



Die Brodworscht geht an...

Ostschweizer Winzer und Weinkellereien

Dass Ostschweizer Wein nicht nur mundet, sondern auch qualitativ hochstehend ist, beweisen Branchenauszeichnungen. So hat Gault-Millau die besten Schweizer Winzer 2019 gekürt – darunter finden sich mit Michael Broger, Michael Burkhart, Johannes Meier (Schlossgut Bachtobel) und Martin Wolfer vier Thurgauer (alle Ottoberg beziehungsweise Weinfeldern) sowie Marco Casanova, Walen-



stadt. Der Thaler Roman Rutishauser (Weingut am Steinig Tisch) wurde als Rookie of the Year 2019 ausgezeichnet. Und dann gab es noch Edelmetall am Grand Prix du Vin Suisse: Gold geht an die Schmid Wetli AG in Berneck (Appenzeller

Malbec), an die Weinkellerei Haubensak in Altstätten (Hoch Chapf Müller-Thurgau Spätlese), an das Weingut Wolfer in Weinfeldern (Pinot Noir Sélection), sowie an die Rutishauser Weinkellerei AG in Scherzingen (Pino Noir Barrique Sunnehalde). Wir gratulieren herzlich!

Markus Piasente



Der 44-Jährige ist St. Gallens wohl bekanntester Treppenläufer: Der Fahrleitungselektriker aus Winkeln hat alle 140 öffentlichen Treppen des Stadtgebiets abgelaufen – und das am Stück. Für die 13 000 Stufen, 68,7 Kilometer und 2954 Höhenmeter benötigte er 12 Stunden und 20 Minuten. Zur Route gestartet war er spät abends am 7. April. Im Zickzack lief er von Osten nach Westen durch die Stadt. Bei der Planung ging er kreativ vor:

Wie Perlen an einer Schnur reihte er die Treppen aneinander, bis sie eine schlüssige Strecke bildeten. Die nächsten Läufe stehen kurz bevor: Am Samstag nimmt Markus Piasente am Jungfrau-Marathon 1800 Höhenmeter auf sich. Einen Tag später, am ersten «Stägstadt-Tag St. Gallen», absolviert er die «Stairs Trophy». An diesem Lauf warten «nur» 10 000 Treppenstufen auf ihn. Die Brodworscht hat er sich bereits jetzt verdient!

Peter Kürsteiner

Fossilien von 40 000 verschiedenen Arten der in der Kreidezeit ausgestorbenen Ammoniten wurden bereits entdeckt. Eine davon trägt den Namen «Eoscapites kuersteineri». Benannt nach dem Uzwiler Tierarzt und Entdecker Peter Kürsteiner. Alle zwei bis drei Wochen wandert der leidenschaftliche Fossiliensammler über die Ostschweizer Alpen. Überquert Geröllhalden und Berge und hält Ausschau nach versteinerten Zeugen aus der Kreidezeit. So fand der Uzwiler auch «seinen» vier Zentimeter kleinen Ammoniten, der vor geschätzten 100 Millionen Jahren gestorben



ist. Dieser wird im «Swiss Journal of Palaeontology» vorgestellt. Der Forscher hofft nun, einen «Bruder» der neuen Ammonitenart zu entdecken. Als Zwischenverpflegung auf den Wanderungen gibt's von uns eine Brodworscht.

Die Brodworschtmacher



Philipp Krucker

«Die St. Galler Bratwurst ist der Stolz jeder Metzgerei», weiss Philipp Krucker, Besitzer der Adler Metzg

in Niederhelfenschwil. Deshalb sei es wichtig, dass sie mit Sorgfalt, Liebe und Rohstoffen höchster Qualität hergestellt werde. Krucker produziert die Bratwurst mit Frischmilch und Frischfleisch aus der Region – etwa 1500 Stück pro Woche. Die perfekte Bratwurst? «Vor dem Grillen schneeweiss, danach goldbraun, fester Biss und ausgewogenes Aroma.» Ihm persönlich schmeckt sie am allerbesten ganz frisch aus dem Kessel. «Die erste Bratwurst aus dem Kessi vergisst man nie. Es ist wie der erste Kuss!», schwärmt der Fleischfachmann, der die traditionsreiche Adler Metzg vor 18 Jahren übernommen hat. Sein Credo: «Geht nicht, gibt es nicht.» Das hat Philipp Krucker schon oft bewiesen, etwa mit Caterings, die mit dem Kran oder mit dem Pistenbully angeliefert wurden, weil der Veranstaltungsort nicht anders erreichbar war.

Die Adler Metzg in Niederhelfenschwil beschäftigt zehn Personen und ist einer von 39 Betrieben, die St. Galler Bratwürste IGP produzieren. Alles rund um die Wurst sowie alle Adressen auf sg-bratwurst.ch

ANZEIGE

Fettabsaugung - ambulante Schönheitschirurgie

Der Ostschweizer Dr. med. Urs Benz hat sich vor vierzehn Jahren auf das Fachgebiet der Fettabsaugung spezialisiert



Kompetenz und Menschlichkeit hat Dr. Benz in Tausenden von Eingriffen immer wieder unter Beweis gestellt. Heute gehört er in der Schweiz zu den erfahrensten Spezialisten der Branche.

