

## Als VEG in Island



[1]

«Fischland» Island und vegane Ernährung? Ein Erfahrungsbericht



Nachdem ich bereits 2005 einige Tage Island besucht hatte, war ich gespannt, was mich nun 8 Jahre später erwarten würde. Vor allem bezüglich des Essens hatte ich eher schlechte Erinnerungen, da Island ja sehr stark fisch- und fleisch-orientiert ist. Dieses Jahr habe ich jedoch ein Paradies für Vegis und Veganer entdeckt.

## Reykjavik

Die Hauptstadt Reykjavik bietet sehr viel: alle paar Meter einen CD/LP-Laden mit geduldigem und musikbegeistertem Personal, diverse Kleiderläden, gemütliche Cafés, Souvenir-Shops, einen Park mit See mitten in der Stadt. In mehreren Tourist-Offices kann man sich über Tages- und Wochenausflüge informieren und buchen.

Nach dem Einchecken im Hotel mitten im Zentrum zog es mich planlos auf die Strasse. Da entdeckte ich um die Ecke auch schon das erste Reformhaus mit vielen deutschen und mir vertrauten Produkten. Im oberen Stock befand sich das «Glo»-Restaurant. Zur Auswahl gab es ein vegan/rohköstliches, ein vegetarisches oder ein Poulet-Gericht.



Am nächsten Tag entdeckte ich dann ein weiteres Restaurant. Das «Graenn Kostur» befindet sich gleich hinter dem «Puffin Store», einem Shop mit 100 Dingen vom Papageien-Vogel, dem Nationaltier von Island. Entdeckt habe ich das Restaurant aufgrund der grün aufgemalten Fussspuren mit dem Wort «Vegetarien», die einen direkt ins Restaurant führen. Hier gibt es jeweils ein veganes und ein vegetarisches Menü. Auch hier bezahlt man ca. 15 bis 20 Franken für ein Menü. Qualitativ muss auch das zweite Restaurant keinen Vergleich mit Hiltl, Tibits und Co. scheuen. Ich war von beiden Restaurants vollends begeistert.

## Nordwärts

Auf der Weiterreise mit dem Mietauto Richtung Norden habe ich einmal eine vegetarische Lasagne, einmal einen Salatteller mit Kartoffeln und Tofu, und ein andermal ein vegetarisches Steak mit Rohkoststeller probiert. Die entsprechenden Restaurants waren ganz gewöhnliche, wie wir diese in der Schweiz als «Krone», «Kreuz» und «Widder» kennen. Selbst in den regulären Supermärkten und 24h-Shops fand ich Beutelsbacher-Fruchtsäfte von Demeter.

Ein Land der Extreme – Meer, Vulkane, Gletscher, Steppe, fruchtbares Land, Schafe auf der Hauptstrasse, 24 Stunden hell wegen der Mitternachtssonne –, ich könnte noch stundenlang weitererzählen und -schwärmen. Nebst

den landschaftlichen Eindrücken, den sehr herzlichen und spannenden Isländern und den verschiedenen Bars und Musikkonzerten in der Hauptstadt wie auch auf dem Lande war ich auch kulinarisch sehr angetan.

Darum behalte ich die wunderschönen Erinnerungen im Herzen und plane schon bald die Rückkehr in den Norden.

Fabian Högger

Letzte Aktualisierung: 29.06.2015

**Source URL (modified on 29.06.2015 - 00:40):** <https://www.swissveg.ch/node/305>

#### **Links**

[1] <https://www.swissveg.ch/node/305>