu tun. Ich sag' nur: Schulter. Aber meine Kehrtwendung in Sachen Lebensstil und Bewusstsein – da gab es einen anderen Schlüsselmoment....«

Damals, vor rund fünf Jahren, war Dietmar Priewe auf einer Gala in Berlin. Er probierte in der Garderobe eine schicke Kochjacke an und als die XL-Variante des Modells seinen Bauch nur schwerlich bedeckte, war's um ihn geschehen. »Das war mein »point of no return«. So sollte es nie wieder sein«, lautete sein resolute Grundsatzentscheidung. Bis dahin hatte er jahrzehntelang die typische »Köchediät« verinnerlicht: »Hier eine Kleinigkeit, dort ein Drittel Stück Kuchen, abschmecken, immer schön zwischendurch Apfelschorle trinken. Durchaus auch Sport machen, geraucht und getrunken habe eh nie, aber zu Unzeiten eine ganze Mahlzeit essen, das war natürlich drin. Stets mit dem Gefühl: Wieso, so viel esse ich doch gar nicht«,

beschreibt er seinen Rhythmus. Die Waage sagte Andres: Bei 1,83 m Körpergröße war sie schon längst weit über die 100 Kilo-Grenze gerutscht. Als Reaktion auf den Bühnenmoment fastete er erst einmal ein paar Tage resolut. Und weil im Leben ja nichts zufällig passiert, war er dann sehr offen dafür, sein Leben komplett umzustellen. Er traf in der »Sansibar« auf Stammgast Dr. Dieter Müller aus Köln und machte sich mit seinem Ansatz von ganzheitlicher Gesundheitstherapie vertraut.

Nach und nach begeisterte er sich für dessen Herangehen. Ich trainierte mit ihm, machte in dessen Klinik einen umfänglichen Check. »Dabei kam heraus, dass ich ganz nah dran war – an einer Diabetes. Ich habe dann den Darm saniert, auch gelernt, was ich gegen meine Schmerzen tun kann, damit es mir insgesamt besser geht«, erinnert er. Es fiel ihm leicht, sein Leben – trotz seines aufreibenden Jobs – komplett umzustellen. Denn der Effekt setzte schnell ein. »Heute fühle ich mich definitiv besser als vor 20 Jahren.« Eine Rückkehr zu alten Gewohnheiten wäre für ihn undenkbar. Denn seine Kehrtwende funktionierte sowohl im Körper als auch im Geist. Sein Bewusstsein hatte sich verändert. Die elf Kilometer von Westerland nach Rantum fährt er oft mit dem Rad oder er läuft sie: »Manchmal auch über Hörnum und dann am Strand zur Arbeit.« Er lebt mit Essenspausen. Intervallfasten ist das

Eigentlich ein ganz friedlicher Typ: Familie, Freunde, Kochen, Sport. Die Säulen, die Dietmar Priewe stark machen für alle Herausforderungen.

Stichwort. 16 Stunden nichts essen. Acht Stunden lang mit Genuss. Zwei Mahlzeiten. Wenig leere Kohlehydrate und Zucker, viel Gemüse, Fleisch, Nüsse, gesunde Öle, Sahne geht auch. »Meine Palette an Lebensmitteln ist auf mich abgestimmt. So wie es gut für mich ist. Das funktioniert.« Seiner Familie, Frau Anja und Sohn Tim, geht er an den freien Tagen schon manchmal mit seinem »healthy Gekoch« auf die Nerven. »Aber da müssen sie durch.« Auch mit seinem intensiver Arbeitsleben lässt sich der Lebensstil super vereinbaren. »Ich arbeite von 10 bis zehn Uhr. Dann übernimmt mein Sous-Chef, das ist ein wunderbarer Luxus. Sogar das Abschmecken neuer Kreationen legt er stets in eine bestimmte Zeit des Tages. 2020 wird für ihn sportlich eine große Herausforderung. »Das wird ein Mega-Jahr. Erst der Syltlauf, dann laufe ich in Hamburg den Marathon und auch ein Triathlon steht auf dem Plan. Dass ich jetzt mit afrikanischen Athleten nicht mithalten kann? Schon klar. Ich habe dafür gar nicht die Statur – aber darum geht's ja nun wirklich auch gar nicht.« Hut ab, wie er das hinbekommt. Erliegt er denn wirklich überhaupt keiner einzigen Versuchung? »Das wäre ja schade. Ne, aber ich kann das jetzt ganz gut – mit dem Maßhalten. Zwei, drei Löffel gutes Eis – das esse ich jeden Tag – mit Freude. Aber eben nicht eine ganze Packung wie früher....« Und manchmal bleibt er auch, so wie gerade, einfach beim Wasser.

