

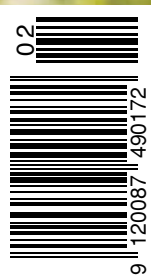
Nr. 02 / Dezember 2020

betterlife

Das österreichische Magazin für GENUSS UND LEBENSFREUDE

Mit Herz & Weitblick

Schauspielerinnen Verena Altenberger
über Empathie, Zusammenhalt und
den europäischen Gedanken.



€ 3,90

HOFFNUNG. Auch für die 33-jährige Schauspielerin war 2020 ein Jahr der emotionalen Ups and Downs. „Ich hoffe, dass als Resultat der Krise gesamtgesellschaftlich Positives und Verbindendes umgesetzt werden kann und nicht Abschottung und Angst voneinander noch prägender werden.“

„NUR ZUSAMMEN KÖNNEN WIR DIE WELT VERÄNDERN“

Die gebürtige Salzburgerin Verena Altenberger gehört zu den erfolgreichsten Schauspielerinnen im deutschsprachigen Raum. Für sie zählen im Leben vor allem Fairness, Emotionalität, Empathie und Interesse an der Welt.

INTERVIEW ALICIA WEYRICH FOTOS CHRIS SINGER



Ob als Kommissarin, humorige Altenpflegerin oder drogenabhängige Mutter – Verena Altenberger brilliert in jeder Rolle. Auch privat hat die 33-Jährige viel zu sagen. Da sticht sie vor allem aufgrund ihrer Offenheit und Kritik an der Gesellschaft und Politik heraus. In ihren Augen können wir die Welt nur retten, wenn wir zusammenhalten und für das Gute kämpfen.

betterlife: Viele Bereiche der Kunst und Kultur stehen gerade still. Wie hat Sie die Krise beruflich getroffen?

VERENA ALTENBERGER: Ich hatte unglaublich großes Glück – die Krise hat mich beruflich denkbar wenig getroffen. Dank einer besonders günstigen Drehsituation mit immer gleichem Ensem-

ble, einer großen Studio-Location und einem hervorragenden Hygienekonzept wurden die Dreharbeiten der Serie „Wild Republic“ nach wenigen Wochen wieder aufgenommen. Anfang November fiel die letzte Klappe, wir sind ohne positive Testergebnisse und ohne gravierende Änderungen der Drehbücher durch die Dreharbeiten gekommen. Nun drehe ich in München meinen dritten Fall als Polizeiruf-Kommissarin Elisabeth Eyckhoff. Mit einer kleinen Pause im April für mich also ein ganz normales Berufsjahr.

Wird einem das Schauspieltalent in die Wiege gelegt oder kann man das bis zu einem gewissen Grad erlernen? Wann war der Moment, in dem Sie wussten, dass Sie diese Leidenschaft zu Ihrem Hauptberuf und Ihrer

Berufung machen wollen?

Ich glaube, es ist eine Kombination aus beidem: Talent und Handwerk. Für mich maßgeblich sind auch Empathiefähigkeit und großes Interesse an der Welt. Ich wollte schon immer Schauspielerin werden, seit ich denken kann; das hat nur nicht ganz so einfach funktioniert, wie ich mir das in meiner ursprünglichen Naivität vorgestellt hatte. Daher der Umweg über ein Publizistik-Studium, das ich auch sehr geliebt habe. Nach meinem Bachelor-Abschluss und kurzer Berufstätigkeit wusste ich aber: Ich muss meinen Traum von der Schauspielerei noch einmal mit voller Energie in Angriff nehmen. Und dann hat es ja zum Glück geklappt!

Sie sind mittlerweile im gesamten deutschsprachigen Raum beliebt. Sind Ihnen Ihre österreichischen Wurzeln wichtig und wie oft kommen Sie „nach Hause“? Wie definieren Sie „Zuhause“?

