



---

# Marrakech

---

Auf der Suche nach den besten Restaurants, Märkten und Gewürzen

## Home Exchange



Ich bin ganz spontan nach Marrakech geflogen und habe die tolle Möglichkeit bekommen, eine Wohnung im Rahmen von HomeExchange zu buchen. HomeExchange ist eine memberbasierte Plattform, auf der 450.000 Menschen weltweit wunderschöne Häuser, Apartments und Wohnungen tauschen oder einfach vermieten. Viele dieser Unterkünfte sind Zweitwohnsitze, das macht die spontane Reise etwas einfacher.

Sicher ist, mit HomeExchange wird die Reise authentisch und sehr privat.

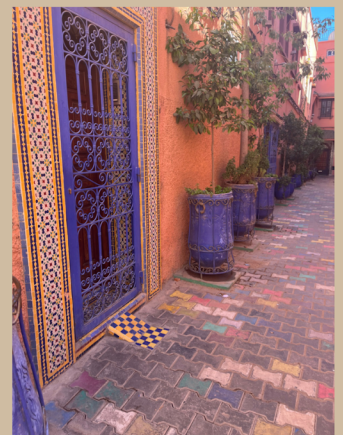
Das HomeExchange **Punktesystem**.

Jeder Member hat die Möglichkeit andere Member für Punkte seine Unterkunft anzubieten, diese kann er/sie später für eigene Buchungen nutzen. Ebenfalls gibt es die Möglichkeit Unterkünfte zu tauschen, wenn kein Interesse an Punkten besteht.

In der marokkanischen Küche fusionieren die ursprüngliche Küche der Berber mit arabischer, spanischer, türkischer und französischer Kochkunst.

Die Geschichte des Landes hat interessanterweise einen eindeutigen Einfluss auf die Esskultur genommen. Auf den Spuren dieser Ursprünge begab ich mich auf die Reise nach Marrakech.

Ich habe dir hier ein paar Highlights aufgeschrieben, die deinen kulinarischen Aufenthalt schön würzen werden.



**"Wenn der Magen voll ist, sagt er dem Kopf, dass er singen soll"**

Marokkanisches Sprichwort

# RIAD



Ein Riad ist ein traditionelles marokkanisches Haus mit einem Innenhof. Sie bieten der Familie Schutz und Privatsphäre. Viele Riads in Marrakech werden heutzutage als Hotels genutzt. Je nach Inhaber haben sie im Innenhof einen Garten, Pool oder anderes Innenleben. Sehr beeindruckend ist, dass du, wenn vor einem Riad stehst, nie erraten kannst, wie es von innen aussieht. Das macht das Ganze sehr magisch und verzaubernd.



# MEDINA



Ist der Stadtkern von dem aus du den Souk bei Tag und Nacht besuchen kannst. Wusstest du der große Platz Medina zum Weltkulturerbe ernannt wurde? Hier wird täglich Handel bei Tag betrieben und bei Nacht gegessen.

Die Koutoubia Moschee, übersetzt Moschee des Buchhandels, ist nur wenige Gehminuten von der Medina entfernt und ein echter Treffpunkt. Sie ist die älteste Moschee in ganz Marokko. Direkt nebenan befindet sich der Cyber Park, hier gibts Wifi und ein ruhiges Plätzchen um Fotos zu machen oder sich einfach von dem Stadttrubel zu entspannen.

Wenn dir nach Park ist, hat Marrakech einiges zu bieten. Der Jardin Secret ist mitten im Souk (Markt) trübe und ein schöner Zwischenstop solltest du erst einmal Preise und Käufe durchdenken wollen. :-). Das Dar El Bacha Museum ist direkt neben dem Palast des Präsidenten, der übrigens nicht überflogen werden darf. Privat ist Privat.



