

PRESSEMITTEILUNG
01.04.2016

DAS BESTE IN MÜNCHEN. DER FRÜHSTÜCKSGUIDE

100 MAL LECKERER. FRISCHER. GESELLIGER

Im Gespräch mit der Autorin Heike Bader

Wie kommt man als Vorstand einer Personalberatung auf die Idee einen Frühstücksguide über München zu schreiben?

Heike Bader: „Als ich vor fast 25 Jahre nach München kam, habe ich die Stadt und ihre Viertel auch über das gemeinsame Frühstück am Wochenende mit Freunden kennengelernt. Mit den Jahren ist eine Liste mit persönlichen Notizen entstanden. Dann habe ich gewartet, dass mal ein Buch zu Frühstückscafé in München erscheint, weil ich neue Lokalitäten kennenlernen wollte. Nachdem das nicht geschehen ist, habe ich den Entschluss gefasst, selbst zur „Feder zu greifen“ und München einen Frühstücksguide zu schreiben. Das war dann doch ziemlich viel Arbeit, aber ich freue mich über das schöne Ergebnis und hoffe damit anzuregen, eine besondere und gesellige Zeit beim Frühstück zu verbringen.“

Sie haben ihren Führer durch die Frühstücks-Szene nach Stadtviertel rubriziert. Welche Ecke Münchens ist denn Ihr persönlicher Hotspot?

Heike Bader: „Einen solchen persönlichen Hotspot habe ich nicht wirklich. Das Thema Frühstück lebt ja vor allem von der Abwechslung. Natürlich gibt es für jede Gelegenheit das richtige Café. Soll es ein schicker Ausflug werden mit Geschäftspartnern oder ein Treff mit Freundinnen oder ein intimes Frühstück zu zweit? Im Buch sind für alle Gelegenheiten Cafés vorgestellt.“

Das Angebot in München Frühstücken zu gehen ist doch riesig, oder? Geben Sie uns bitte ein paar Beispiele für diese Vielfalt?

Heike Bader: „Das Angebot ist in der Tat riesig. Ich denke selbst langjährige München-Kenner werden überrascht sein, das es mehr als 100 empfehlenswerte Lokale zum Frühstücken gibt. Die Bandbreite reicht vom Frühstück am See im Seehaus, über ein Café mit echten Katzen (Katzentempel), Frühstück mit Blick in die Reithalle (Café Reitschule), klassisches englisches Frühstück (Victorian House), viele schöne Studenten-Cafés, Mädelscafés und und und ...“

Gibt es so etwas wie einen Geheimtipp?

Heike Bader: „Mein Eindruck ist, dass der Münchner dazu neigt eher im eigenen Viertel zum Frühstück zu gehen oder immer wieder die ihm bekannten Cafés aufzusuchen. Alles was außerhalb dieses Radius liegt, kann für den Besucher sehr überraschend sein und man hat das Gefühl, dass es wohl noch jede Menge Geheimtipps gibt. Der Trick ist, einfach mal was Neues auszuprobieren. Spätestens, wenn man mit dem Thema Reservierung konfrontiert wird, wird man feststellen, dass dieser Ort auch von anderen entdeckt wurde.“

Mit Kinder frühstücken ist ja auch nicht so einfach, vor allen Dingen, wenn diese noch kleiner sind. Was können Sie uns da empfehlen?

Heike Bader: „Ich würde für ein Frühstück mit Kindern eher eines der größeren Cafés wählen. Am schönsten ist, wenn ein Spielplatz in der Nähe ist oder man den Besuch mit einem Spaziergang verbinden kann. In vielen kleineren Cafés ist wenig Platz für Kinderwagen und in der Primetime am Wochenende von 10-14 Uhr kann es da ganz schön eng werden. Unter der Woche ist es deutlich entspannter. Oder im Sommer, wenn es eine Terrasse gibt, die nicht direkt an der Straße liegt. Manche Cafés haben auch spezielle Frühstücksangebote für Kinder wie zum Beispiel das Café Westend. Sehr nett ist auch das Arrangement im Vorstadtcafé. Dort gibt es im Winter einen „Parkservice“ für Kinderwagen. Diese werden nebenan untergestellt und beim Verlassen des Lokals wieder übergeben.“

In Ihrer Kurz-Bio steht, dass Sie gerne in geselliger Runde frühstücken. Was sagen denn Ihre Freunde zum Frühstücksguide?

Heike Bader: „Ich habe sehr viel positives Feedback für die Idee und das Buch erhalten. Anscheinend gibt es Viele, die so wie ich, mal was Neues ausprobieren wollen und denen bisher der Überblick gefehlt hat.“

DIE AUTORIN

Heike Bader ist seit 1992 begeisterte Münchnerin. Die studierte Diplom-Psychologin ist Vorstand einer Personalberatung mit Sitz im Münchner Osten. Als Karriereexpertin hat sie bereits in Fachzeitschriften veröffentlicht. Sie liebt es, ihre Freizeit in geselliger Runde beim Frühstück zu verbringen. Aus dieser Leidenschaft entwickelte sich die Idee, den vorliegenden Frühstücksguide zu schreiben.