Ich liebe meine Wahlheimat Wien und die Menschen, den Grant, die Tief- bzw. fast schon Abgründigkeit und die angenehm wabernde, ruhige Energie dieser Stadt. Mit der Stadt Salzburg verbinde ich sehr unterschiedliche Emotionen: Einerseits geht mir hier das Herz auf und ich finde die Stadt einfach wunderschön; andererseits fühle ich mich hier besonders eingeschüchtert, manchmal eingengt. Die Natur des Salzburger Landes, vor allem Dorfgastein, wo meine ganze Familie herkommt, empfindet mein Körper wohl am ehesten als Heimat. Da klingt etwas in mir an, hier habe ich einen anderen Puls, schon wenn ich die ersten Bergsilhouetten und Baumwipfel sehe ...

Mich fasziniert die österreichische Seele, aber ich weiß, dass diese besondere Liebe vor allem deshalb leicht zu pflegen ist, weil ich so oft aus der Ferne darauf blicken kann. Ich habe keine besondere Definition für Zuhause – ich schaffe mir mein Zuhause, wo ich eben gerade bin. Das ist manchmal etwas schwerer und manchmal sehr, sehr leicht. Grundsätzlich arbeite ich auch aktiv an meinem eigenen Verständnis von mir als Europäerin. Ich glaube an die Europäische Union als eine Werteunion, wobei es hier noch viel zu tun gibt. Ich meine noch genauere Abstimmung und Umset-

zung europäischer Werte, aber auch die Schaffung einer europäischen Identität. Ein gesamteuropäischer öffentlicher Rundfunk zum Beispiel – das fände ich eine geniale Idee.

Sie spielen viele starke Frauencharaktere. Wie definieren Sie eine „starke Frau in der heutigen Gesellschaft“?

Ich weiß nicht – ich kann nicht gar so viel anfangen mit dem Typus „starke Frau“. Männlichen Kollegen wird ja auch nie gesagt, sie spielten einen starken oder schwachen Mann. Insofern habe ich keine Definition, was eine starke Frau ausmachen soll – ist es die Karrierefrau, die zweifache Mutter und Hausfrau oder die junge Frau, die gegen eine Depression kämpft? Wichtig ist für mich die Solidarität unter uns Frauen in der Gesellschaft. Die Verbrüderung, den unbedingten Zusammenhalt, das „Männerbündentum“, das haben die Männer uns voraus, hier haben wir Nachholbedarf. Nur zusammen können wir die Welt verändern und zu einem gerechteren Ort machen – es liegt ohnehin noch ein weiter Weg vor uns. Der geht sich besser gemeinsam.

Haben Sie jemals Selbstzweifel, entweder beruflich oder auch privat? Wie pusht und motiviert man sich Ihrer Meinung nach am besten selbst?

Natürlich habe ich oft Selbstzweifel. Wobei ich nicht zwischen privat und beruflich trennen kann, ich bin ich, egal ob ich arbeite oder gerade nicht. Meine Rollen sind ich und ich bin meine Rollen. Für mich sind meine Selbstzweifel aber auch wie ein eingebauter Motor, der mich antreibt, der mich zwingt, genau zu sein, mich gut vorzubereiten, meine Arbeit, aber auch meine Empfindungen ernst zu nehmen. Wichtig ist, die Selbstzweifel nicht überhand nehmen zu lassen, sodass sie nicht lähmen. Ein relativ simpler Trick, der manchmal bei mir selbst ganz gut funktioniert, ist: Ich frage mich, wie würde ein Mann jetzt reagieren, wie lange würde ein Mann über diese oder jene Bemerkung nachdenken und so weiter. Viele Studien beweisen, dass Männer weniger auf die Meinung anderer geben, mehr Selbstbewusstsein haben und sich per se mehr zutrauen als Frauen. Den Schuh

versuch ich mir deshalb ab und zu anzuziehen.

Wo sehen Sie sich beruflich und privat in 10 Jahren? Gibt es Wünsche und Anliegen in der Gesellschaft, die sich in den kommenden Jahren ändern sollten bzw. die Sie mitprägen können?

