

Die 14 spannendsten Food Trends 2014



Wir haben für dich in die Glaskugel geschaut, [Trend-Reports](#) durchforstet und daraus die aus unserer Sicht spannendsten kulinarischen Entwicklungen des Jahres abgeleitet. Natürlich alles höchst spekulativ und ohne Anspruch auf Vollständigkeit:

Arabischer Frühling im Gewürzregal



Emmanuel Eragne via [Flickr](#)

Zahtar, Sumach oder Baharat – Gewürzmischungen aus der arabischen Region sind 2014 in aller Munde. Besonders als trockene Marinade bei sommerlichen Grillabenden macht der neue Geschmack aus der alten Welt eine hervorragende Figur.

Kreative Resteküche



Mariacasa via [Flickr](#)

"Auf den Teller statt in die Tonne" ist 2014 die Devise. Ideen, wie man aus Resten schmackhafte Gerichte zaubert, kann man nie genug haben. Pro Person werfen die Deutschen rund 83 kg Nahrungsmittel im Jahr weg. Dabei gibt es doch so viele Rezepte, in denen man das, was vom Vortag oder einem üppigen Festmahl übrig blieb, elegant unterbringen kann.

Neues von der Fleischtheke



Daniel Chodusov via [Flickr](#)

In diesem Jahr entdecken Fleisch-Gourmets Filetstücke aus der Rinderschulter, denen bislang kaum Beachtung geschenkt wurde. In den USA bereits als Flat Iron Steak in den Feinschmeckerküchen etabliert, werden die günstigen und zarten Steaks auch in Deutschland immer beliebter. Außerdem im Trend sind Wildgeflügel wie

Die 14 spannendsten Food Trends 2014

Taube, Fasan oder Wachtel. Traditionell zum Osterfest gibt es 2014 die „Kuh des kleinen Mannes“ – Ziegenfleisch ist nämlich, richtig zubereitet, ein wahrer Gaumenschmaus!

Hoch die Teetassen!



regan76 via [Flickr](#)

Die feine englische Art der Zwischenmahlzeit macht sich 2014 auf einen Siegeszug durch deutsche Haushalte. Allerdings hat die Tea Time, die zwischen 15 und 17 Uhr stattfindet, mit dem traditionsreichen Kaffeekränzchen bereits etablierte Konkurrenz. Ob sie sich dagegen durchsetzen kann?

Ice Cream Sandwich - Der Keks macht den Unterschied



Angelo DeSantis via [Flickr](#)

2013 gehörte den Cupcakes und Cronuts: Dieses Jahr schwappt die Ice Cream Sandwich Welle aus den USA

endgültig zu uns nach Deutschland. Das Besondere an den Sandwiches: Die Eiskugel wird zwischen zwei Cookies serviert. Das Ganze kurz festgedrückt und fertig ist der Sommer-Hit 2014. Ebenfalls ein heißer Kandidat für den Titel "Beliebteste Backware des Jahres": der Cragel.

Hier entlang, wenn du noch das nötige Zubehör für selbst gemachte Eiscreme benötigst.

Nüsse - die gesunde Art, zu snacken



Barry Davis via [Flickr](#)

Harvard-Forscher sagen: Nüsse machen nicht dick. Außerdem wollen sie herausgefunden haben, dass Nüsse vor Krebs und Herzleiden schützen. Damit stehen die Chancen gut, dass Nüsse zum Knabbertrend des Jahres werden. Magnesium, Kalzium, Vitamin E, Lezithin und mehrfach gesättigte Fettsäuren - als Snack in kleinen Mengen allemal gesünder als Chips, Flips oder die leichte Schokosahnetorte für zwischendurch.

Selbstversorgung

Die 14 spannendsten Food Trends 2014



Marcel Oosterwijk via [Flickr](#)

„Farm to table“, „hyperlocal“, „homegrown“, ... Wie auch immer man den Trend benennen möchte – fest steht: Das Interesse an Herkunft, Produktionsbedingungen und Rückverfolgbarkeit von Lebensmitteln – Stichwort „Faires Essen“ – wächst beständig. Wer ganz auf Nummer sicher gehen will, baut selber an. Obst, Gemüse und Kräuter von der Fensterbank, dem heimischen Hinterhof oder Balkon bleiben auch weiterhin ein Top-Thema.

