

Luft wie an der Nordsee – zwischen Salzblöcken vom Himalaya

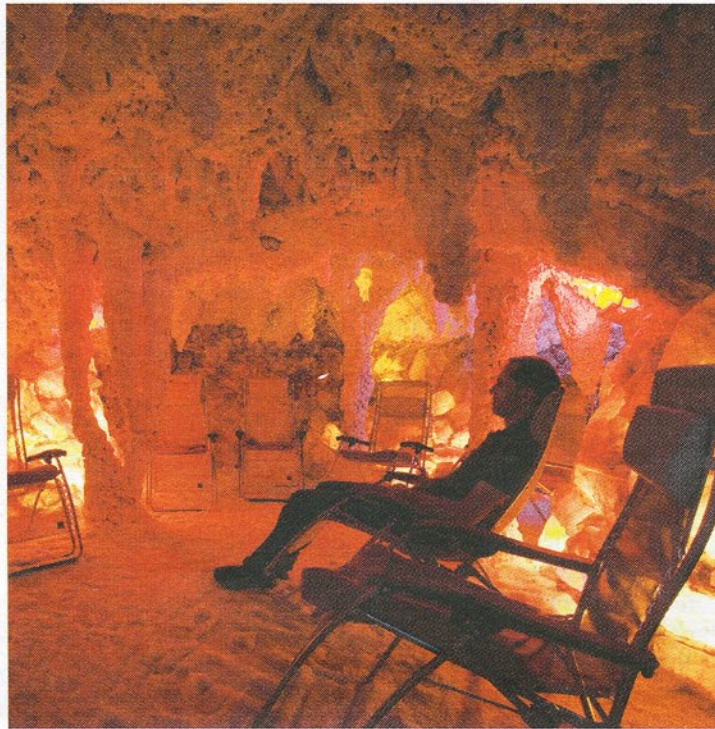
Hotel, Wellness-Oase, Feriendomizil – diese Begriffe fallen dem Besucher als Erstes ein, wenn er in Krefeld das Salvea-Haus betritt. Kein Wunder. Schon im Eingangsbereich duftet es dezent nach Aromaölen, die Wände sind in frischem Weiß und Grün gehalten. Kein Hinweis darauf, dass hier auch Ärzte untergebracht sind, dass hier kranke Menschen zur Reha kommen. „Es geht um Gesundheit und ums gesund bleiben“, sagt Christoph Schössler vom Salvea. Und: „Wir verbinden Schulmedizin mit alternativer Medizin.“

Kein Muckibuden-Klischee

So sind der „herkömmliche Orthopäde“ im Salvea ebenso zu finden wie ein kleines Schwimmbecken für Wassergymnastik, ein Fitnessraum, der alles bietet, nur nicht die üblichen Muckibuden-Klischees, sowie Angebote für Yoga, Tai-Chi, Meditation oder Personal Training. Eben die Dinge, die helfen, damit sich der Gang zum Orthopäden oder überhaupt zum Arzt erübrigt.

Zu einem gesunden Lebensstil gehört auch gesunde Ernährung. Deshalb entsteht in einem Teil des Gebäudes ein Restaurant, das Krefelds jüngster Sternekoch Hans Bertels leiten wird. Auch ein Café im amerikanischen Stil wird es geben. „Gesunde Küche ist nicht gleichbedeutend mit Selbstkasteiung“, sagt Schössler. So werden in dem Restaurant viele frische Sachen angeboten, und der Schwerpunkt liegt auf der ayurvedischen Küche.

Ayurveda, die traditionelle indische, ganzheitliche Heilkunst spielt bei Salvea eine



Die Salzgrotte – eine wahre Höhle zum Relaxen. Besonders für Leute mit Atemwegsbeschwerden.

Foto: Salvea

große Rolle. Besucher können sich mit den typischen warmen Öl-Massagen verwöhnen lassen. Entspannung finden die Gäste außerdem bei Kosmetikbehandlungen, in der Sitzsauna „Svedana“ oder in

den Bädern im balinesischen Stil.

Während Sportliche richtig gemütlich im ausgebauten Dachgeschoss trainieren, finden Ruhebedürftige im Keller eine wahre Höhle zum Rela-

xen: die Salzgrotte. „Besonders für Leute mit Atemwegsbeschwerden ist die Grotte ideal“, sagt Schössler. „Auch für Kinder ist das toll. Wir haben oft Kindergartengruppen hier, die die Grotte nutzen, um das Thema ‚Stille‘ aufzugreifen. Den Kindern gefällt das richtig gut.“

Die Salzblöcke in den umfunktionierten Kellerräumen stammen aus dem Himalaya, der Boden knirscht, und die Wände wurden mit Salzlake überstrichen. In den Liegestühlen kann man tief durchatmen. Schössler: „45 Minuten hier sind wie ein Spaziergang an der Nordsee. Nur das Meeresrauschen fehlt.“

Annette Scheepers

INFO

„Salvea – Lust auf Gesundheit“, Westparkstraße 107-109, Tel. 02151 781170. Das lateinische Wort „salvea“ steht für „Ihr möget gesund sein“ und ist das Motto des Hauses. In dem Gebäude war zu Kaiserzeiten eine Kaserne untergebracht. Nach dem zweiten Weltkrieg diente es als Kreiswehersatzamt. Vor vier Jahren wurde es gekauft und seitdem in Zusammenarbeit mit dem Denkmalschutz restauriert. Internet: www.salvea.de.

Eintopf vom Muskatkürbis mit Mettwurst – im Kürbis serviert

Ein Wohlfühl-Rezept von Hans Bertels im Salvea für circa 6 bis 10 Personen (je nach Kürbisgröße)

Zutaten: 1 großer Muskatkürbis (30 bis 40 Zentimeter Durchmesser), pro Person 1 Mettwurstchen, 1,5 Liter Hühner- oder Gemüsebrühe, je 2 rote, grüne und gelbe Paprikaschoten, 2 große Karotten, 2 Zucchini, 2 Gemüsezwiebeln, eine halbe Sellerieknolle, 1 Chilischote, 4 bis 5 mehliges Kartoffeln

Zubereitung: Der Mus-

kürbis wird an der Oberseite etwa tellergroß geöffnet. Den Ausschnitt aufbewahren, um den Kürbistopf wieder mit einem Deckel schließen zu können. Aus dem Kürbis erst die Kerne entfernen, dann das Kürbisfleisch mit einem stabilen Löffel herauschaben, ohne die Außenhaut des Kürbis' zu beschädigen.

Das Kürbisfleisch in walnussgroße Stücke schneiden, ebenso alle anderen Zutaten, und dann alles wie einen Eintopf ungefähr eine Stun-

de auf kleiner Flamme köcheln.

Die Mettwurstchen mit Salzwasser bedecken und kochen. Aus dem Wasser nehmen und in dünne Scheiben geschnitten zum Eintopf hinzufügen. Die Mettwurstbrühe kann zur Verlängerung der Suppe benutzt werden.

Den Eintopf mit Salz, Pfeffer, Muskat und Curry abschmecken und im ausgehöhlten Kürbis servieren.

Guten Appetit!

Annette Scheepers