Der Jardin Majorelle und die Yves Saint Laurent Mansion sowie das Yves Saint Laurent Museum sind nicht nur für Fashion begeisterte ein must see! Farbenfroh, Kreativ und Idyllisch gestaltet lohnt sich das Warten an der Schlange. **Tipp** kaufe dir dein Ticket online und gehe möglichst früh vorbei, je mehr der Tag voranschreitet desto mehr Besucher wollen vorbei kommen.



# CULINARY ART MUSEUM

Adresse: Rue Riad Zitoun el Jdid, Marrakesh 40000, Morocco

Webseite: <https://www.moroccancam.com/>



Das Culinary Art Museum in mitten des Großstadt trubles ist in seiner Art das einzige in ganz Afrika. Hier werden traditionelle Gerichte auf großen Leinwänden dargestellt und mit Rezepten sowie Ritualen erklärt. Es gibt reichlich Rezeptvideos, traditionell eingedeckte Tische und vieles mehr. Für jeden Foodie ein absolutes muss.

Mein Highlight hier waren die Kochkurse, ich durfte an einem privaten Kochkurs teilnehmen. Eine perfekt für 25 Personen eingedeckte Küche wurde für mich geöffnet damit ich mit der Köchin ( Naima) an diesem Tag traditionelle Gerichte kochen konnte.

Von Tajine, Zaalouk, Tanjia und Couscous durfte ich alles auf traditionelle und ausgewogenen Weise zubereiten.

Alles frisch, fein und sauber geschnitten und mit gaaaanz viel Liebe gemacht. Einfach eine Geschmacksexplosion.

Tajine = Gemüse aus dem Schmortopf

Tanjia = Fleisch aus dem Schmortopf



Im Anschluss durfte ich auf der Dachterasse in ruhe mein selbstgekochtes Essen verspeisen. Die Aussicht und der tolle Service dazu waren mein absoluter Highlight dieses Tages.



# DAR MARJANA

Adresse: 15 Derb Sidi Ali Tair, Marrakech

Webseite: <https://www.darmarjana.com/>

Bewertung: 



Das authentischste und direkt in Medina sich befindende Restaurant ist genau das richtige, wenn du nach einem Ort suchst in dem dir am Abend eine Tanzshow bestehend aus Bauchtänzerin und Live Musik geboten wird. Die warmherzige Kenza und ihrer Familie haben das Restaurant vor 40 Jahren eröffnet und seither mit viel Herz und Liebe geführt. Das Gebäude ist über 200 Jahre alt, man sieht förmlich die Geschichte in modern aufgearbeiteten Ambiente.

Das Restaurant teilt sich in 2 Bereiche den Roof Top (Moderne marrokanische Küche) und dem Basement mit vielen Séparées und mini Teich (Traditionelle Küche). Alles eine Frage der Stimmung. :-)

Ich wurde herzlich mit einem leckeren Welcome Drink (Zutaten: Orange, Pampelmuse, Minze, Ananas, Feigenlikör) begrüßt und konnte ohne weitere Probleme vegane Gerichte finden. Von dem Warqa das ist ein Blätterteig Tarte gefüllt mit würzigem Gemüse, dazu gab es verschiedene kleine würzige Dips und Gemüse wie zum Beispiel Zaalouk (Augberginen würzig eingekocht mit frischen Tomaten), Oliven, Tomatenchutney (yummy), Paprika gegrillt und gewürzt.

