Green Star Hotels

Umweltfreundliche und ökologisch arbeitende Hotels in Ägypten können sich durch den „GREEN STAR“ (GSH) zertifizieren lassen. Es gibt insgesamt 76 GSH zertifizierte Hotels in Ägypten, davon alleine 24 % in El Gouna und 8 % in Hurghada.

Wir besuchten das Steigenberger Makadi Hotel in Madinat Makadi, das mit 5 grünen Sternen, (die höchste Sternebewertung) ausgezeichnet ist.

Fünf Sterne bedeuten: Das Hotel ist hervorragend umweltfreundlich und gehört zu der kleinen Gruppe von Hotels, die sich in allen Bereichen für einen intensiven und kontinuierlichen Schutz von Natur und Umwelt einsetzen. Sowohl die Geschäftsleitung als auch die Mitarbeiter legen Wert auf den Schutz von Natur und Umwelt.

Das Green Star Hotel (GSH) ist ein nationales Green-Zertifizierungs- und Kapazitätsaufbauprogramm, das von der Egyptian Hotel Association (EHA) unter der Schirmherrschaft des ägyptischen Tourismusministeriums verwaltet wird. Weitere Infos unter: https://www.greenstarhotel.org/

Engpass Wasserversorgung

Ägypten ist eins der wasserärmsten Länder der Welt. Rund 95 % des Landes besteht aus Wüste. Es regnet zu wenig, daher gibt es kaum Grundwasservorräte. 85 % des Wassers entstammt dem Nil und wird auf langen Wegen transportiert. Durch die Hitze im Sommer, bis zu 48 Grad und dem zunehmenden Touristenstrom kommt es zu Engpässen bei der Wasserversorgung.

Für jeden Touristen besteht schon von Anfang an die ängstliche Frage, wie sicher ist das Wasser im Hotel, denn in den meisten Reiseführern wird davon abgeraten Leitungswasser zu benutzen. Das Trinkwasser kann hohe Werte von E-Coli-Bakterien und Ammoniak enthalten, was amtlich vom Umweltministerium festgestellt wurde.

Hier sind alternative Wasserressourcen gefragt.

Ein Interview mit General Manager vom Steigenberger Makadi Hotel, Mister Ayman Anis.

Greta Hessel: Wie sicher ist das Wasser im Steigenberger Makadi Hotel?

Ayman Anis:

70 % der Hotels in Hurghada haben eine Wasseraufbereitungsanlage, die anderen bekommen das Wasser vom Nil. Unsere Wasseraufbereitungsanlage befindet sich in der Nähe unseres Hotels und wird aus dem Boden, nicht aus dem Meer, durch den Sand hochgepumpt. Das Wasser aus der Erde enthält weniger Salz und der Sand ist schon ein natürliches Filtersystem. Das Wasser wird gereinigt, entsalzt und gefiltert. Deswegen können unsere Gäste das Wasser bedenkenlos benutzen, auch zum Zähneputzen. Im Winter produzieren wir sogar unsere Eiswürfel selbst, nur im Sommer müssen wir Eiswürfel dazu kaufen, auf Grund der großen Hitze und Nachfrage. Die Eismaschine hat ein Filtersystem und ist 100 % sauber.

Selbst der Golfplatz wird mit unserem aufbereitetem Wasser versorgt, das verträgt das Gras besser, dagegen werden die Grünanlagen von unserem Abwasser versorgt, denn ein Gesetz verbietet die Einleitung von Abwasser in Flüsse und Meere. Das Hotel besteht seit 10 Jahren und von Anfang an war die Wasseraufbereitungsanlage eingeplant.

Greta Hessel: Was passiert mit dem Müll? Ein weltweites Problem, denn in der Regel wird der Müll in Ägypten nicht getrennt.

