

# Abendzeitung

TELEFON 089.23 77 0  
WEB WWW.ABENDZEITUNG.DE

Nr. 139/25 · B1017 · 80265 MÜNCHEN | ÖSTERREICH EUR 1,30 | ITALIEN EUR 1,60 | GRIECHENLAND EUR 1,35 | KROATIEN KN 12 | UNGARN FT 300 | TÜRKEI YTL 2,25 | SLOWENIEN EUR 1,40

## Münchens Pausenbrot

Die Münchner Kette „Panem“ ist im letzten halben Jahr auf das Doppelte angewachsen

Filialen aufmachen ist wie Kinder kriegen“, sagt Ilona Marten-McLean. „Für mich ist das furchtbar!“ Kinder hat sie zwei, Filialen jetzt vier – ihre Münchner Panem-Kette hat sich im letzten halben Jahr verdoppelt. Im neuen Stachus-Untergeschoss hat ein Laden eröffnet, genau wie im neuen U-Bahnhof der Münchner Freiheit.

„Schlimm daran ist die Verantwortung: Das sind große Investitionen und damit ein Risiko, und mittlerweile beschäftigen ich viele Angestellte. An den ersten Laden bin ich noch ganz unbedarft ran gegangen“, erzählt die Unternehmerin. Vor vier Jahren war sie als Marketing-Expertin viel auf Reisen – und ärgerte sich, als sie die im Ausland geliebten Coffee Shops in München aus dem Boden sprießen sah. Mensch, Ilona, das hast du verpasst, dachte sie. Nicht verpasst hatte sie aber den Trend zum gesunden Fast Food.

Ein leckeres Sandwich auf die Hand, darauf freute sie sich in London bei jeder Geschäftsreise – besonders als Vegetarierin. In München blieb damals nur die Wahl zwischen Burger von McDonalds oder Leberkäsemmel vom Metzger. Da schrieb sie ihr Konzept für Panem zusammen und kam „wie die Jungfrau zum Kind“ zu ihrem ersten Laden.

„Des is a guade Idee“, sagte der Zuständige von den Stadtwerken, als sie ihm ihr Konzept für den leer stehenden



Korbinian Kohlbeck verhilft in der Filiale an der Münchner Freiheit Martina (links) und Katrin zu einer gesunden Brotzeit. Fotos: Daniel von Loeper



Auf die Stulle gekommen: Ilona McLean. Foto: privat

Kiosk im Hauptbahnhof Untergeschoss präsentierte. Frisch belegte Brote mit gesunden Zutaten, frisch angerührter Na-

turjoghurt mit Früchten zum Mitnehmen. Sie bekam den Zuschlag.

„Es lief ganz okay, Tag für Tag kamen mehr Leute“, sagt Ilona. Kurze Zeit später eröffnete der Laden in der Sendlingerstraße – sogar mit Stühlen und Tischen am Gehweg zum Verweilen. Und jetzt war Panem jedem ein Begriff.

Brote mit Preiselbeeren und Camembert oder Butter und Schinken, Brezen mit Frischkäse und Rucola, Baguettes mit Leberkäse und süßem Senf, Sandwiches mit Roastbeef, Kresse und Ei oder Chicken Curry (1,60 bis 4,30 Euro), die „Erdbeer-

bombe“ aus Erdbeeren und Magerquark oder hausgemachter Milchreis mit Zimt warten in den Vitrinen (2,20 bis 3 Euro). Suppen, Salate und etwas Sushi hat Panem mittlerweile im Angebot. Mit der Neugestaltung des Untergeschosses im Stachus eröffnete im November ein dritter Panem, die neueste Filiale kam in die renovierte Münchner Freiheit. „Den Stadtwerken gefällt das Konzept nach wie vor“, sagt die Gründerin.

Mittags sind Büro-Menschen auf die gesunde Stulle scharf: Weil sie oft für die ganze Belegschaft die Regale leer kauften, kann man jetzt ei-

nen Tag vorher online bestellen. Neun Euro kostet die Lieferung. Für den Sommer hat Ilona Mixer gekauft: Neu im Sortiment sind Smoothies, Milchshakes und Frappés.

Was ist als nächstes geplant? „Natürlich wachsen wir weiter“, sagt Ilona McLean. „Ich habe auch Anfragen auf Franchise – aber irgendwie möchte ich Panem noch nicht aus der Hand geben.“

Laura Kaufmann

Panem im Hauptbahnhof und Stachus Sperrengeschoss, in der Sendlingerstraße 24 und im U-Bahnhof Münchner Freiheit; [www.panem.de](http://www.panem.de).