Fettabsaugung oder Diät?

Es gibt Menschen mit familiär angeborenen Fettpolstern. Ein häufiger Fall ist «die Reithose» bei den Frauen. In solchen Fällen macht eine Fettabsaugung Sinn, wenn diese Fettpolster die betreffende Person belasten.

Anders verhält es sich bei Menschen, die gesamthaft an Übergewicht leiden. Hier ist eine Fettabsaugung nicht empfehlenswert, sondern die Konsultation eines Ernährungs-Spezialisten.

Menschlichkeit.

Das Aussergewöhnliche an Dr. Benz ist sein menschlich einfühlsames Wesen. Dadurch baut er ein tiefes Vertrauensverhältnis zu den Patienten auf. Dr. Benz' Frau assistiert ihm seit vielen Jahren und kümmert sich ebenfalls um die Bedürfnisse eines jeden Patienten.

Kompetenz.

Anders als viele seiner Mitbewerber, führt Dr. Benz, im Bereich der ambulanten Schönheitschirurgie, explizit Fettabsaugungen durch. Ebenso unterscheidet er sich von den meisten seiner Mitbewerber durch eine große, praktische Erfahrung auf diesem Gebiet: Dr. Benz führt jährlich mehrer Hundert solcher Eingriffe selbst durch!

Vorgespräch.

Für Interessenten bietet Dr. Benz kostenlos und unverbindlich ein Vorgespräch. Er informiert detailliert über den Eingriff und die post-operativen Massnahmen. Ferner wägt er die Notwendigkeit einer Fettabsaugung sorgfältig ab.

Eingriff und Nachkontrolle.

Nach einer lokalen Betäubung folgen einige 5mm lange Schnitte, um fettlösende Flüssigkeit in die zu behandelnde Zone einzubringen. Nun wird das Fett mit flexiblen Kanülen abgesaugt. Zum Schluss wird die Zone im Stehen modelliert.

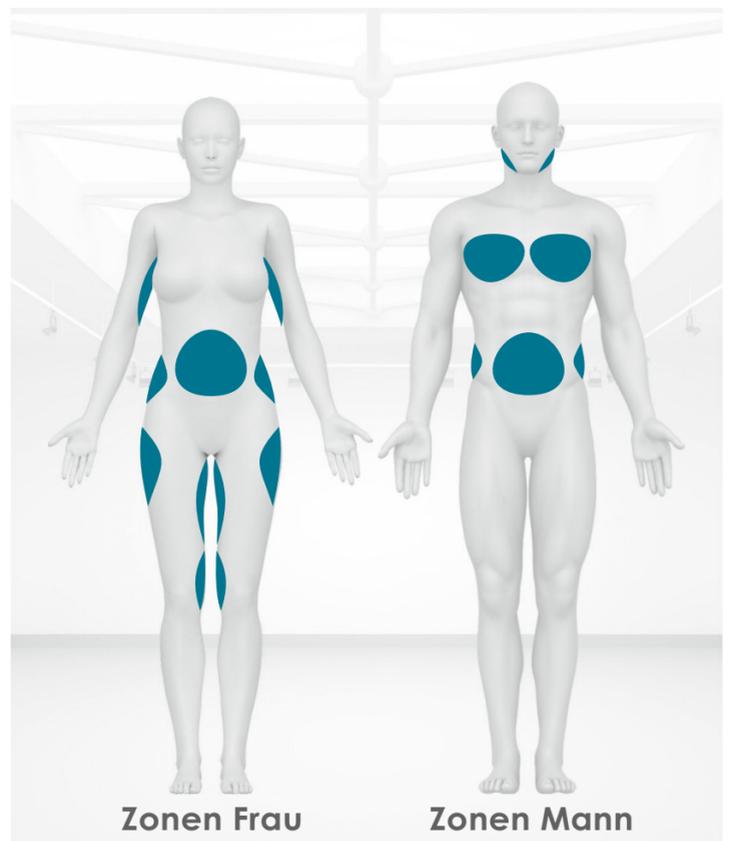
Das Modellieren der Zone trägt massgeblich zum Gelingen des Eingriffs bei und erfordert ein ausgeprägtes Gefühl für Aesthetik und ein hohes Mass an praktischer Erfahrung.

Nach dem Eingriff sollte der Patient einen Arbeitsausfall von ein bis zwei Tagen einplanen und er trägt einen Monat lang eine Kompressionshose, zur Stabilisierung der Silhouette. Danach führt Dr. Benz eine Nachkontrolle durch und, falls nötig, eine Zweite drei bis vier Monate später.

Preise.

Pro Eingriff behandelt Dr. Benz bis zu vier Zonen. Der Basispreis (inklusive einer Zone) beträgt CHF 2'500.-. Jede weitere Zone kostet CHF 800.-.

In der Grafik rechts sind die Zonen bei Frau und Mann grafisch dargestellt.



dr. med. urs benz
medical aesthetic™
spezialpraxis für fettabsaugung / liposuction

marktplatz 9
9400 rorschach
schweiz

+41(0)71 855 42 33 telefon
info@mediclaesthetic.ch
www.medicalaesthetic.ch

öffnungszeiten
montag bis samstag 08 bis 12 Uhr
montag / dienstag / freitag 14 bis 18 Uhr