Beruflich habe ich eine lange Wunschliste ans Universum, ich hoffe, möglichst viel davon geht in Erfüllung. Privat fliege ich auf Sicht und bin gespannt, was die Zukunft bringt und wo es mich noch hin verschlägt. Gesellschaftlich hoffe ich, dass wir noch mehr zusammenwachsen – als Europäische Union und als Zivilgesellschaft. Dass der Zufall der Geburt nicht mehr so wichtig ist, dass die Grenzen für alle im selben Maße überwind- und überschreitbar sind. Dass der Stellenwert von Offenheit, Emotionalität und Chancengleichheit höher angesehen wird und die Politik entsprechend handelt. Und dass Diver-

sität nicht als potenzielle Bedrohung, sondern als das hohe Gut angesehen wird, das sie ist.

Abschließend für uns alle interessant: Worauf dürfen wir uns demnächst freuen hinsichtlich Ihrer Schauspielerei?

Da ist gerade einiges in der Pipeline: Das österreichische Drama „Me, We“ von David Clay Diaz und die deutsche Tragikomödie „Hannes“ von Hans Steinbichler warten auf einen möglichen Kinostart. Der zweite Kinofilm von Adrian Goiginger „Märzengrund“, in dem ich wieder mit ihm zusammenarbeiten durfte, kommt frühestens Ende 2021 in die Kinos. Die vierte Staffel „Magda macht das schon!“ und die Magenta TV-Streaming-Serie „Wild Republic“ laufen vermutlich Anfang/Mitte 2021. Der Ausstrahlungstermin für meinen nächsten Münchner „Polizeiruf 110“, für den ich gerade vor der Kamera stehe, ist für Herbst 2021 geplant.

AUSGEZEICHNET.

Für die Rolle in „Die beste aller Welten“ wurde Verena Altenberger mehrfach prämiert.



IM TV. Verena Altenberger in der RTL-Serie „Magda macht das schon!“ (l.) und in „M – Eine Stadt sucht einen Mörder“ (o.).



LET IT GLOW

Guerlain bringt mit der limitierten Christmas Collection „Golden Bee“ sieben außergewöhnliche Produkte heraus – darunter Puderperlen inkl. Goldperle, sowie zwei festliche Lippenstifte in Rot. guerlain.com



NATÜRLICH

HANF-TASTIC. Neue Feel-Good-Linie aus Österreich! „Sveta“ hat sich dem Besten aus der Natur verschrieben und bietet hochwertige CBD-Öle, CBD-Hanfblüten und Hanf-Pflegeprodukte aus österreichischem Anbau und österreichischer Produktion. Und das alles ganz bio und fair! Mehr auf: sveta.world



beauty & fashion

Kein Winter ohne diese Lieblingsteile! Alle angesagten Trends aus Mode und Beauty, die sowohl Frauen- als auch Männerherzen schneller schlagen lassen.

TEXT ALICIA WEYRICH

Hersteller



ROT WIE DIE LIEBE ...

BETÖREND. In „Rouge“ von Comme des Garçons begegnen sich verückende Transzendenz und irdische Realität. Verführerischer Weihrauch verbindet sich mit wohlriechenden Pflanzenwurzeln. Holznoten entfachen unsere Leidenschaft. Rote Beete bringt Licht ins Dunkel harziger Tiefen. Für sie und ihn. Bei Douglas, ab € 140,-.

