Servus die Madln!
Willkommen die Buam!

So, meine Lieben, wir haben einen neuen Mega-Trend in Wien. In den letzten Jahren war Frühstücken die lukullische Lieblingsbeschäftigung in Wien, nun schwappt diese Welle auf den Mittagstisch über. Und da die StadtSpionin den Strömungen der Stadt immer dicht auf den Fersen ist, haltet Ihr nun den perfekten Guide durch die Wiener Mittagslandschaft in Händen. In unterschiedliche Rubriken unterteilt findet Ihr die neuen „Mittagsmeister", die uns mit gesundem (danke!), schnellem und unglaublich kreativem Essen versorgen. Da werden Lokale präsentiert, die uns vegetarisch und vegan bekochen und solche, in denen es herzhaft wienerisch zugeht. Die ganz Gestressten finden im Kapitel „Husch, husch!" die empfehlenswertesten Take-Aways der Stadt. Und Geheimtipps gibt's natürlich auch. Falls jemand beispielsweise Lust hat, zu unverschämt günstigen Preisen neben ein paar Burgtheater-Stars zu essen ;-)

Die Preise sind übrigens das Überraschendste an diesem neuen kulinarischen Trend! Kurz gesagt: geldbörselschonend! Das trifft sogar auf die Gourmet-Tempel dieser Stadt zu: Im Kapitel „Business Lunch" werden daher als besonderes Schmankerl einige Restaurants vorgestellt, die üblicherweise nobel-teuer sind – aber bei ihren Mittagsmenüs die Preise kräftig reduzieren. So wird Luxus plötzlich leistbar! Und man gönnt sich ja sonst nichts ;-)

Alle Lokale wurden natürlich extra für dieses Buch getestet. Ich wünsche Euch also viele unterhaltsame Mittagspausen – und ein herzliches „Mahlzeit" allerseits!

Eure StadtSpionin
Sabine Maier

Die Mittagsmeister

Pat's Brainfood 10 hiddenkitchen 11 Köstlich 12 Kim kocht im Merkur 13 Babette's 14 Arco 15 fein essen 16 Mr. & Mrs. Feelgood 17 Opocensky 18 Salon Wichtig 19 coffee & bread 20 CupCakes im mumok 21 Elefant & Castle 22 Mittagstisch 23 i am bio 24 Little Lunch 25 Zuppa 26 essenti 27 Suppenwirtschaft 28 Pöhl's Cantine 29

Business Lunch

Konstantin Filippou 32 The Bank im Park Hyatt 33 Dstrikt im Ritz-Carlton 34 Clementine im Glashaus 35 Café Bar Bloom 37 Meinl am Graben 38 Do & Co im Platinum 39 Wein & Co 40 La Veranda im Sans Souci 41

Veggie & Vegan

BioWerkstatt 44 yamm! 45 Natürlich Wrenkh 46 Cuchina 47 Tian Bistro 48 Hollerei im maranVEGAN 49 Naturkost St. Josef 50 Dancing Shiva Superfoods 51 deli bluem 52 Hollerei 53

Die Szene-Hotspots

Stadtkind 56 Palmenhaus 57 Das Heinz 58 Freyung 4 59 Das Campus 60 Nykke 61 Cafe Menta 62 Joseph Bistro 63 Gedöhns 64 Coté Sud 65 Zweitbester 66 Heuer am Karlsplatz 67 Delicious Monster 68 Paninoteca 69 RadioCafe 71 Tewa am Naschmarkt 72 Marks 73 Kantine im MQ 74 burger de ville 75 Café Français 76 Chiq Chaq 77 Milchbart 78 Rasouli 79 himmelblau 80 aumann 81

Aus aller Welt

Beaulieu 84 Mercado 85 Thali 86 Mochi 87 Comida y Luz 88 ra'mien go Wien Mitte 89 Piccini 90 Kuishimbo 91 Yak + Yeti 92 le Pho 93 Akakiko im Gerngross 94 Hirsch und Kamel 95 Nguyen's Pho House 96 Good Morning Vietnam 97 Lane & Merriman's 98 Purple Eat 99

Herzhaft mittagessen

Burgtheater Kantine 102 Soho in der Nationalbibliothek 103 Minoritenstüberl 104 Böhle 105 Café Engländer 106 burg.ring1 107 Figlmüller 109 Brotzeit 110 Frischzelle 111 chimbiss 112 Zum Gschupftn Ferdl 113 Bitzinger 114 Trzesniewski 115

Husch, husch!

