

# Der Gentleman steckt im Detail

Schluss mit der Biederkeit im Büro: Selbst eng gefasste Dresscodes erlauben Männern einen stilvollen Auftritt. Vorausgesetzt, Schnitte, Materialien und Accessoires gehen eine perfekte Verbindung ein.

VON DANIEL BEHRENDT

Wermutlich ist es eine bloße Schutzbehauptung modefauler Männer, dass sie es in Kleidungsfragen einfacher hätten als Frauen. Vordergründig betrachtet stellt sich ihnen die Frage nach modischen Extravaganzen ja auch nicht: Während Frauen im Geschäftsleben zwischen klassischem Kostüm, Hosensatz oder bürotauglichem Kleid wählen und dabei durchaus auch Farbe wagen können, gilt für Männer nach wie vor die Pinguin-Uniform als modischer Maßstab: dunkler Anzug, weißes Hemd, Schlips und schwarze Schuhe. Was soll da schon schiefgehen?

Jede Menge, meint die Stil- und Imageberaterin Stefanie Diller, Geschäftsführerin der in Hamburg ansässigen Stilberatung Diller-yourself. „Noch immer empfinden viele Männer den Kleidungskauf als notwendiges Übel und greifen dementsprechend zum nächstbesten Anzug, anstatt ihr Outfit als Statement zu betrachten.“ Zwar sei der Dresscode gerade in konservativen Branchen oft recht streng und eng gefasst, „aber innerhalb dieses klar definierten Rah-

mens gibt es kreative Freiräume – aber auch etliche Fallstricke“, sagt Diller.

Die modische Todsünde par excellence ist ein schlecht sitzender Anzug. „Er ist die Basis jedes Businessoutfits. Sitzt er nicht richtig, können es tolle Schuhe oder eine edle Krawatte auch nicht herausreißen“, meint Diller und rät Männern mit weniger normgerechten Proportionen gleich zu Maßkonfektion. Erste Wahl sind einreihige Anzüge mit Zweiknopfsakkos. Sportlichere Modelle mit nur einem Knopf sind hingegen eher auf Cocktailpartys als im Büro eine gute Wahl. Zweireihiger, deren Comeback alle paar Jahre aufs Neue beschworen wird, bleiben in der Geschäftswelt nach wie vor ein Randphänomen: „Dabei können sie an schlanken Männern durchaus klassische Eleganz haben“, findet Diller.

Das zweite weitverbreitete Übel sind nach Auffassung der Stilexpertin spießige oder billig wirkende Schuhe. „Dabei sind die Schuhe das Fundament des Auftritts. Entsprechend hochwertig und gepflegt sollten sie sein. Ein Paar schwarze und ein Paar braune rahmengenähte Derby- oder Oxford-Schuhe gehören in jeden Schuhschrank“, empfiehlt Diller.



Bei der Farbwahl halten sich stilbewusste Männer nach wie vor bedeckt, Anzüge haben idealerweise dunkle bis mittelhelle Blau- und Grautöne, dürfen gern auch in Anthrazit daherkommen – sollten aber nur in Ausnahmefällen in Schwarz, der Farbe der Macht und des Todes, gehalten sein. „Schwarz strahlt Autorität aus, wirkt aber auch hart und steht vielen Männern nicht sonderlich gut.“

Farbakzente, durchaus auch offensivere, setzen bedachtsam ausgewählte Accessoires wie Krawatte und Einstecktuch – und erzielen dabei nicht nur modische, sondern auch psychologische Wirkung: „Kräftige Farben und Kontraste signalisieren Entschlossenheit und Kompetenz“, sagt Diller. Was erklärt, warum es zumeist die Bosse sind, die sich knallige, den Blick auf sich ziehende Krawatten „zutrauen“ – und die Azubis eher zu Bindern in unauffälligen Farben greifen. Diese Bestätigung auch ein so machtbewusster, seine Dominanz offen-

ziv zur Schau stellender Mann wie der republikanische US-Präsidentschaftskandidat Donald Trump. Er greift vorzugsweise zu Schlipsen in aggressivem Zinnoberrot oder fürstlichem Royalblau.

Um keine Fehlgriffe zu riskieren, rät Stefanie Diller zu einer aus klassischen und hochwertigen Stücken bestehenden Basiskollektion, einer sogenannten Capsule Wardrobe, in der möglichst alle Teile harmonisch miteinander kombinierbar sind. „Auf einer derart stringenten und qualitätsvollen Grundlage lassen sich schon durch wenige pfiffige Ergänzungen Looks mit starker Wirkung kreieren“, sagt die Modeexpertin.

Im besten Fall ist die Geschäftskleidung mehr als nur eine Uniform. Sie ist ein Statement, das manches darüber verrät, wie ihr Träger sich selbst sieht – und welche Ambitionen er verfolgt. In gewisser Hinsicht ist ein gelungenes Businessoutfit also auch ein Karrierebarometer. Entsprechend rät Stefanie Diller: „Wer beruflichen Erfolg anpeilt, sollte sich stets so kleiden, wie er es in der nächsthöheren Gehaltsklasse tun würde“. So verstanden ist ein perfekt sitzender Zwirn also durchaus auch ein lohnendes Investment in die berufliche Zukunft.