Alles Natur: Für Fotografin Maike zeigte Dietmar, Teamchef von 50 Kollegen in der Sansibar-Küche, Triathlet und Marathonmann, mal die ganze Pracht seiner Bauchmuskeln.





Vor über fünf Jahren: Auch putzig, aber ein wenig mopsig. Irgendwann spannte die Kochjacke und Dietmar Prieue kramte sein Leben um.



Fünf Jahre später – fit und vital wie nie zuvor. Ein neue Haltung und ein neuer Lifestyle machen es möglich.



Zur Person:

Superkoch, Sportler und Familienmensch – Dietmar Prieue

*Vor uns auf dem Tisch steht Kandis-Zucker, ein paar rote Röschen und wenig mehr. Dietmar Prieue hat dazu gleich einen Film im Kopf, ein Rezept mit der kompletten Zutatenliste: D.P. // »Das ist meine Berufskrankheit. Das passiert mir ständig. Ich glaube darum, ich habe den richtigen Job für mich gewählt. Eine Alternative dazu gab's ohnehin nie.« **Der Usedomer, Sproß einer Fischerfamilie, interessierte sich auch schon als Kind für Fisch. Allerdings nicht für den Fang, sondern eher für die Zubereitung. Seine Jugend in der DDR empfand er als wild und frei. D.P. // »Ich kannte es ja nicht anders. Und bei uns auf der Insel hatte man halt wirklich eine glückliche Kindheit.« Als Biotop für seine Koch-Ausbildung sah er sich allerdings woanders. Bis heute ist er kein Fan der Küche in seiner Heimatregion. D.P. // »Es wird zu wenig aus den Möglichkeiten gemacht. Ich lernte auf Föhr. Das war manchmal ganz schön hart, aber als die Leitung der Küche wechselte, kam die Leidenschaft ins Spiel.« Nach Zivizeit und Ausbildung war das wiedervereinigte Berlin für ihn ein grandioser Nährboden. Schon lange war er dem Thrill erlegen, in der Küche immer wieder Unmögliches möglich zu machen. Er arbeitete bei Johannes King im »Grand Slam« (»Ich hätte dafür töten können, mit Johannes zu arbeiten – er ist ein Heiliger!«) und verdiente seine Sporen mit etlichen Stationen als »Junger Wilder« in der aufstrebenden Küchenszene der Berliner Mitte. D.P. // »Die Sterne-Küche hat mich als Ziel für mein eigenes Können nicht so gereizt. Neue Wege zu gehen, Geniales entstehen zu lassen – das schon!« Damals, mit Anfang 20, lernte er seine heutige Frau Anja kennen. Die Zwei sind seitdem unzertrennlich.***

Was passiert wäre, wenn ihn eines nicht Johannes King von Sylt aus angerufen hätte? Reine Spekulation. O-Ton Johannes King: »Die »Sansibar« sucht einen Küchenchef. Du bist verrückt genug, um das hinzubekommen.« »Nie wieder Insel, war eigentlich sein Credo. Fakt ist, dass er an einem strahlenden Sonnentag Herbert Seckler in den Rantumer Dünen traf- und hin und weg war von der Perspektive, sich in genau dieser Küche zu entfalten. Und da auch sonst alles stimmte, sagte er »Ja«. Das war vor fast zwei Jahrzehnten. Bis heute begeistert ihn die grandiose Mischung des Kosmos »Sansibar«, von der er ein essentieller Teil ist.

KAMPEN|EUM
DENKAN
STÖSSE

Das Kampeneum Vol 2. wird auf das Frühjahr 2021 verlegt! Näheres auf www.kampen.de

Kampeneum Vol 2.

Mensch Alter, Du kriegst mich nicht!