Up!grade your food 118 HY Kitchen 119 Henry im Billa Corso Herrnhuterhaus 120 Wulfisch 121 Nam Nam Deli 122 Gorilla Kitchen 123 Leberkas willi 124

Pat‘s Brainfood

Essen für geistige Fitness und Energie

Plankengasse 4
1010 Wien
Tel. 0664 203 83 03

Mo – Do 11.30 – 15.30
Fr 11.30 – 15.00

www.pats-brainfood.com

Energiespender, Muntermacher, Auftankstelle – trifft alles zu auf den chicen Shop von Patricia Essl. **Fastfood** (auch vegan und vegetarisch) zum Mitnehmen verkauft sie hier, das gleichzeitig auch noch super gesund ist. Alle Speisen unterstützen entweder Konzentration und Gedächtnis, **Harmonie** und Entspannung oder spenden viel, viel Energie. Einfach sagen, was man gerade braucht – und dann bekommt man (zum Beispiel) Pat‘s Paprikahuhn oder Pat‘s Bulgurpilaw oder eine tolle Suppe. Unbedingt ausprobieren: **Pat‘s Energiekugeln.** Drei kleine Dinger mit Dörrobst, Nüssen und Gewürzen, gerollt in Kakao, Haselnüssen und Kokosflocken – die bringen verbrauchte Energie sofort zurück!

hiddenkitchen

Mittags-Lunch und Picknick-Korb für danach

Gestartet als Guerilla Caterer für Hochzeiten, etablierte Julia Kutas eine der hippsten Locations der Stadt. Ob Mittagstisch oder Take Away – die Kunsthistorikerin kocht nach ihrer eigenen Messlatte. **Best-Food** täglich frisch und kreativ: Honey-Chili Oven Chicken mit Tomaten-Mango-Salsa oder Quiche mit Süßkartoffeln, Ziegenkäse und Thymian – das bringt internationalen **Metropolen-Spirit** auf den Teller und schmeckt verdammt gut. Geografisch liegt dieses Kleinod (ein bissl versteckt) im Zentrum von Wien. Und wer mal raus will aus der Stadt, kann hier auch den **Picknick-Korb** buchen: Quiche, Tortilla, Chicken Satay, Cupcakes, Apfelwein, Limo, Korb, Besteck, Geschirr. Genial! Vorlaufzeit: 48 Stunden.

Färbergasse 3
1010 Wien
Tel. (01) 276 83 98

Mo – Fr 10.00 – 16.00

www.hiddenkitchen.at

Gedöhns

Kitsch und Kunst und Wohlfühlcharme

Löwengasse 42
1030 Wien
Tel. 0676 413 29 03

Mo – Fr 11.30 – 22.00

Facebook: Gedöhns

Ein pinker Plastik-Flamingo in der Löwengasse? Neugier macht sich breit. Im wahrscheinlich **kleinsten** Lokal von Wien geht es stilgetreu weiter: Hirschgeweih trifft auf wohldosierten Kitsch und Kunst. Die entzückend berlineske X-Small-Lokalität besteht aus vier Tischchen und einer Theke mit **Flohmarkt**-Charme. Die kleine Karte wechselt täglich, da gibt's etwa ein Rote-Rüben-Ragout, gebratenen Ziegenkäse mit Kirschmarmelade (spicy und hausgemacht) oder eine genau richtig gewürzte grüne Gazpacho. Kochen tut die Chefin, die deutsche **Künstlerin** und Konditorin Wencke Pond, höchstpersönlich – und auf den Mund gefallen ist sie auch nicht: „Rein das Beste", verspricht sie.