Ayman Anis:
Wir trennen unseren Müll und versuchen Müll von vorn herein zu vermeiden. In unseren Restaurants gibt es nichts aus Papier oder Plastik, sogar die Trinkhalme sind aus recycelbarem Papier. Die Butter ist in Töpfen aufgehoben, die Tische mit Stoffservietten ausgestattet. Organische Abfälle kommen auf den Kompost und werden als Dünger für unsere Pflanzen verwendet, oder auf Farmen gebracht. Von dem übrig gebliebenen Essen werden unsere Angestellten versorgt. Der Plastikmüll wird von einer Firma abgeholt und nach Kairo gebracht.
Als nächstes möchte ich den Verbrauch der Plastikflaschen reduzieren. Das aufbereitete Wasser wird noch einmal durch ein Britta-System gefiltert, dann bekommen die Gäste eine Glasflasche auf ihren Zimmern, die nachgefüllt wird und für den Pool eine PBA-freie Plastikflasche, die sie während ihres Aufenthalts selber nachfüllen können.
Es ist eine umweltfreundliche Tasche geplant für natürlichen Müll, der in der Erde vergraben werden kann.
Bei uns gibt es einen „Tag der Umwelt“ oder Reinigungstag. Da laden alle Hotels die Gäste ein, Müll zu sammeln. Die Müllentsorgungsfirma selbst bringt die Gäste mit Booten auf die Inseln, um dort mit ihnen zusammen den Müll zu sammeln.
In jeder Saison werden die Uniformen von den Angestellten gesammelt und an Bedürftige verteilt.

Greta Hessel: Viele Hotels versprühen Gift in den Zimmern und Anlagen gegen Mücken und Fliegen. Wie sieht das in Ihrem Hotel aus?

Ayman Anis:
Ja, wir haben Mücken und lästige Fliegen, je nach Saison und Wetterumschwung oder Klimawechsel. Wir sprühen auch, aber nur mit umweltfreundlichen Produkten und vor allem nicht in den Zimmern, sondern nur in den Grünanlagen. Auch hier werden wir kontrolliert und überprüft! Unsere Putzmittel sind auch auf umweltfreundlicher Basis aufgebaut und sind keine Chemiekeulen.

Greta Hessel: Viele Leute haben Angst vor Magen und Darmerkrankungen. Wie sehen die hygienischen Bestimmungen in Ihrem Hotel aus?

Ayman Anis:
Oft liegt es nicht am Essen. Magen und Darmerkranken entstehen in erster Linie durch zu kalte Getränke, denn im Sommer sind die Erkrankungen erhöht. Der Körper ist erhitzt und noch nicht akklimatisiert.
Wir unterliegen der Kontrolle einer englischen Hygienefirma CRISTAL. Da kommt monatlich ein Tester, unangemeldet. Er nimmt Proben ab von den Türklinken, den Zimmern, der Küche usw.
Wir haben eine eigene Hygienebeauftragte im Haus, die täglich Kontrollen durchführt. Der Pool wird dreimal täglich auf Chlor getestet.
Die Gäste können ihre Hände selbst desinfizieren, bevor sie das Restaurant betreten.

Greta Hessel: Was bedeutet die Zertifizierung durch den Green Star?

Ayman Anis:
Wir müssen uns registrieren und unser Konzept vorlegen, um aufgenommen zu werden, dann werden wir getestet und zwar jedes Jahr aufs Neue.
Wir müssen immer besser werden und weniger verbrauchen, das ist die Herausforderung. Weniger Wasserverbrauch z.B., denn wenn wir uns nicht verbessern, bekommen wir keinen Stern, so haben wir in diesem Jahr unser Lichtsystem verbessert und LED Lampen eingebaut.

Weitere Infos unter: https://www.steigenberger.com/hotels/alle-hotels/aegypten/hurghada/steigenberger-makadi

URLAUB in Ägypten:

Wüste, Sonne, Sand und Meer!

Wenn es im Winter in Deutschland früh düster, kalt und ungemütlich wird, dann ist Zeit für Urlaub in wärmeren Gebieten.

In nicht mal vier Stunden Flugzeit ist es möglich sich bei 25 -27 Grad an den Strand zu legen und die Sonne zu genießen. Ägypten bietet so ungefähr alles, was das Herz begehrt. Die Strände aus weißem Sand, gepolsterte Liegestühle, Cocktails an der Bar, und ein romantisches Dinner am Meer.