In Absprache mit allen beteiligten Medizinern (und die sollten es ja am besten wissen) haben wir das **aktuelle Kampeneum Vol. 2 vom 1. Mai 2020 auf einen neuen Termin im Frühjahr 2021 verlegt**. Sobald der mit allen Beteiligten abgestimmt ist, geben wir ihn unverzüglich bekannt. **Schon gekaufte Karten behalten ihre Gültigkeit oder können an den entsprechenden VVKs zurückgegeben werden.**

DIE EXPERTEN DES KAMPENEUM NO. 2



JOHANNES KING
Gastronom & Hotelier



DIETMAR PRIEUE
Küchenchef



DR. MATTHIAS MARQUARDT
Facharzt für Innere Medizin & Sportmedizin



PROF. DR. BIRGIT LISS
Biochemikerin & Molekularbiologin



DR. MATTHIAS RIEDL
Facharzt für Innere Medizin & Diabetologie

Die Sylter Osteopatin Pia Möller hat schon im letzten Jahr diesen besonderen Tag mitorganisiert und für eine wunderbare Moderation gesorgt. Die Soulfood-Stationen am Mittag bestückt Dietmar Prieue.

DAS GEPLANTE PROGRAMM GROSSER SAAL IM KAAMP-HÜS

9:45 Uhr	EINLASS und »Gesundheitssnack«
10:15 Uhr	EINLEITUNG Birgit Frieze & Pia Möller
10:40 Uhr	VORTRAG Johannes King »Ernährung und Gesundheit im Kreislauf der Natur«
11:05 Uhr	VORTRAG Dr. Matthias Marquardt »Active Age: Wie alt bin ich wirklich?«
11:55 Uhr	VORTRAG Prof. Dr. Birgit Liss »Wie mein Gehirn jung bleibt!«
12:45 Uhr	VORTRAG Dietmar Prieue »Jünger essen mit Genuss«
13:10 Uhr	MITTAGSPAUSE »Soulfood – gesund & lecker« von Dietmar Prieue
14:15 Uhr	VORTRAG Dr. Matthias Riedl »Iss Dich gesund: Krankheiten vorbeugen, lindern & heilen!«
15:05 Uhr	PAUSE mit Kaffee, Tee und gesundem Snack
15:30 Uhr	ABSCHLUSSDISKUSSION mit allen Referenten
16:30 Uhr	AUSKLANG im Foyer mit einem Glas Rotwein

ALLE DETAILS ÜBER REFERENTEN, TICKETS & VORTRÄGE AUF WWW.KAMPEN.DE ODER TEL. 04651/46980
KARTEN AUCH ONLINE BUCHBAR: WWW.VIBUS.DE

UNSERER HÄNDE ARBEIT,
EUER TÄGLICH BROT.



Süderweg 1 • Kampen
Tel.: 04651- 42560

... und 'ne Prise Heimatliebe



Dinner & Dance im Pony

FRISCHER STALLGERUCH IN DER WHISKEYMEILE

TEXT: SIMONE STEINHARDT | FOTOS: M. HÜLS-GRAENING, M. MAGULSKI

2016 feierte er noch ein rauschendes Fest anlässlich des 55-Jährigen »Pony«-Jubiläums. Jetzt ist Schluss. Nach 28 Jahren sagt Oskar Schnitzer »Tschüss« zu langen Partynächten. Die »Neuen« haben schon durchgestartet: Es handelt sich um ein Sylt-Hamburg-Quartett. Cordula und Tobias Kusch von »Tobis Hü« in Westerland sowie die Hamburger Szene-Gastronomen Tim Becker und Tom Kinder (»Noho Club« auf der Reeperbahn). Wohin die Reise geht: Wir haben mit Tobias Kusch gesprochen.

Rückblick: 1961 war die Geburtsstunde des Pony: Ein Gastronom, der zuvor den Münchner »Pferdestall« betrieb, war der Mann der ersten Stunde. Er übergab den Club 1966 an Renate und Gebi Götsch. Unter der Führung der beiden wurde das Pony weit über die Inselgrenzen hinaus bekannt und beliebt. Die Krupps, die Flicks, Springer, Stars und Sternchen feierten hier ausgelassen und in fröhlicher Eintracht mit weniger bekannten Gesichtern. 1995 ging das Pony in den Beritt des Südtirolers Oskar Schnitzer über – der dort zuvor zwei Jahre Barchef war.