CASHMERE DREAMS

It's Sweater Weather!
Passend dazu launcht das Label Mogli & Martini seine Winterkollektion mit wärmender Kaschmir-Mode. Die in Nepal hergestellten Pieces wurden fair produziert und sind online erhältlich. moglimartini.com



GUT GESCHÜTZT. Der neue Helm „Altus“ von Smith wurde speziell für lange und anspruchsvolle Tage am Berg entwickelt. Die „In-Mold Shell“-Konstruktion sorgt für maximale Gewichtsreduktion und leichten Tragekomfort. Das multidirektionale Aufprall-Schutz-System sorgt bei jeder noch so wilden Pistenfahrt für ein optimales Sicherheitsgefühl. Altus MIPS Matte French Navy, € 170,-. smithoptics.com



BLING-BLING VON MESSIKA

Das erste Mal in der Geschichte macht Maison Messika eine Ausnahme bei der ausschließlichen Verwendung von Diamanten in seinen Schmuckkollektionen: Diesen Winter erfindet sich die von Glücksmedaillen inspirierte Diamantkette „Lucky Move“ neu und schmückt sich mit Farbsteinen. Erhältlich bei Juwelier Kruzik. Preis auf Anfrage.



A DRESS TO IMPRESS

FESTE FEIERN. Auch wenn wir heuer nur im kleinen Kreis an Weihnachten und Silvester feiern werden, darf das Glamour-Outfit nicht fehlen. Auf der Wunschliste: dieses wunderschöne Kleid von Herrera, über mytheresa.com, € 2.700,-.



LV GOES LÉA SEYDOUX

Die Cruise-Kollektion 2021 von Louis Vuitton steht unter dem Motto „Game On“ und wird von Schauspielerin Léa Seydoux als Testimonial präsentiert. Das berühmte Monogram verschmilzt im Design von Kleidung und Accessoires mit den vier Farben der Pokerkarten und sorgt für ein unbeschwert modisches Abenteuer.



MACH MAL PAUSE!

Die ideale Antwort auf stressige Zeiten: das Entspannungsbad in der Special-Xmas-Edition von Dr. Hauschka mit Lavendelöl und Rizinusöl. Um € 15,50 im Drogeriemarkt.



ICH-ZEIT IM HOME SPA

KOSMETIK NACH TCM. Die Produkte von Master Lin nähren die Haut – wertvolle ätherische Öle verwöhnen Körper und Geist mit sinnlichem Duft. Die Hauptinhaltsstoffe in fast allen Produkten sind Gold und Perle. Ausprobieren! masterlin.com



LAST MINUTE. Unter peek-cloppenburg.at wird mit den schönsten Ideen aus Fashion und Lifestyle die Freude am Schenken celebriert und es warten viele tolle Präsente für Family & Friends darauf, entdeckt zu werden.

PALMERS X MARINA HOERMANSIEDER

Damit's auch im Winter heiß her geht: Die Kollektion von Palmers in Zusammenarbeit mit Designerin Marina Hoermanseder ist sexy und sehr feminin. palmers-shop.com

food & pleasure

Weihnachtszeit ist Genusszeit. Hier kommen Tipps und Tricks für besinnliche Wochen voller kulinarischer Höhepunkte.

TEXT ALICIA WEYRICH

MANHATTAN

Ein Klassiker unter den Cocktails, der immer passt und schnell zubereitet wird – der „Manhattan“ auf Basis von Whiskey und Wermut. Ideal für die Weihnachtsfeiertage!

- 5 cl Rye Whiskey ● 2 cl roter Wermut
- 2 Dashes Angostura Bitter ● Cocktailkirsche

Einfach Whiskey, Wermut und Angostura Bitter in ein Rührglas füllen, Eiswürfel dazugeben und kalt rühren. Anschließend in eine Cocktailschale abseihen und bei Bedarf mit einer Cocktailkirsche auf einem Picker garnieren. Cheers und gute Unterhaltung!



SLOW FOOD

SCHNECKEN CHECKEN. Mal was Anderes fürs Familiendinner: Die Wiener Weinbergschnecken von „Gugumuck“ gibt's in vielen köstlichen Variationen im Glas, die passende Kräuterbutter kann ebenso online bestellt werden. Übrigens – im Gegensatz zur herkömmlichen Fleischproduktion wachsen Schnecken äußerst ressourcenschonend auf. gugumuck.com





