



1



2

Wenn das Essen zu einer Reise wird

Von Kreta über Indien bis nach Thailand: Drei Restaurants bringen die Welt nach Thun, mit authentischen Rezepten und viel Persönlichkeit. Was macht ihre Küche so besonders – und warum kommen Gäste immer wieder zurück?

Es ist eine Kombination aus Herzlichkeit, Gewürzen und Fernweh, die anzieht: Im Cretan Garden, Turban und Mamo Thai treffen authentische Küchen auf persönliche Geschichten. Drei Orte, drei Kulturen – und ein Ziel: Gäste für einen Moment in eine andere Welt entführen.

«Kreta ist unser Zuhause – dieses Gefühl möchten wir weitergeben.»

Thalia Kalaitzaki, Co-Inhaberin und Gastgeberin

Jassu

So begrüsst man sich unter Freunden in Griechenland. Das griechische Restaurant **Cretan Garden** an der **Unteren Hauptgasse 11/9** wird von Niveetha Nadarajah, Thalia Kalaitzaki und dem Sohn von Thalia, Matthaios Fotakis, geführt. «Wir wollten einen Ort schaffen, an dem sich alle willkommen fühlen», sagt Thalia. Kennengelernt haben sich die beiden Frauen bei der Arbeit in Interlaken. Der Wunsch nach etwas Eigenem wuchs und als sich in Thun die Ge-

legenheit bot, griffen sie zu. «Griechische Küche gab es nicht – diese Lücke wollten wir mit viel Herzblut füllen.» Die Wurzeln des Konzepts liegen tief in Kreta, wo Thalia lange lebte. «Kreta ist unser Zuhause – dieses Gefühl möchten wir weitergeben.» Diese Verbindung spürt man in der Atmosphäre und auf der Speisekarte. Im Mittelpunkt steht das mediterrane Lebensgefühl. Ein Ort, an dem man sich Zeit nimmt und einfach sein kann. «Wichtig ist nicht, wie viel jemand bestellt, sondern dass er

sich wohlfühlt.» Viele Gäste kennt man beim Namen, Gespräche entstehen ganz selbstverständlich. Die Küche ist authentisch und bodenständig. «Wir kochen so, wie wir es von zu Hause kennen.» Klassiker wie Gyros und Souvlaki stehen neben traditionellen Lammgerichten aus den Bergregionen Kretas. Typisch griechisch, wird vieles gleichzeitig bestellt und in die Mitte des Tisches gestellt. Für den süssen Abschluss empfiehlt sich der hausgemachte Galaktoboureko – warmer Filoteig mit Griess-

füllung, Honigsirup und Zimt. Ob jemand nur eine Vorspeise geniesst oder ein mehrgängiges Menü – alle werden gleich herzlich empfangen. Viele der Produkte stammen direkt aus Kreta. «Unser Olivenöl kommt aus eigener Produktion.» Auch Raki, Weinblätter und die ausschliesslich griechischen Weine, viele aus der Region um Heraklion. Heute lebt das Restaurant von Empfehlungen und der Begeisterung seiner Gäste. Während dieses Gesprächs ruft ein Gast: «Schreib bitte, dass sie so freundlich sind.» Voila. Vielleicht ist es genau das, was diesen Ort besonders macht: Man kommt als Gast – und geht mit dem Gefühl, ein Stück Griechenland erlebt zu haben.

Namaste

So die respektvolle Begrüssung in Indien. Mit einem Besuch im Restaurant

Turban an der **Hofstettenstrasse 13** beginnt die Reise. Mich zieht es immer wieder ins Turban, wenn das Heimweh nach den Farben Delhis und den würzigen Küchen Keralas aufkommt. Küchenchef und Mitinhaber Salinder Singh bringt die Aromen seiner Heimat Punjab, nahe dem Himalaya, direkt nach Thun. Seine Herkunft prägt Küche und Persönlichkeit: herzlich, charmant und tief in der Sikh-Tradition verwurzelt. Der Turban ist Ausdruck dieser Identität. 2019 erfüllt er sich den Traum vom eigenen Restaurant. Seine Küche ist klar: authentisch indisch. «Die Basis ist immer traditionell.» Alle Gewürzmischungen entstehen im Haus aus ganzen Samen wie Koriander, Kreuzkümmel, Nelken oder Zimt – frisch gemahlen und individuell kombiniert. So lassen sich Geschmack und Vorlieben der Gäste gezielt berücksichtigen. Singh betont,