Jetzt kommt ein neuer Lebensabschnitt. Für Oskar Schnitzer ebenso wie für den Gastronomen Tobias Kusch und seine Partner. Lange geplant war die Übernahme des »Pony« nicht, erzählt Tobias schmunzelnd. »Meine beiden Partner waren zum Partymachen bei Oskar. Dann hat er sie gefragt, ob die beiden das Pony nicht übernehmen wollten.« Tim Becker und Tom Kinder hätten nicht lange überlegt – unter einer Bedingung: »Tobi steigt mit ein!« Der wiederum brauchte auch nicht lange zu nachzudenken. »Nach zwei Stunden stand der Entschluss fest. Wir machen das!« Das »Pony« wird das zweite Gastro-Projekt für Cordula und Tobias Kusch: das »Tobis Hü« in Westerland betreiben die beiden weiter. »Wir teilen uns so auf, dass einer von uns beiden abwechselnd in Kampen und in Westerland ist«, so Tobias.



Cordula & Tobi Kusch, Tim Becker, Oskar Schnitzer und Tom Kinder stoßen an auf eine neue Pony-Ära

»Pony« soll zurück zu den Wurzeln

Zusammen mit den erfahrenen Gastronomen aus Hamburg will das Ehepaar seinem »Pony« einen frischen Stallgeruch verpassen. Im Februar und März wurde mit Hochdruck umgebaut. Jetzt wird eröffnet, sobald die Umstände es zulassen. Was sich verändert? »Das gesamte Interieur wird heller, freundlicher. Wir öffnen die Fenster zur Straße hin. Da kommen Fensterläden aus Holz ran, die wir abends schließen können. Und große, dicke Tischplatten! Außerdem Samtbezüge und eine Kuhfelltapete«, erklärt Tobias. Was bleibt, ist der Kamin – der soll nach wie vor gemütliche Wohnzimmeratmosphäre versprühen. Die Außenbar des Pony wird künftig schon mittags öffnen. Das dürfte die Gäste freuen, die hier dann auch kulinarische Kleinigkeiten bekommen: Nudeln aus dem Parmesanlaib, Austern, Pommes. »Das machen wir alles im Tobis Hü und bringen es her. Die Ausgabe erfolgt dann aus einem Foodtruck.« In den Wintermonaten ist nur jeweils Freitag und Samstag Clubbetrieb geplant. Da soll es dann auch Fondue-Abende geben. »Dinner & Dance ist das neue Motto«. Oder auch: von der Außenbar direkt in den Club. »Damit gehen wir zurück zu den Wurzeln. Genau so war es ja früher im Pony, in den 60er, 70er-Jahren. Tom Kinder macht das in Hamburg genauso«, erklärt Tobias Kusch. Kinder werde im Sommer außerdem drei Monate auf Sylt sein und sich mit um das Nachtgeschäft kümmern. Tim Becker werde im Hintergrund aus Hamburg heraus arbeiten. Und wie sieht es mit Personal aus? »Meine Hamburger Partner haben um die 100 Mitarbeiter. Im Sommer ist in Hamburg weniger los. Dann kommen einige zum Arbeiten nach Sylt.« Respekt hat Tobias Kusch schon vor der neuen Aufgabe. Er tritt ja auch in nicht ganz kleine Fußstapfen. »Der Club hat immer noch einen Namen. Wir werden das hier rocken!«, ist Tobias überzeugt. Das gute Einvernehmen mit den Nachbarn ist den neuen Pächtern ein besonderes Anliegen. »In Kampen gibt es das Bedürfnis sich zu erholen und zu feiern. Wir respektieren auch das Bedürfnis nach Erholung«, meinen die Neuen.