Rehfilet mit Maronipüree

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

Zubereitungszeit: 1 Stunde, Schwierigkeitsgrad: 3, Hardware: Backofen und Gitterrost, Küchenpapier, Schneidbrett, scharfes Messer, Pfanne, ofenfeste Form, Sieb, mittelgroßer Topf, Pürierstab, feine Reibe

Zutaten: 800 g Rehfilet (im Ganzen), 1 TL Salz, 1 TL schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 1 TL Koriander (gemahlen), 2 EL Öl, 1 mittelgroße Karotte, 1 Selleriestange, 1 Stange Lauch (nur der weiße Teil), 100 ml trockener Rotwein, 200 ml Wildfond (ersatzweise Geflügelfond), 3 Zweige Thymian, 3 Wacholderbeeren, 30 g dunkle Schokolade (70%), 2 EL Preiselbeeren (Glas)

Maronipüree: 400 g Maroni (vorgegart), 250 ml Schlagobers, 150 ml Gemüsefond, 3 EL frisch gepresster Orangensaft

Backofen auf 100 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Rehfilet waschen, trocken tupfen. Salz, Pfeffer und Koriander vermischen, Rehfilet damit einreiben.

1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Filet darin rundherum kräftig anbraten. In eine ofenfeste Form setzen und im Ofen auf mittlerer Schiene circa 20 bis 30 Minuten weiterbraten.

Karotte schälen, Lauch und Sellerie putzen und waschen. Gemüse grob hacken, das restliche Öl in der Pfanne erhitzen, Gemüse darin kurz anbraten, mit Rotwein ablöschen. Wild- oder Geflügelfond, Thymian und Preiselbeermarmelade zugeben. Wacholderbeeren mit dem Messerrücken andrücken, ebenso zugeben. Alles in circa 20 Minuten auf die Hälfte reduzieren lassen. Sauce durch ein Sieb streichen. Zum Schluss die

dunkle Schokolade in die Sauce reiben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Maroni mit Schlagobers und Gemüsefond in einem Topf circa fünf Minuten köcheln lassen, dann mit einem Pürierstab pürieren. Orangensaft unter das Maronipüree heben, kosten und eventuell pfeffern und salzen. Rehfilet aus dem Ofen nehmen, fünf Minuten rasten lassen, in Scheiben schneiden. Gemeinsam mit dem Püree und der Sauce anrichten.



EASY. Das neue Kochbuch von Martina Hohenlohe ist das perfekte Buch für alle, die einfache, tolle Speisen servieren möchten. martinahohenlohe.com



MEISTER. Konstantin Filippou zählt zu den spannendsten Spitzenköchen des Landes. Mit 5 Hauben von Gault&Millau und 2 Michelin-Sternen betreibt er u. a. das Restaurant Konstantin Filippou im 1. Bezirk in Wien.

4 FRAGEN AN KONSTANTIN FILIPPOU

betterlife: *Weihnachten steht vor der Tür. Was darf kulinarisch für dich bei keinem Xmas-Dinner fehlen?*

Weihnachten bin ich nicht so auf eine bestimmte Speise fixiert. Wichtig ist mir, dass die Familie beisammen ist, und dass es einfach viel gutes Essen gibt. Ob das einmal ein schöner Fisch ist, Fleisch oder ganz etwas anderes, ist nicht so relevant. Das gemeinsame Beisammensitzen und Essen stehen im Vordergrund.

Nicht jeder ist so ein begnadeter Koch wie du. Was zaubern diejenigen zu Weihnachten, die von kochen keine Ahnung haben?

Mein Tipp für alle „Anfänger“: keine Experimente an den Feiertagen. Es gibt wunderbare, relativ einfache Gerichte, die gut in die feierliche Zeit passen und die man auch vorbereiten kann. Zum Beispiel ein schönes griechisches Stifado. Gerichte, die etwas länger köcheln müssen, dafür aber länger haltbar sind, sind immer eine gute Wahl. Für alle, die auf Nummer sicher gehen möchten, gibt es essfertige Gläser von uns via porcella.at/art/essfertiges – auch in vegetarischen Varianten!