Comeback des Herrngedecks



Ming-yen Hsu via [Flickr](#)

War es in den Kneipen des vergangenen Jahrhunderts ein bekanntes Bild, hat sich das Gedeck aus einem Glas Bier und dem passenden „Kurzen“ für das kommende Jahr neu erfunden. Der Schnaps wird gleich im Bierglas versenkt und nennt sich dann Bombshot. Bisher vor allem in Studentenkreisen beliebt, kommt das Trinkritual 2014 in der Mitte der Gesellschaft an: In einigen Bars in den USA werden auf diese Weise exotische Biere und hochwertige Spirituosen kombiniert, zum Beispiel Stout und Single Malt Scotch.

Mikrodestillieren kommen groß raus



Daryl Mitchell via [Flickr](#)

Vorbei die Zeiten, in denen man zum Spirituosenkauf einfach in den Supermarkt ging und sich mit dem begnügte, was da war. Wer auch beim Trinken das Besondere sucht, kommt an Mikrodestillieren nicht vorbei. Von Moonshine-Whiskeys über erlesene Obstbrände bis hin zu mit Wein versetztem Gin, entstehen in kleinen Brennereien oftmals die wirklich interessanten Destillate. Und genau die sind es, die wir uns 2014 genehmigen werden. Prost!

Profi-Technik für alle!



ChefSteps via [Flickr](#)

Kochtechniken aus dem Profibereich erhalten vermehrt Einzug in die heimische Küche - allen voran das Vakuumgaren im Sous-vide Verfahren. Dabei werden die Zutaten in einem Plastikbeutel luftdicht verschlossen, um danach im Wasserbad bei konstanter Temperatur gegart zu werden. Der Lohn für die Mühe - man trifft den Garpunkt immer genau: das Gemüse ist knackig, das Fleisch schön saftig. Außerdem sollen weder Aromen,

Die 14 spannendsten Food Trends 2014

noch Vitamine dabei verloren gehen.

Klingt interessant? Einen Sous-vide Garer zum Einstiegspreis findest du [hier](#).

Ice, Ice, Baby



jamieanne via [Flickr](#)

Selbstgemachte Eiswürfel sorgen 2014 für frischen Wind im Glas. Ob frische Minze im Hugo, Zitronenschale in der Cola oder Fruchtstückchen im Cocktail – als Eiswürfel verpackt sind die leckeren Zutaten das Highlight im Getränk. Unser Tipp: Eiswürfel aus Bier! Die halten das Bier kalt, ohne es zu verwässern.

Wasser war gestern



Michael Phamm via [Flickr](#)

In diesem Jahr werden traditionelle Kochweisheiten aufgepeppt. 2014 wird nämlich nicht mehr nur mit Wasser gekocht, sondern verstärkt auch in Tee, Kaffee, Bier, Wein und Spirituosen pochert. Ob Früchte, Gemüse oder Fleisch – die alternativen Gar-Flüssigkeiten sorgen für

interessante Geschmackserlebnisse. Auch hier sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt!

Glutenfreie Nudeln



Jun Seita via [Flickr](#)

Das Thema „glutenfreie Ernährung“ sorgt in ganz Deutschland für Aufsehen. Alternativen zur klassischen Pasta aus Weizenmehl sind Nudeln aus Quinoa, Buchweizen oder Reis. Geschmacklich stehen sie der Variante mit Weizen in nichts nach. Pasta ist eben ein echter Allrounder - und auch glutenfrei ein Genuss.

Das Jahr der Flexitarier



Craig McHarg via [Flickr](#)

Machen wir uns nichts vor: Die wenigsten Menschen werden es übers Herz bringen, ein Leben lang auf Fleisch zu verzichten. Doch 2014 wird das Jahr, in dem selbst erklärte Fleischfans ihre Essgewohnheiten hinterfragen, auch gern mal Gemüse den Vorzug geben und auf eine flexitarische Ernährungsweise umstellen. Was ein Flexitarier ist? Ein Vegetarier, der sich nur ab und zu mal

Die 14 spannendsten Food Trends 2014

ein hochwertiges Stück Fleisch gönnt. Vielleicht braucht es für eine ausgewogene Ernährung manchmal auch nur einen trendigen Namen, damit sie breite Anerkennung findet.