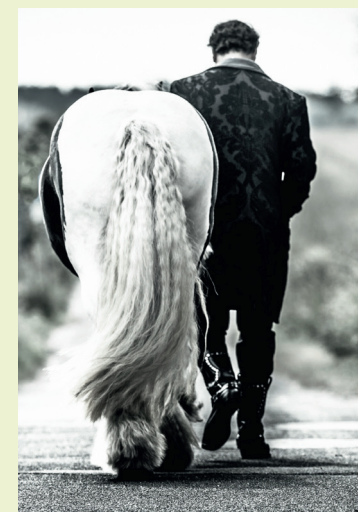


Oskar will auf den Jakobsweg

KAMPEN SAGT: »TSCHÜSS, BIS BALD!«



Und Oskar Schnitzer? Den konnten wir vor Redaktionsschluss nicht erreichen. Der »BILD«-Zeitung sagte er, er wolle jetzt erst mal ein Jahr Urlaub machen, auf Alkohol verzichten und den Jakobsweg gehen. Bürgermeisterin Steffi Böhm, verabschiedet sich von dem Kampener Partylöwen mit einer Weisheit aus Frankreich und lieben Wünschen: »Wenn der Teufel alt wird, will er Mönch werden« ...Lieber Oskar, du warst weder ein Teufel (manchmal vielleicht ein bisschen....) noch wirst du ein Mönch werden (weiß man's....?). Du bist ein Stück Kampen, alles, alles Gute für deinen weiteren Weg, wohin er Dich auch führen wird, wir werden von Dir hören, da bin ich mir sicher! Alles Liebe, Deine Gemeinde Kampen. Hach. Dann kann es doch jetzt losgehen auf dem Jakobsweg.



+++++ MELDUNG +++++



PROKAMPEN
No 77 | Gastro
46

Weiter geht's... mit den Kampener Schlemmerwochen

Auf einem »Gipfeltreffen« der **Kampener Gastronomen im Januar** sprachen sich alle Gastgeber geschlossen dafür aus, auch in Zukunft mit **besonderen Arrangements außerhalb der Hauptsaison** Gäste für die vielfältige Kochkunst im Ort zu begeistern. Das Marketing liegt beim Tourismus-Service, die individuelle Ausgestaltung liegt bei jedem Küchenchef. Im Herbst wird es die nächsten Schlemmerwochen geben. Das Angebot: ein köstliches **Drei-Gänge-Menü inklusive Aperitif für 49 Euro pro Person**. Der genaue Termin und das Motto für den Herbst bald auf www.kampen.de



+++++

”SYLT AT ITS BEST“

Mitten in Kampen auf Sylt baut Jürgen Kamp um 1859 eine große Pension für Kurgäste mit angeschlossenem Reiterhof. 150 Jahre danach entschließt sich die neue Eigentümerfamilie, den Reitbetrieb einzustellen und den historischen Pferdestall des sehr weitläufigen Anwesens zu einem Luxus-Ferienhaus umzubauen.

Es entsteht der **KampHof**, die wohl schönste Insel auf Sylt. Hinter friesischem Mauerwerk präsentiert sich auf fast 300 qm moderner Landhausstil.



Edler französischer Sandstein ist über fast 150 qm Grundfläche verlegt. Der Wohn-, Kamin- und Essbereich bilden türlos mit der offenen Küche einen Raum.



Bis zu 6 Personen finden in diesem bemerkenswerten Refugium Platz. Seit Sommer 2016 wird das Haus an Gäste mit hohen, sehr hohen Ansprüchen vermietet. **Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!**



Kiebitzweg 1a
25999 Kampen (Sylt)
+49(0)172 290 23 58
info@kamphof-sylt.de
www.kamphof-sylt.de

KAMPENS GASTRO-SZENE

Bars, Clubs, Cafés, Restaurants und manchmal auch alles in einem: Die Exzellenz der Kampener Gastronomie ist legendär. Mehr Vielfalt geht nicht.

BUHNE 16

Friesisch und total entspannt: die Mutter aller Strandbistros. Ein Sommer ohne »Bühne 16« wäre irgendwie verschenkt. Auch chic: Mode aus der »Buhtique«.

Weststrand, Tel. 04651/49 96, www.buene16.de



CLUB ROTES KLIFF

Der heißeste Dancefloor Sylts mit DJs aus dem In- und Ausland. Der Beste? Natürlich Peter! 2020 ist das Jahr des 40. Jubiläums.

