

und im Eis

100g Fruchteis enthalten durchschnittlich 134 kcal – weniger als manch anderes Dessert.

Der Energiegehalt einzelner Eissorten kann allerdings je nach Zutaten beträchtlich schwanken. Üppige Verhältnisse herrschen bei Creme-Eissorten, durch ihren hohen Gehalt an Zucker- oder MilCHFettanteilen. Auch Accessoires in Form von Nüssen, Schlagobers, Likören oder Waffeln können die Kalorienzahl in die Höhe schnellen lassen.

Dennoch steht einem Eis-Genuss ohne Gewichtszunahme nichts im Wege – wenn auf regelmäßige Bewegung geachtet wird. Fruchteis oder Joghurteis bieten sich außerdem als kalorienleichte Alternativen an.

Eisgekühlt vom Kauf bis zum Genuss

Speiseeis ist leicht verderblich und ein idealer Nährboden für Mikroorganismen. Hier einige Tipps, die einen Genuss ohne Reue garantieren.

Gefrorenes sollte grundsätzlich zuletzt gekauft werden, damit es nicht vorzeitig auftaut. Die Tiefkühltruhen im Handel sind mit Stapelmarkierungen an den Innenwänden ausgestattet. Nur Ware, die darunter liegt, ist auch sicher kühl genug für den

Transport nach Hause. Ideal ist, wenn das Geschäft Kühlboxen verleiht. Ist der Weg nach Hause nicht weit, lohnt es sich als Alternative, das Eis an der Kasse in Zeitungspapier einzuschlagen. Viele Supermärkte verkaufen Isoliertaschen. Sie sind besser als Zeitungspapier, kosten aber Geld. Speiseeis sollte nicht zu lange gelagert werden, sonst werden Geschmack und Konsistenz beeinträchtigt. Mit der Zeit

friert aus dem Eis die Feuchtigkeit aus, die Luft geht verloren. Es entsteht eine feste und eher gummiartige Masse. Die Aufbewahrungszeit hängt von der Leistung des Gefrierschranks ab. Optimale Lagertemperatur ist minus 18 Grad. Die kühlen Nachereien sollten nie in der Nähe von geruchsintensiven Lebensmitteln gelagert werden.



Stiftstaverne Vorau
Schwammer GesmbH Tel.: 03337/2321
www.stiftstaverne-vorau.at

EISZEIT MIT GEWINNCHANCEN:
Für jeden Eisbecher erhalten Sie einen Bon Verlosung im September
1. PREIS: 1 Flugreise und weitere schöne Preise



Cafe-Lavendel
Fam. Platzer
8242 St. Lorenzen a. W. 32
☎ 03331/2244
Terrasse
Hausgemachte Mehlspeisen
Eisspezialitäten - Jugendraum
Kinderspielwiese

Die EISOASE in Maria Fieberbründl jetzt rauchfrei!

Eisfans können jetzt aufatmen: Alfred Wagner hat seine „EISOASE“ in Maria Fieberbründl freiwillig rauchfrei gemacht. Dafür wurde er von der Österreichischen Ärztekammer ausgezeichnet. Für Wagner war das rauchfreie Lokal ein logischer Schritt im Sinne des Qualitätsgedankens: „Wir verwenden hochwertige Rohstoffe für die Eiserzeugung, also ist es nahe liegend, dass wir in unseren Verkaufsräumen ein ungetrübtes Geschmackserlebnis bieten wollen. Wir wollen niemanden diskriminieren. Alle Gäste sollen sich bei uns wohl fühlen – Raucher haben weiterhin den flächenmäßig größten Raum zur Verfügung: unseren Gastgarten!“ Die EISOASE der Familie Wagner ist ein Begriff für Eisliebhaber und Genießer. Im Wallfahrtsort Maria Fieberbründl befindet sich das Stammhaus und die Produktionsstätte der EISOASE, hier treffen sich Naschkatzen

aus ganz Österreich, denn die Topqualität des handwerklich hergestellten Speiseeises überzeugt. Alfred Wagner wurde beim internationalen Speiseeiswettbewerb „Coppa d'Oro“ in Italien bereits **4 x zum besten Eiserzeuger Österreichs** gekürt! Mit „Haselnuss“, „Mokka“, „Maroni“ und „Walnuss“ konnte Wagner die hochkarätige Fachjury bereits mehrmals als bestplatziertes Österreicher überzeugen. Was macht dieses Eis so besonders? Nun, frische und hochwertige Zutaten sind eine Grundvoraussetzung, aber auch die persönliche Eis-Leidenschaft von Alfred Wagner spielt hier eine große Rolle. Sein Motto heißt: **total regional!** Lange Transportwege wirken sich bei Obst besonders nachteilig aus – Qualitätsverbesserung und Umweltschutz liegen hier



Das Siegereis aus der EISOASE Wagner

nahe beisammen und deshalb bezieht die EISOASE so viele Rohstoffe wie möglich aus der eigenen Region. Als großer Erfolg hat sich auch die Kooperation mit Chocolatier Josef Zotter erwiesen. Von Zotter stammen 3 hochqualitative Schokolade-Sorten, Wagner verarbeitet sie - **exklusiv in Österreich** - zu delikatem Speiseeis. Während die Zotter Schokolade-Manufaktur in Riegersburg im Sommer ihre Pforten zur Sommersperre schließt, kommen in der EISOASE Schokoladenfans und Eisfans gleichermaßen „voll auf ihre Zotter“. Beliebte Treffpunkte sind auch die Drive In's der EISOASE geworden: auf der B54 beim Kreisverkehr Hartl und in Sinabelkirchen gibt es die Möglichkeit, dem schnellen Eisgenuss zu fröhnen. Hier kann man direkt vom Auto

aus sein Tüteneis bestellen, aber natürlich gibt es auch ausreichend Sitzgelegenheiten – sogar Liegestühle für die schnelle Entspannung, Eisgenuss inklusive! Diverse Nachahmer haben sich natürlich schnell gefunden, immer öfter sieht man plötzlich Eisverkaufsstellen in unmittelbarer Straßennähe. Wagner meint dazu: „Ich fasse das als Kompliment auf, es zeigt ja nur, dass wir ein erfolgreiches Konzept geschaffen haben. Und der Gast weiß zu unterscheiden; schließlich ist **EISOASE – Österreichs Siegereis® eine geschützte Marke.**“ Das original EISOASE-Eis findet man schon weit verbreitet in der Oststeiermark! Diese Gastronomiebetriebe führen das Siegereis:
Seestern (Stubenbergsee), Seinerzeit (Kaindorf), Riegerbauer am Teich (Großsteinbach), Stadtcafe (Gleisdorf), Cafe Restaurant Schrott (Hirnsdorf), Dorfstubn (Ebersdorf), Dorfwirt Bad Blumau (Bad Blumau), Cafe Wawaleiho (Bad Waltersdorf), Cafe Crema (Rohrbach/Lafnitz), Balance Resort (Stegersbach), Golf Cafe Restaurant Paierl (Bad Waltersdorf), H20-Therme (Sebersdorf), HERZ-Freibad Restaurant (Hartberg), Restaurant Badeseer Pinguau (Pinguau)