

Das sogenannte „Superfood“, also Lebensmittel mit einem besonders hohen Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen wie Avocado, Gojibeeren oder Açaí Bowls, sind in aller Munde und in den sozialen Medien allgegenwärtig. Doch ein Gemüse stand bisher im Schatten der Alleskönner, gehört aber zweifellos an die Spitze der „Superfoods“: das Kraut. Im September feiert das „SUPERKRAUT-Festival“ im StadtPalais – Museum für Stuttgart mit Kunst, Kulinarik und Geschichte das Superkraut in allen seinen Formen und Facetten.

Von Filderkraut über Brokkoli, Blumenkohl, Romanesco, Rosenkohl bis hin zu Weißkraut und Rotkohl – die Botanische Krautfamilie ist vielfältig und nicht nur unglaublich gesund, sondern auch unverschämte lecker. Und das Beste daran? Es wächst regional. Beim „SUPERKRAUT-Festival“ wird das unterschätzte Gemüse ins Rampenlicht gerückt – mit Kunst, Kulinarik und Geschichte. So werden in einer von dem Künstler Tim Bengel kuratierten Kunstaussstellung Talente und Größen der internationalen Kunstwelt wie Alicja Kwade, Chloe Wise und David Shrigley ihre Ansichten über Kraut und Kohl präsentieren. Zusätzlich enthüllt Tim Bengel vor dem StadtPalais – Museum für Stuttgart seine erste Skulptur für den öffentlichen Raum.

Schupfnudeln mit Sauerkraut kennen alle, doch sind der Kreativität im Umgang mit dem „SUPERKRAUT“ von den Fildern keine Grenzen gesetzt, wie die „SUPERKRAUT FOOD SESSIONS“ eindrucksvoll unter Beweis stellen. Sterneköch*innen, Influencer*innen und Starköch*innen kreieren in jeder der Shows eine ganz besondere kulinarische Komposition rund um das Kraut und erzählen im Gespräch von ihrer Beziehung zum „SUPERKRAUT“, der Idee ihres Gerichts und geben den ein oder anderen Tipp zur Zubereitung. Dabei geht es weniger darum satt zu werden, sondern vielmehr um das Erkunden der unbekanntesten Seiten des SUPERKRAUT, jede Menge Inspiration und die Möglichkeit die Köch*innen live in der Küche zu erleben. An ausgewählten Abenden werden die Köch*innen zusätzlich von musikalischer Begleitung unterstützt. Kulinarisch werden während des gesamten Festivals Highlights gesetzt und jeder Abend auf einzigartige Weise gestaltet. Ricky Saward, Europas erster veganer Sternekoch, Maya „fitgreenmind“, die bekannteste Foodbloggerin auf Instagram, und die TV-Legende Johann Lafer sorgen für abwechslungsreiche Köstlichkeiten. Am 14. September, dem Tag der Eröffnung, bringt Timo Hildebrands veganes Restaurant „vhy!“ das Kraut unter die Leute. Das Foyer des StadtPalais – Museum für Stuttgart verwandelt sich für die „SUPERKRAUT FOOD SESSIONS“ zu einem Pop-up-Stehrestaurant mit einer Showküche und die Museumsbar versorgt die Besucher*innen mit den passenden Getränken. Großzügig unterstützt wird das „SUPERKRAUT-Festival“ vom Gemüsering Stuttgart und dem Esslinger Krauthersteller Hengstenberg.

Die Tickets zu den Kochshows bei den „SUPERKRAUT FOOD SESSIONS“ können ab dem 3. August online gekauft werden. Mehr Informationen dazu finden die Besucher*innen auf der Website des StadtPalais – Museum für Stuttgart.

15.09.2023, 19 Uhr Eröffnung + Vhy!

16.09.2023, 19 Uhr Diana Scholl

17.09.2023, 19 Uhr Robert Rädels

19.09.2023, 19 Uhr Bartek und Kim Hoss
21.09.2023, 19 Uhr Maya Leinenbach
22.09.2023, 19 Uhr Johann Lafer
23.09.2023, 19 Uhr Ricky Saward
24.09.2023, 18.30 Uhr Annelina Waller

Programm SUPERKRAUT FOOD SESSIONS:

16.09.2023, 19 Uhr, Diana Scholl, 20 Euro

Direkt aus dem Stuttgarter Westen bloggt sich Diana Scholl in die kulinarischen Herzen und hat ihre Liebe zum Besuch gemacht. Auf Instagram begeistert sie mit ihren Rezepten und Ideen rund ums Essen als @doandlive mittlerweile fast 90.000 Folgende und gibt inzwischen auch ihr eigenes Print-Magazin "Öl Salz Essig" heraus. Vier Ausgaben mit je 40 Rezepten sind bereits erschienen, in denen sie sich voll und ganz auf die vegane Küche konzentriert. Folglich ist es kaum verwunderlich, dass ihr zum Thema SUPERKRAUT jede Menge einfällt, das es in den SUPERKRAUT FOOD SESSIONS zu erzählen und auf den Teller zu bringen gilt.