Die Magie des Landes ist überall spürbar. Vor rund 5000 Jahren entstand in Ägypten eine Hochkultur mit außergewöhnlichem Wissen, revolutionären Wissenschaften, einer hohen Moral und spiritueller Ethik. Gelehrte wie Plato, Solon und Pythagoras fanden in Ägypten nicht nur ihre tiefsten Erkenntnisse, sie ließen sich sogar in ägyptischen Geheimschulen ausbilden, um ihre eigene Kultur zum Erblühen zu bringen. Auch die Rätsel und Geheimnisse des Landes sind bis heute nicht gelöst.

Eine harmonische Verbindung zwischen Himmel und Erde zu errichten, war das Ziel der alten Ägypter. Das Prinzip der Weltordnung und Gerechtigkeit, über allem Göttlichen, ist Kern der ägyptischen Religion und Lebensweise.

Wer Kultur liebt kann sich die jahrtausendealten Baudenkmälern, die kolossalen Pyramiden und die Große Sphinx von Gizeh sowie die hieroglyphenbedeckten Wände des Karnak-Tempels und die Gräber im Tal der Könige bei Luxor anschauen, Beduinen besuchen, oder die Wüste mit einer Quad erleben.

Ein Reisebericht von Greta Hessel, Fotos vom Steigenberger Makadi Hotel

Zeit für Urlaub!

Golfen ist auf den schönsten Golfplätzen mit
0 % Regen garantiert.

Das rote Meer ist eine paradiesische Unterwasserwelt mit Delphinen, blauen Lagunen und kunterbunten Korallenriffe zum schnorcheln, surfen oder tauchen.

Eine Karawanenreise auf dem Kamel zu den von Palmen umsäumten Oasen, ist ebenso möglich wie ausruhen in

den Sanddünen, umgeben von weißen Felsen, wer will kann auch ganz einfach nur den Badeurlaub genießen.

Die Ägypter sind sehr herzlich und freundlich. Namen kann man sich leicht merken, alle heißen entweder Mohamed, Ahmed oder Ali.

Trinkgeld sollte in Ägyptische Pfund verteilt werden, die Einheimischen können kein Hardgeld tauschen. In der Regel gibt man 5-10 Ägypt. Pfund.
Ein Kellner verdient ungefähr 80 € im Monat.

Essen und Trinken im Land der Pharaonen – das fruchtbare Niltal

Ägypten ist eins der fruchtbarsten Länder Nordafrikas, hauptsächlich stammen die meisten Lebensmittel aus dem Niltal, das inmitten einer lebensfeindlichen Wüste liegt.

Das untere Niltal wird seit Jahrtausenden von Jahren landwirtschaftlich genutzt. Durch den Monsunregen und den damit verbundenen Überschwemmungen transportiert der Nil gewaltige Mengen an fruchtbarem Schlamm, der ihn aus den Vulkangebieten Äthiopiens zugeführt wird. Der Schlamm wird in Ziegeln getrocknet und zum Hausbau verwendet. Allerdings führten Nilschwelle und Trockenheit zu Problemen in der Landwirtschaft. Doch die ägyptischen Bauern entwickelten schon früh ein Bewässerungssystem, um das Niltal für immer fruchtbar zu halten. Es wurde hauptsächlich Weizen, Gerste und Emmer angebaut. Der Weizen diente zur Herstellung von Brot und die Gerste zur Herstellung von Bier. Brot und Bier waren die Grundnahrungsmittel des Volkes, der Getreideanbau eins der größten Reichtümer.
Außerdem lebten die alten Ägypten von Wein, Milch, Wasser, Fleisch, Fisch, Gemüse, Reis und Früchte. Man aß mit den Fingern und stellte Wasserschalen zum Reinigen der Finger auf den Tisch.

Auch heute noch wird im Niltal angebaut: Ananas, Äpfel, Apfelsinen, Aprikosen, kleine Bananen, Birnen, Datteln, Erdbeeren, Feigen, Granatäpfel, Guave, Kirschen, Mango, Pfirsiche, Pflaumen, Wassermelonen, Weintrauben.
Zu den in Ägypten angebauten Gemüsesorten gehören:
Auberginen, Okra, Blumenkohl, Bohnen: Grüne Bohnen, Saubohnen, Brunnenkresse, Erbsen, Gurken, Kichererbsen, Karotten, Kartoffeln, Süßkartoffeln, Knoblauch, Kohl: Weißkohl, Rotkohl, Kürbis, Lauch, Linsen, Lupine, Mais, Paprika, roter Pfeffer, Petersilie, Rettich, Rüben in unterschiedlichen Sorten: Weiße Rübe, Rote Rübe, rote Beete, Sellerie, Spinat, Tomaten, Weizen, grüne Weizenkörner, Zitronen, Zucchini und Zwiebeln.