Du zählst zu der Crème de la Crème der österr. Spitzenköche, das ist bestimmt auch enormer Druck. Wie findest du deine Work-Life-Balance? Was erdet und beruhigt dich? Ich mache fast jährlich vor Weihnachten eine Mayr-Kur. Das ist die beste Vorbereitung für mich auf den Weihnachtsstress, erdet mich und ist gleichzeitig auch ein Booster gegen Krankheiten in der kalten Jahreszeit.

Der Food-Trend 2021?

Trends im Food-Bereich interessieren mich ehrlicherweise nicht so. Ich konzentriere mich immer auf Qualität und Frische. Langfristig ist aber definitiv eine Rückkehr zum Home-Cooking erkennbar.

EEELDAMPF



NEUERÖFFNUNG. Philip Morris Austria eröffnet in den kommenden Wochen in der Kärntner Straße 16 in Wien eine IQOS-Boutique. Dort gibt es auf 130 m² die modernen Tabakerhitzer zu erwerben, die als Alternative zu herkömmlichen Zigaretten auf dem Markt sind. IQOS erhitzt den Tabak, anstatt ihn zu verbrennen. Dadurch sollen laut Unternehmen weder Feuer, Asche, noch Rauch entstehen.



MEINL FÜR ZUHAUSE

Feinschmecker und Gourmets aufgepasst: Meinl am Graben liefert auch nach Hause und garantiert eine Lieferung innerhalb von 24 Stunden. Infos auf: meinlamgraben.at



WIENER VIELFALT. Schlafen im Hotel Sacher, ein Spaziergang in der Dachrinne von Sankt Stephan, eine Verkostung bei Staud's oder eine Spezial-Führung durchs mumok – hier findet jeder ein einzigartiges Event der Superlative.

ERLEBE DEINE HAUPTSTADT

VIP in der eigenen Stadt! Österreich braucht den Tourismus, die heimischen Tourismusbetriebe brauchen aber auch die Bewohner Österreichs. Aus diesem Grund lädt die Aktion „Erlebe Deine Hauptstadt im Advent“ alle Menschen, die ihren Wohnsitz in Österreich haben, als Dankeschön für zwei ganz besondere Tage zum Spezialpreis in die besten Hotels der Donaumetropole Wien. Im Zeitraum von 7. bis 27.12.2020 haben da-

her nur diese die Möglichkeit, zu einem außergewöhnlichen Paketpreis zumindest zwei Nächte in einem der teilnehmenden Wiener Hotels zu übernachten. Give-away-Säckchen und „Erlebe Deine Hauptstadt.Wien“-Card inklusive. Kooperationen mit Partnern aus Bereichen wie Kunst, Kultur, Beauty, Shopping, Fun und Kulinarik sorgen für einzigartige Erlebnisse. Auf los geht's bald los und Vorfreude ist ja bekanntlich die schönste ...

INFOS ZUR AKTION UND ZU MÖGLICHEN ÄNDERUNGEN:
erlebe-deine-hauptstadt.wien

KOCH DES JAHRES 2021

Max Stiegl ist eine Institution, wenn es um Innereien-Küche und besondere Schmankerln geht. Als Haubenkoch im Gut Purbach im Burgenland serviert er u. a. Tatar vom Pferd, serbische Kutteln, Huhn in der Blase und Truthahnhoden mit Oktopus. Und weil in harten Zeiten wie diesen auch Freude in der Gastro-Szene aufkommen muss, wurde der Ausnahmekoch schon jetzt zum „Koch des Jahres 2021“ von Gault&Millau ausgezeichnet. Wir gratulieren!



PAUL & VITOS. Savoir-vivre am Petersplatz! Kleine Speisen zum Gustieren und eine ausgezeichnete Weinkarte laden ins neue „Paul & Vitos“, um das internationale Flair des Lokals mit seinem mediterranen Einfluss zu genießen und abseits des Trubels der Wiener Innenstadt stilvoll zu entspannen.