17.09.2023, 19 Uhr, Robert Rädels, 40 Euro

Hoch „Oben“ über Heidelberg schaut das gleichnamige Sternerrestaurant über die Stadt am Neckar und Robert Rädels begeistert seit 2017 als Küchenchef. Passend zu den SUPERKRAUT FOOD SESSIONS hat sich der gebürtige Dresdner Robert Rädels auf den Speisekarten des Restaurants immer wieder mit dem hiesigen Kraut kreativ auseinandergesetzt und bringt ein kleines Best-of-SUPERKRAUT auf den Teller. Für Robert Rädels geht es immer darum, seinen Gästen einen unvergesslichen Abend zu bereiten, und wir sind uns sicher, dass dies auch im Rahmen der SUPERKRAUT FOOD SESSIONS gelingen wird.

19.09.2023, 19 Uhr, Bartek und Kim Hoss, 20 Euro

Eine der SUPERKRAUT FOOD SESSIONS gehört nicht den Spitzenköchen oder Kochinfluencern, sondern unseren Lieblingsstuttgartern Kim Hoss und Bartek. Beide sind nicht im Besonderen für Ihre Kochkünste berühmt, aber sehr wohl für ihre schwäbische Finesse und Gewitztheit bekannt. Im unwiderstehlichen Duo werden die beiden für einen über das Kulinarische hinaus unvergesslichen Abend sorgen und das schwäbische SUPERKRAUT von seiner besten Seite präsentieren.

21.09.2023, 19 Uhr Maya alias fitgreenmind, 20 Euro

Über 3 Millionen Menschen folgen Maya alias fitgreenmind in den sozialen Medien und lassen sich von ihren bewusst unkomplizierten, veganen Gerichten inspirieren. Maya geht es darum, Menschen mit ihrer veganen Küche zusammenzubringen und zu zeigen, dass vegane Küche etwas für jeden ist. Folglich war sie von Anfang an begeistert von der Idee der SUPERKRAUT FOOD SESSIONS und wird ihr persönliches Best-Of-Superkraut auf den Teller zaubern.

22.09.2023, 19 Uhr Johann Lafer, Karten gibt es nur zu gewinnen

In dieser SUPERKRAUT FOOD SESSION kommen einige Dinge zusammen, so dass es die Karten nicht zu kaufen, sondern nur zu gewinnen gibt. Nicht nur das der vielleicht berühmteste aller deutschen Köche – Johann Lafer – das SUPERKRAUT serviert, wird an diesem Abend auch der neue Sneaker made by Tim Bengel vom schwäbischen Schuhhersteller Sioux vorgestellt – inklusive SUPERKRAUT-Design.

23.09.2023, 19 Uhr Ricky Saward, 40 Euro

Ricky Saward ist Europas erster veganer Sternekoch und ein ausgesprochener Krautlover. In seinem veganen Sterne-Restaurant „Seven Swans“ in Frankfurt am Main kam schon des Öfteren SUPERKRAUT auf den Gourmetteller. Ricky Saward zaubert komplexe, vielschichtige und visuell spektakuläre Kompositionen mit ausschließlich veganen Produkten, die allein für sich stehen und neue Wege des kulinarischen Genusses suchen.

24.09.2023, 18.30 Uhr Annelina Waller und DJ Friction, 20 Euro

Annelina Wallers' kulinarische Erfolgsspur beginnt in ihrer Kindheit auf den Fildern – mitten im Herzen des Krautgeschehens. Heute folgen ihr in den sozialen Medien fast 200.000 Menschen und lassen sich von Annelina Wallers' positiver Art anstecken. Für sie bilden Yoga und vegane Ernährung neben vielem anderen eine ideale Grundlage, positiv, achtsam und mit guter Laune durchs Leben zu gehen. Dabei kann natürlich auch das SUPERKRAUT von den Fildern helfen, das sie seit ihrer Kindheit begleitet. Musikalisch unterstützt wird Annelina Waller an diesem Abend von der Stuttgarter Legende DJ Friction, der auf die ihm eigene Art und Weise für gute Laune sorgen wird.

Superkraut Festival, 16. bis 24.09.2023, StadtPalais – Museum für Stuttgart, Eröffnung
15.09.2023

Bildnachweis: Growing Superfood Installation c StadtPalais. Die zur Verfügung gestellten Bilder dürfen nur im Zusammenhang mit einer Berichterstattung verwendet werden.