Im Anschluss habe ich fluffig gedünsteten Couscous mit schön würzig eingekochtes Tajine Gemüse bekommen. Als Dessert gab es traditionelles süßes M'hancha. Selbstgemachter Blätterteig mit Nüssen geschichtet. Natürlich darf hier der traditionell aufgebrühte (siehe Foto) Minztee nicht fehlen. Nana Minze, die in ihrer Form und Geschmack nur in Marokko zu finden ist, macht den erfrischenden und lieblichen Geschmack des Tees aus und ist in jedem Falle ein muss :-)

**Meine Empfehlung:** Zaalouk, Tomatenchutney, klassisch Tajine Gemüse mit Couscous



# Nomad

Bewertung: 

Adresse: 1 Derb Aarjane, Marrakesh 40000, Morocco  
Webseite: <https://nomadmarrakech.com/en/>

Wenn dir nach einer schönen Aussicht ist während des Souk (Place Des Epices) shoppings, dann ist das Nomad sehr praktisch gelegen für dich. Der sehr modern eingerichtete chill out Spot bietet marokkanisches Fusion Food, die ausgewogen und gesund kreiert sind. Mir war es zu wenig klassisch marokkanisch, da ich eher auf die traditionelle Küche stehe. Es ist dennoch um das Thema ausgewogene Ernährung anzusprechen, sehr gut portioniert. Das Verhältnis zu gesunden, komplexen Kohlenhydraten, Fetten und Eiweiß ist hier gegeben und kann sich sehen lassen.

**Meine Empfehlung:** Die Avocadocreme und der Quinoa Salat getobt mit Blumenkohl aus dem Ofen, Süßkartoffel aus dem Ofen auf einem Couscous Beet.



# El Fenn

Bewertung: 

Adresse: Derb Moulay Abdullah Ben Hezzian, 2, Marrakesh 40000, Morocco  
Webseite: <https://el-fenn.com/>

Eine wunderschöne Boutique im Eingangsbereich, ein wunderbar exklusives Hotel mit einer sehr leckeren und interessanten Menükarte für die Rooftop Bar und klassischem Restaurant im Erdgeschoss. All das wird gekrönt mit einem verzaubernden Interior Design, das sich wirklich sehen lassen kann.

Besonders schön war für mich der direkte Blick in die Küche. Im Restaurant hast du die Möglichkeit, einen Blick in die offene Küche zu werfen und dich von der authentischen Handwerkskunst der Köche beeindrucken zu lassen.

**Meine Empfehlung:** Die kandierte Orangenschokolade mit Sonnenblumenkern-Tuiles sind ein absolutes Highlight zum Schluss.



# Cafe des Epices

Bewertung: 

Adresse: Medina, Derb Rahba Lakdima, Marrakesh, Morocco  
Webseite: <https://cafedesepices.ma/>

Wenn du während deines Souk besuches auf die schnelle was leckeres vorallem gesundes essen möchtest, kannst du mit diesem Cafe nichts falsch machen. Nicht nur das du mit einem Schrit vom Souk direkt im Cafe sitzt bekommst du deine Bestellung in Minuten schnelle.

Ich konnte hier mein veganes Herz gut mit Hülsenfrüchtesalat wie Linsen und Co bedienen. Wunderbar herzhaft gewürzt und dazu etwas Zalouk mit Tajine Gemüse und der Tag ist gerettet.

Hier kannst du dich vollwertig und ausgewogen ernähren, so dass du für eine lange Zeit satt bleibst.

**Meine Empfehlung:** Der Minztee und der gut gewürzte Hülsenfrüchtesalat dazu Zalouk



## Ayaso Medina

Adresse: Rahba Kedima no 168 Kedima Square, Marrakesh 40000, Morocco  
Webseite: <https://ayasorestaurantbio.business.site/>

Bewertung:



Wenn dir während deines Souk besuches nach Bio und vegan Gerichten ist, dann bist du hier in diesem kleinen aber feinen Cafe genau an der richtigen Adresse. Von Carrot cake bis hin zu anderen kreativen veganen Desserts findest du hier alles. Pflanzliche Milch ( was nicht überall selbstverständlich ist) und auch sehr leckere Quinoa, Couscous und Reisgerichte. Alles leicht bekömmlich und vorallem in bio Qualität.