Braderuper Weg 3, Tel. 04651/434 00

www.club-rottes-kliff.de



DORFKRUG

Ein Volltreffer: Mit Restaurant und dem »Deli« im Innenhof überzeugen Thomas Samson und Team. Die Bar und Terrasse sind ein entspannter Treffpunkt. Braderuper Weg 3, Tel. 04651/4492000

www.dorfkrug-kampen.com



GOGÄRTCHEN

Im vergangenen Jahr übernahm ein Gastor-Trio das Ruder und sorgt seitdem mit Leiden und Können für eine neue Ära sorgen. Strönwai 12, Telefon: 04651/412 42

www.gogaertchen.com



HENRY'S

Perfekte Lage, perfekte Gastlichkeit: Bei Dieter Gärtner findet man auf der Karte wundervolle Klassiker, in trauter Eintracht mit Sushi & Edel-Pizzen in allen Varianten!

Braderuper Weg 2, Tel. 04651/44 61 60

www.edel-pizzen-deluxe.de



IL RISTORANTE

Dank toskanischer Küche und herzlichem Charme fühlt man sich bei Antonio Kabbani im »Il Ristorante« rundherum richtig gut aufgehoben. Süderweg 2, Tel. 04651/29 96 62

www.il-ristorante.de



KAAMP MEREN

Bei Beate und Muffel Stoltenberg im »Kaamp Meren« begeistern Ambiente, Service und die kreative Urlaubsküche. Eine echte Gute-Laune-Mischung. Hauptstr. 12, Tel. 04651/43 50 0

www.kaamp-meren.de



KAAMPS 7

Im Frühjahr 2018 wurde aus dem »Grande Plage« das »Kaamps7«. Köstliches und Gesundes in Traumlage. Die Sunset-Location schlechthin.

Riperstig/Weststrand, www.kaamps7.de



KUPFERKANNE

Der Besuch der »Kupferkanne« gehört zur Top Ten jedes Sylt-Besuchs. Selbst, wenn man den romantisch umgestylten Bunker täglich besucht, verliert er nicht an Zauber. Stapelhooger Wai 7, Tel. 04651/410 10

www.kupferkanne-sylt.de



MANNE PAHL

Es ist wie nach Hause kommen: Pius Regli und Tochter Sarah verwöhnen ihre Gäste mit Wohlfühlambiente und Lieblingessen. Zum Immer-wieder-Kommen! Zur Uwe-Düne 2, Tel. 04651/425 10, www.manne-pahl.de



ODIN DELI

Kampen ist gespannt: Der Lieblingsspot für unkomplizierte Gastlichkeit mit südafrikanischem Rainbow-Flair bekommt gerade ein neues Gewand! Strönwai 10, Tel. 04651/454 55, www.odin-deli.com



PONY CLUB KAMPEN

Das Pony steht unter neuer Regie: Die »Neuen« kennen sich richtig gut aus im Business. Beste Voraussetzung für durchtanzte Pony-Nächte.

Strönwai 6, Tel. 04651/421 82

www.pony-kampen.de



RAUCHFANG

Legendäre Außenbar & gehobenes Restaurant mit Wohlfühlfaktor. Björn Bergs Ort der Begegnung und des Genusses mit »Kampen-Spirit«. Strönwai 5, Tel. 04651/426 72

www.rauchfang-kampen.de



REITERBAR IM RUNGHOLT

Eine Sylter Institution: Aperitif, frisch gezapftes Bier, phantasievoller Cocktail, edler Wein, anregende Gespräche – die »Reiterbar« heißt auch Nicht-Hotelgäste herzlich willkommen. Kurhausstraße 35, Tel. 04651/448-0, www.hotel-rungholt.de



VOGELKOJE

Wie eine grüne Insel auf der Insel: Wer die »Vogelkoje« besucht, erlebt Magie und darf sich rundherum verwöhnen lassen. Vom Frühstück bis zum Abendmenü – köstlicher geht's kaum! Lister Straße 100, Tel. 04651/95 25-0, www.vogelkoje.de



94 KAMPEN SOUND & KITCHEN

Eine herrliche Terrasse, DJ-Lounge-Musik, leckeres Essen und urbaner Style: So geht das entspannte neue Konzept für Kampen.

Braderuper Weg 6, Tel. 04651/299 83 75



Sobald die Umstände es zulassen, sind alle Kampener Gastgeber wieder mit Freude für Sie da.