1 Niveetha Nadarajah und Thalia Kalaitzaki vor dem Cretan Garden – herzliche Gastgeberinnen mit Leidenschaft.

2 Mit Turban und Hingabe: Salinder Singh bereitet im Restaurant Turban den Tisch für seine Gäste vor.

dass sich die indische Küche für unterschiedlichste Ernährungsformen eignet: von Fleischliebhabern über vegane Vorlieben bis hin zu glutenfreier Ernährung. Klassiker wie Butter Chicken (Murgh Makhani) oder Korma überzeugen mit milden, cremigen Aromen, während Dal als nährstoffreiche, vegane Linsenspeise eine Alternative bietet. Sein Favorit ist Rogan Josh, ein Lammcurry mit süssen, würzigen und leicht scharfen Noten. Jedes Gericht kocht er mit derselben Leidenschaft. «Die indische Küche ist gesund und abwechslungsreich.» Entgegen verbreiteter Annahme ist Butter Chicken nicht «voller Butter», sondern überzeugt durch eine ausgewogene, samtige Sauce. Auch die Zukunft ist klar gewürzt: Mit dem neuen Tandoor-Ofen erweitert Singh sein Angebot um Grillgerichte – von Fleisch und Fisch bis zu Gemüse und frischem

«Die indische Küche ist gesund und abwechslungsreich.»

Salinder Singh, Mitinhaber und Küchenchef Restaurant Turban

SUMMER IN

THE CITY

THUN

SOMMER PROGRAMM

6.7. - 9.8.

★ 2026 ★

thunersee.ch/summerinthecity

STADT THUN

thunersee

SCHLOSS THUN
CHÂTEAU DE THOUNE
THUN CASTLE

THUN CITY



«Bei den Zutaten achte ich konsequent auf Frische und Herkunft.»

István Makó, Eigentümer und Gastgeber

Naan. Geplant sind zudem Kooperationen mit Hotels sowie Catering für Themenabende und Veranstaltungen. «Wir bieten Qualität. Wenn die Leute uns kennen, kommen sie.» Was noch fehlt, ist mehr Sichtbarkeit. Wer einmal hier gegessen hat, kommt wieder – wegen der Gewürze und der Geschichte. Tipp: Reservieren Sie die Eckbank am grossen Fenster.

Sawadee ka

Und bitte einmal lächeln. Im **Mamo Thai** an der **Unteren Hauptgasse 14** beginnt die Reise nach Thailand schon, wenn wir eintreten. Ein Hauch Bangkok liegt in der Luft, vielleicht sogar ein wenig Flair des nördlichen Chiang Mai – Düfte von Zitronengras, Kokosmilch und der verheissungsvollen Schärfe eines frisch zubereiteten Currys. Dieses Thai-Fee-ling fängt das Mamo Thai gekonnt ein. Dunkles Holz, liebevolle Dekodetails mit Buddhas und Elefanten, schöne

Orchideen und sanfte Musik im Hintergrund – hier wird das Fernweh zur Vor Speise. Und dann das Wichtigste: das Essen. Es kommt schnell, frisch aus dem Wok und mit einer Authentizität, die überzeugt. Ob grünes oder rotes Curry mit knackigem Gemüse, Tofu, Rind oder Poulet – die Gerichte schmecken, als hätten wir sie direkt in einer thailändischen Strassenküche in Hua Hin bestellt. Servicemitarbeiter und stellvertretender Geschäftsführer Raphael Neuhaus berät dabei mit Charme und ehrlicher Begeisterung. Seit 2022 führt István Makó das Restaurant gemeinsam mit seinen Eltern. Qualität ist für ihn keine Floskel: «Ich kaufe die Zutaten selbst ein und achte konsequent auf Frische und Herkunft.» Das schmeckt man. Zugegeben, im Sommer vermisst man vielleicht eine Terrasse. Aber ehrlich: Wer einmal drinnen sitzt, vergisst das schnell. In den letzten Jahren wurde zudem vieles modernisiert, etwa das

3 Servicemitarbeiter und stellvertretender Geschäftsführer Raphael Neuhaus serviert István Makó ein frisches grünes Thai-Curry.

Reservierungssystem. Rund 50 Gäste finden Platz, und wer über den Mittag lieber im Büro geniesst, nimmt die Köstlichkeiten einfach als Take-away mit. Übrigens: «Mamo» bedeutet Mutter – und genauso fühlt es sich an: warm und herzlich. Das Logo mit der Ananas steht passend für Frische und Exotik. Neu im Angebot sind cremiger Matcha Latte und guter Kaffee (auch koffeinfrei). Für den authentischen Durst ein Singha oder Chang Bier – Thailand lässt grüssen. Tipp: Unbedingt Mango Sticky Rice zum Dessert bestellen. Süss, klebrig, unwiderstehlich und der perfekte Abschluss für eine kleine Reise nach Thailand, mitten in Thun.

Text und Bilder: Maria-Theresia Zwyszig