**Meine Empfehlung:** Rote Beete Kichererbsen Quinoa Salat und Latte Macchiato mit pflanzlicher Milch

## Berber Eyes

Adresse: 22 Rue Riad Laarous, Marrakesh 40000, Morocco

Bewertung:



Wer kennt diese wahnsinnig beeindruckenden Bilder von Social Media nicht? Der heisse Mokka in der Kanne der in kreisenden Bewegungen im Sand bewegt wird plötzlich fängt er an zu kochen und ist ready. Woow...ich trinke zwar nicht regelmäßig Kaffee aber ein Mokka auf traditionellerweise zubereitet ist für mich egal wohin ich komme ein muss.

Wie funktioniert das Ganze: Der Sand ist in einem feuerbeständigen Behälter der auf einer Feuerstelle platziert wird. So wird die Hitze gleichmäßig an die Kanne abgegeben. Es ist ein Spektakel für die Sinne.

**Meine Empfehlung:** Mokka aus dem heissen Sand



# FUNDSTÜCKE AUF DEM SOUK

Adresse: Place Des Epices



Der Markt bietet nicht nur schöne Dekoration, Snacks und Schmuck an, sondern es gibt, wenn man ganz genau schaut, auch wundervoll brauchbare Tools aus der Berberzeit. Der Lippenstift, das Parfum oder die Argan Öl (mit Oud, Jasmin oder andere essenzielle Öle) Rassoul Clay und vieles mehr, die eine Bereicherung für dein Leben sind.



# Frühstücken

## Pikala Cafe

Bewertung:



Adresse: 139 Arset Aouzal Rd, Marrakesh 40000, Morocco

Webseite: <https://www.pikalabikes.com/>



Das Cafe, das alle erkundungswütigen ein Zuhause bietet. Denn Pikala bietet Radtouren durch Marrakech an, du hast hier die Möglichkeit Marrakech mit dem Fahrrad zu erkunden, ziemlich spannend. Darüberhinaus finden alle die auf workation hier sind einen guten Platz um an der Sonne zu arbeiten und einen latte zu genießen. Die Küche bietet mehr oder weniger gesunde Snacks an und pflanzliche Milch ist auf jeden Fall eine ganz normale Sache.

Sie verstehen sich als social hub, denn es steht Bildung für alle an erster Stelle. Alle können dort kostenfreie oder mit minimalem Eintritt an tolle Workshops teilnehmen. Vorallem werden Jugendliche in Marrakech ausgebildet um Fahrradtouren durchzuführen.

**Meine Empfehlung:** Latte Macchiato mit Hafermilch und Banana bread



## BACHA COFFEE

Bewertung:



Adresse: Dar El Bacha, Rue Fatima Zahra, Marrakech 40000, Morocco

Webseite: [https://bachacoffee.com/coffee-beans/fine-flavoured/marrakech-morning-coffee\\_C9081](https://bachacoffee.com/coffee-beans/fine-flavoured/marrakech-morning-coffee_C9081)



Das am beeindruckendste Cafe in ganz Marrakech ist eindeutig das Bacha Coffee. Direkt neben dem königlichen Palast ist es teil des Dar el Bacha Museums. 1910 wurde es als Teil des Palast gebaut und regelmäßig von Schriftstellern, Filmproduzenten und vielen mehr genutzt um eine Tasse Arabica zu trinken.

Hier wird Kaffee ( Koffeinfrei oder mit) aus der gesamten Welt angeboten. Direkt zum Verzehr oder als Souvenir. Das Detailverliebte innendesign fängt ein und lässt Träume auferleben.

Lasse dich hier verzaubern und tauche in die Welt ein als es nur um Kaffee ging.

**Meine Empfehlung:** Der Kaffee auf der Karte wird zu 1 Liter Kannen verkauft, es reicht also völlig aus, eine Kanne für 4 Personen zu bestellen. Wir haben 2 bestellt und waren total überwältigt von der Kaffeemenge die wir trinken konnten. hahaha das bleibt ein running gag in unserem Freundeskreis.