Fairtrade Farmen in Ägypten

Fairtrade zertifiziert sind Lebensmittel und Produkte die aus fairem Handel stammen und bei deren Herstellung bestimmte soziale, ökologische und ökonomische Kriterien eingehalten wurden. Dieses Siegel erhalten Kleinbauernkooperativen mit stabilen Preisen und langfristigen Handelsbeziehungen. Sowohl Bäuerinnen und Bauern als auch Beschäftigte auf Plantagen erhalten eine zusätzliche Fairtrade-Prämie für Gemeinschaftsprojekte. Die Standards enthalten darüber hinaus Kriterien zu demokratischen Organisationsstrukturen, Umweltschutz und sicheren Arbeitsbedingungen. Die Kontrollen werden von FLOCERT durchgeführt. https://www.fairtrade-deutschland.de/ Faitrade-Siegel Anbau von ägyptischen Bauern: Kartoffeln, Weintrauben, Sesam, Fruchtsäfte, Orangen, Limetten, Zitronen, Mandarinen, Baumwolle.

Zwischen Kairo und Alexandria liegt die Magrabi-Farm mit etwa 3700 Hektar Land, das auf sechs Farmen verteilt ist. 4000 festangestellte Arbeiterinnen und Arbeiter sowie rund 3000 Saisonkräfte bauen hier unter Fairtrade-Bedingungen Orangen, Limetten, Trauben, Zitronen und Mandarinen an.

Mittlerweile errichtete die Magrabi-Farm bereits ein kleines Krankenhaus, eine Kindertagesstätte und einen Sportverein. Die Klinik wurde sogar so weit ausgebaut, dass kleinere Operationen vor Ort möglich sind. In der Klinik werden nicht nur Magrabi-Mitarbeiter behandelt, hier erhalten die Bewohner der gesamten Umgebung Noubarias medizinische Unterstützung. Vier Krankenschwestern ermöglichen Behandlungen rund um die Uhr. Besonders wichtig ist der neue, durch Fairtrade-Prämien angeschaffte Krankenwagen, der Patienten schnell und sicher zur Kooperative

oder auch in das nächstgelegene Krankenhaus transportiert. Die Kooperative verfügt über eigene Packhäuser, in denen die frischen Leckereien nach europäischen Normen sorgfältig verpackt und verschickt werden. In eigenen Labors arbeiten hochqualifizierte Spezialisten an der Diagnose und Bekämpfung von Pflanzenkrankheiten, Schadstoffanalysen im Rahmen des Qualitätsmanagements und Rückstandskontrollen.

Selbst ökologischen Gewürzen und Gewürzmischungen stammen aus der Kooperative. Die Firmengruppe SEKEM (Lebenskraft) arbeitet dort schon seit vielen Jahren nach den Richtlinien des Fairen Handels. Die in dieser kleinen Aktiengesellschaft zusammengeschlossenen Firmen stellen neben Lebensmitteln auch Textilien und pflanzliche Arzneimittel her, die überwiegend für den ägyptischen Markt selbst bestimmt sind. So sind etwa die Kräuter und Gewürze, die Kleinbauern aus ganz Ägypten an SEKEM liefern, sämtlich in Bio-Qualität, viele von ihnen arbeiten sogar nach den besonders strengen Regeln des ökologischen Anbauverbandes Demeter. Pur, in Mischungen oder als Rohstoffe für die ökologische Lebensmittelindustrie kommen sie unter anderem auf den deutschen Markt. Auch getrocknete Datteln, Honig, Fruchtaufstriche und Kräutertees sind hierzulande zu finden.