Coté Sud

Intimes Bistro im Freihausviertel

Bienvenue! grüßt man hier, aber das Französische ist nur eine Verbeugung vor dem Namen des Lokals. Das (preiswerte) Mittagsmenü lädt durchaus auch auf Krustenbratl mit Kartoffelknödel und Speckkrautsalat ein (bietet aber immer auch ein vegetarisches Gericht). Ist die Speisekarte eine täglich wechselnde **Mischkulanz** aus bisserl Slow Food und Wiener Beisl-Küche, sind drei Dinge dafür absolut verläßlich: Das „Coté Sud" ist ein stylisch cooles Bistro, das dennoch gemütlich, ja fast intim wirkt. Das Essen enttäuscht nie. Und immer wieder mal speist und trinkt man in der Nachbarschaft von **Prominenz** aus Kunst und Kultur. Tipp: Abends kann man das Lokal mieten – und auch die Küche (mit oder ohne Küchenchef).

Schleifmühlgasse 8
1040 Wien
Tel. (01) 20 80 375

Mo – Fr 11.30 – 14.30
und 18.30 – 22.30
Sa 19.00 – 22.30

www.cotesud.at

Burgtheater Kantine

Mittagessen mit den Burg-Stars

Burgtheater Seitentrakt
Löwelstraße 1, Eingang
Josef-Meinrad-Platz
1010 Wien

Mo – Fr 7.00 – 18.00

Mehr Geheim-Tipp geht wahrscheinlich gar nicht. Erstens: muss man wissen, wie man die Burgtheater-Kantine findet (unscheinbarer Eingang im Seitentrakt, vis-a-vis von der Tankstelle, am **Portier** vorbei, der hilft weiter). Zweitens: das günstigste Mittagsmenü Wiens, zwei Gänge unter fünf Euro. Drittens: ehrliche Küche (echte Rindssuppe zu den Leberknödeln, **großzügig** bemessenes Steirisches Wurzelfleisch, nur zum Beispiel). Viertens: zwei Tische sind fürs Burgtheater reserviert, das liefert gelegentlich **intime** Einblicke in den laufenden Theaterbetrieb. Und schließlich fünftens: die Damen hinterm Buffet. So was von gutem Schmäh. Ein Iffland-Ring für sie!

Soho Nationalbibliothek

Zauberhafte Location, herzhaft gutes Essen

Eindeutig: Das hier ist die stylishste Kantine von Wien! Was kein Wunder ist, betreibt die Soho-Chefin mit dem **Wunderwerk** ja auch ein eigenes Einrichtungsservice. Und so sitzt man an riesigen Holztischen, umgeben von Vintage-Polstern, moderner Kunst und englischen Fauteuils – und wird zu **günstigsten** Preisen satt. Täglich wechselnd werden genau zwei Menüs angeboten, die inklusive Suppe um die 7 € kosten: Mal gibt's Crèmespinat mit Röstkartoffeln, mal ein halbes Zitronenhühnchen mit Risibisi. Wichtig ist nur: Man geht zuerst zur Kasse, zahlt und holt sich dann – mit einer **Plastikfigur** als Bon – in der Küche das Essen. Und keine Angst, außer an die reservierten Tische darf hier jeder ran!

Neue Burg, Josefsplatz 1
(Eingang Burggarten,
links vom Palmenhaus)
1010 Wien

Mo – Fr 11.30 – 15.00

HY Kitchen

Slow Food aus dem Truck

Street Food? Ja, kennt man aus dem Fernsehen oder von den berühmten **Straßenküchen** in Vietnam. Dass es seit kurzem Essen aus dem Truck auch auf der Freyung gibt, ist da eine ziemliche Überraschung. Und eine umwerfend wohlschmeckende dazu! Monica Kranner kocht 3 Tage die Woche in einem Kochmobil – und ihr Background als Ernährungsberaterin fließt in die **durchdachten** Rezepturen ein. Also keine Geschmacksverstärker, Chemie oder Farbstoffe, stattdessen viel bio. Jede Woche wird was anderes gekocht. Mal sind's chinesische Bao, mal Slow Food Burger, mal aber auch Bio-Mangaliza-Bratwürstel – worauf ihr Fans den **Ehrentitel** „GodMotha of HighEnd JunkFood" verliehen ;-) Großer, großer Tipp!

Freyung
1010 Wien
Tel. 0699 1010 4807

Di – Do 11.00 – 18.00
Mai bis November

www.facebook.com/HY Kitchen