

**Sigrun Essenpreis Wein & Genuss Zentrum**  
 Spitzenweine und darauf fein abgestimmte Speisen  
 aus der ländlichen Gourmetküche des Landgasthof Paulus in Nonweiler-Sitzerath  
 in Seminaren und Workshops kennen, genießen, kochen & kombinieren lernen  
[www.weinundgenusszentrum.de](http://www.weinundgenusszentrum.de)      Telefon 06873-91011

**SIGRUN ESSENPREIS EH**  
 geb 8.11.1958 ○♋ AC ♍ ●♏

## ZUR PERSON

Aufgewachsen ist Sigrune Essenpreis im Badischen, wo der Genuss von selbst zubereiteten Speisen zusammen mit heimischem Wein ein unverzichtbarer Teil des täglichen Lebens ist.

Von ihrer Mutter wurde sie schon von Kindesbeinen an eingeführt in die Kunst des Kochens, Backens und der Vorrathaltung unter Verwendung von Gemüse und Obst aus der Fülle des eigenen Gartens. Wie man mit "Musezeit fürs Essen & Trinken" den Alltag zum Festtag für alle Sinne wandeln kann, hat sie quasi mit der Muttermilch aufgesogen.

Die Beschäftigung mit der Erzeugung, Veredelung und Darbietung von Lebens- und Genussmitteln wurde für sie in Folge zur Berufung.

Nach dem Studium der Ernährungswissenschaften, Haushaltswissenschaften und Biologie sowie einer Ausbildung als Restaurantfachfrau widmet sie sich seit nun bereits mehr als 25 Jahren dem Thema Lebensmittel- und Genussmittel, hier besonders der vegetarischen und der Wildkräuterküche, dem Wein und der harmonischen Vermählung der Genüsse aus Küche und Keller bei Tisch.

In den Jahren 1985 bis 1989 war Sigrune Essenpreis in der gastronomischen Hauptabteilung von Steigenberger Hotels für die Aus- und Weiterbildung der Servicemitarbeiter in Sachen Wein und Weinempfehlung zu Speisen verantwortlich und sie leitete bei der Mövenpick Restaurant- und Hotelgruppe die Schulungsabteilung für Wein- und Getränke.

1989 dann erfolgte mit der Gründung von NETWORKS der Schritt in die Selbständigkeit. Seither bildet Sigrune Essenpreis Sommeliers aus, organisiert und moderiert Wein- und Speisenveranstaltungen sowie weinkulinarische Reisen für Professionals und Verbraucher.

Ab 1991- 1997 machte sie darüber hinaus als Marketing & PR Beraterin und Repräsentantin des California Wine Institutes die Weine Kaliforniens in allen deutschsprachigen Märkten bekannt.

Seit 1998 führt sie zusätzlich gemeinsam mit ihrem Mann Thomas A. Nickels den Landgasthof Paulus & Der Laden in Nonweiler-Sitzerath im nördlichen Saarland. Unter ihrer Ägide entwickelte sich die Landgasthofküche zur traditionsverbundenen, ländlichen Gourmetküche unter Verwendung regionaler Grundprodukte, die sie gemäß ihrer ethisch-hedonistischen Qualitätsphilosophie auswählt. In Anerkennung ihres kreativen und unermüdlichen Einsatzes für Bio-Produkte in der in den Gastronomieführern hoch bewerteten Küche des Landgasthof Paulus wurde sie im März 2005 in den exklusiven Kreis der BIO-Spitzenköche Deutschlands berufen. Seit Frühjahr 2008 bewirtschaftet sie im Rahmen des von ihr initiierten "Sitzerather Haus- & Küchengärten Projektes" eigene und gepachtete Gärten zur Versorgung des Landgasthofes mit Gemüse und Obst vom "Garten direkt auf den Tisch". Im Moment widmet sie sich dem Gemeinschaftsprojekt "Paradiesgarten in Sitzerath: entdecken • staunen • freuen". Es handelt sich dabei um die Realisierung eines Nutz, Schau- und Veranstaltungsgartens zur Wahrung, Weitergabe und Genießens verschiedenster Aspekte rund um die Gartenkultur. Jeder ist eingeladen dabei mit zu gestalten, mit zu arbeiten, sein Wissen weiter zu geben, selbst zu lernen und zu feiern. Im September 2011 hat sie den Lehrgang zur ImkerIn absolviert. Die wesensgemäße Bienenhaltung wird seither von ihr gepflegt.

Im April 2000 gründete sie das Sigrune Essenpreis Wein & Genuss Zentrum mit Sitz im Landgasthof Paulus & Der Laden. Veranstaltungen und Seminare wie "Die Essklasse mit der EssenZpreis", "Genuss-Coaching rund um Wein und Speise", "Kulinarische Plauderei - Wein und Speise mit allen Sinnen erleben", "Bungee Jumping für die Sinne" werden seither in den magisch-sinnlich ausgestalteten Räumen angeboten. Für die ethische Hedonistin (Abkürzung: EH) ist ihr Wein & Genuss Zentrum ein weiterer Mosaikstein hin zur Verwirklichung ihrer zentralen Lebensanliegen gemäß ihres Namens "Essen preisen". Sie formuliert diese wie folgt: so viel als möglich vom Wissen um das Wesen von Speisen und Weinen mit Menschen teilen, auf den wesentlichen Beitrag von Essen und Trinken als Kultur schaffendem Teil in unserer Gesellschaft aufmerksam machen und last but not least die erfüllende, sinnhafte Genussbereicherung durch die tiefer gehende Beschäftigung mit Herkunft und Erzeugung von Speisen & Getränken mit allen Sinnen erlebbar machen (siehe auch: Food Literacy).