Die wichtigsten Gewürze in der ägyptischen Küche sind: Kreuzkümmel, Koriander, Zimt, Kardamom, Nelken, Kurkuma, Schwarzkümmel und Thymian. Fotos: pixabay/Hessel

Populäre ägyptische Gerichte

Traditionell wird viel mit Gemüse und Reis gekocht. Fleisch weniger, weil es auch teuer ist. Ein typisches Gericht ist „Tadschin“, ein Fleisch-Gemüse-Topf, oder Bamia-Tagin, ein Gericht aus Okraschoten und Tomaten. Die Fischküche an den Küstenorten ist natürlich sehr zu genießen.

Eine Suppe, die in keinem Restaurant fehlt ist die Molokhiyya, ein ägyptisches Nationalgericht, das sowohl beliebt ist aber auch Ekel hervorrufen kann, auf Grund der schleimigen Konsistenz der Pflanze Molokhiyya, die auf Deutsch „Langkapselige Jute! heißt.

Viel verwendet wird: Chili, Knoblauch und Essig, sowie die / Gewürze. Mezzen sind leckere Saucen, oder kleine Vorspeisen.

Fladenbrot, das die Ägypter Aish – Leben – nennen gehört zu jedem Essen dazu und wird teilweise auch als Löffel benutzt. Aber es gibt auch dunkles und aus vollen Kernen gebackenes Landbrot.

Bei keinem Büfett fehlt Tahina, eine ölige Sesampaste, sowie Humus, ein Kichererbsen Püree, und Baba Ghannug, ein Auberginenbrei.

Fuul und Falafel

Das Nationalgericht in Ägypten schlechthin sind die Saubohnen. Fuul besteht aus einem dicken Brei, der stundenlang gekocht wurde, abgeschmeckt mit Sesamsauce, Zitrone, verschiedenen Gewürzen, Öl und manchmal auch Tomate.

Zum Frühstück werden auch Taamiyya angeboten, das sind knusprig frittierte Gemüsebällchen, die viel Bohnenkraut enthalten.

Mahshi-Gerichte bestehen aus gefüllten Kohl- oder Weinblättern. Abgerundet wird jedes Gericht mit Turshi – salzig eingelegten Zwiebeln, Radieschen, Möhren und anderem Gemüse.

Das Essen ist einfach und die Ägypter essen erst spät abends eine warme Mahlzeit.

GETRÄNKE:

Tee: Der beliebteste Tee ist der Hibiskustee, aber auch Anistee, Minztee oder Sud aus Ingwer und Zimt werden gerne getrunken oder Zitronensaft mit Pfefferminze.

Das Bier schmeckt sehr gut, kein Wunder, denn das wird in Ägypten schon seit über 100 Jahren gebraut – die Tradition reicht 5000 Jahre zurück.

Leider gibt es zum Essen nur leichte Tafelweine, rose, weiß und rot. Die Trauben der meisten Weine stammen aus dem Weinanbaugebiet Dschanāklīs. Sie sind trinkbar, aber Weinkenner bezeichnen sie liebevoll „Château Migraine“.

Die im Hotel erhältlichen Wein und Spirituosen (bei Al inklusiv Angeboten) sind allesamt ägyptische Produkte. (Ausländische Produkte müssen extra bezahlt werden und sind sehr teuer.) Angeboten werden Cocktails aus Gin, Wodka, Rum oder Tequila.

Ägyptische

Köstlichkeiten

Wohlklingende Namen wie Brot des Palastes, (Aish El Saraya), Om Ali, oder Brotauflauf von Alis Mutter, Ob Dattel-Streuselkuchen (Gilacgi), Milchpudding mit Rosenwasser (Mahalabeya), Grießkuchen (Basboussa), oder Zeinabs Finger - Sawabaa' Zeinab, Kalorienbomben sind sie allemal.

Zutaten wie Datteln, Cornflakes, Sahne, viel Zucker, Butter, Nüsse, Rosinen, Gries, Karamell-Zuckersirup, Rosenwasser, Pistazien, Mehl und Öl gehen schnell auf die Hüfte. Das ganze gebacken oder frittiert. Wer abnehmen möchte, sollte einen großen Bogen um die herrlich angerichteten Spezialitäten machen, oder am nächsten Tag das Fitnessstudio betreten.

Links: Mohamed Zizo Abd Ealziz, Souschef, Mitte: Greta Hessel, Reisejournalistin, rechts: Antar Elbany, Küchenchef

Fotos vom Büfett im Steigenberger Makadi Hotel