## Der Anzug

**Die Passform muss stimmen:** Ein schlecht sitzender Anzug wirkt billig – egal wie teuer er war. Für die richtige Passform sind folgende Daumenregeln hilfreich: 1) Das Revers liegt an der Brust an, die Knöpfe lassen sich ohne Bauchziehen schließen. 2) Der Taillenknochen – bei Zweiknopfsakkos der obere – sitzt auf Höhe des Bauchnabels. 3) Die Rückenpartie wirft keine Falten. 4) Das Hosenbein liegt leicht auf dem Schuh auf, bei schmalem Schnitt ist auch ein bündiger Abschluss erlaubt.



## Die Krawatte

**Farbe erwünscht:** Die Krawatte – obgleich in immer mehr Unternehmen längst keine Pflicht mehr – ist das wichtigste Accessoire des Businessoutfits. Sie darf eine kräftige Farbe haben, sollte aber allenfalls dezent gemustert sein. Für den Knoten gilt: Je weiter der Kragen sich spreizt, desto kräftiger darf er sein. Zu einem Haifischkragen passt etwa ein doppelter Windsorknoten. Schmale Krawatten verlangen nach schmalen Kragen – die wiederum am besten zu schmal geschnittenen Anzügen passen.



## Der Gürtel

**Geiz rächt sich:** Anders als bei Jeansgürteln, die kaum breit und protzig genug sein können, gelten beim Anzuggürtel drei bis vier Zentimeter Breite als korrekt. Gespart werden sollte hier nicht, denn ein billiges oder zerschissenes Exemplar springt gerade an einer hochwertigen Hose ins Auge. Der Gürtel sollte aus glattem Leder sein, die zierlich gehaltene Schnalle sollte glänzen. Schwarze Gürtel mit Silberschnalle passen fast immer – doch auch hier sind andersfarbige Akzente erlaubt. Gürtel und Schuhe sind idealerweise aus demselben Leder.



## Das Hemd

**Bloß kein Schlapperlook:** Gerade kräftigere Männer greifen gern zum großzügiger geschnittenen Hemd – mit der Folge, dass es unter dem Sakko unschöne Falten wirft. Ohne zu einer zweiten Haut zu werden, sollte ein Businesshemd körpernah geschnitten sein – und, zumal bei nicht ganz blickdichtem Stoff, ohne Unterhemd getragen werden. Der oberste Hemdknopf sollte ohne Beengungsgefühl schließen. Die Manschetten dürfen bei hängendem Arm einen Daumen breit unter dem Sakkoärmel hervorlugen.



## Das Einstecktuch

**Überlegter Hingucker:** Neben der Krawatte und dem Gürtel gibt es nur wenige überzeugende Möglichkeiten, das Businessoutfit zu individualisieren. Besonders beliebt ist derzeit wieder ein beinahe nostalgischer Eyecatcher: das Einstecktuch. Es solle farblich auf die Krawatte abgestimmt sein, ohne ihr Muster zu wiederholen. Denn: „Das wirkt ramschig und unpersönlich, wie aus einem Set“, meint Stilexpertin Stefanie Diller.



## Die Schuhe

**Gediegenes Fundament:** Weil der erste Blick zumeist auf das Gesicht des Gegenübers fällt, meinen viele Männer, an den Schuhen sparen zu können. Doch billige oder ungepflegte Schuhe entwerthen jedes noch so hochpreisige Outfit. Klassische rahmengenähte Schuhe in Oxford- oder Derby-Form sind nicht nur deutlich edler und robuster als nachlässig zusammengeleimtes Fußwerk, sondern über die Zeit gerechnet auch billiger: Werden sie regelmäßig gepflegt und nach dem Tragen stets auf einen Spanner gezogen, sind sie auch nach vielen Jahren noch schön.



Fotos: iStock, unsplash/BenRossett; DuonTranQuoc; OluEletu (2), shutterstock



AM HERD MIT NICOLE JUST

## Gewürzkürbis mit Aioli

Immer um diese Zeit des Jahres, wenn es draußen langsam nach Herbst riecht, dieser besonderen Mischung aus kühler Luft und frischem Laub, beginnt in meiner Küche eine intensive Kürbiszeit: Neben der klassischen Kürbissuppe mache ich daraus beispielsweise Salate, Dips, Chutneys und sogar Torten und Kuchen! Am liebsten verwende ich Hokkaido, den Perfektionisten unter den Kürbisgewächsen. Er hat alles, was ein Kürbis braucht: eine essbare, zarte Schale, Nährstoffe in masse, festes Fruchtfleisch ohne Fasern. Und pflegeleicht ist er noch dazu. Mein schnellstes Rezept aus Hokkaido dauert zehn bis 15 Minuten in der Vorbereitung. Der Kürbis wird gebacken, dazu serviere ich einen schnellen Dip und einen kleinen Salat. Den Kürbis halbiere ich. Das Kerngehäuse und die Fasern im Inneren lassen sich am besten mit einem großen Löffel entfernen. Ich bevorzuge übrigens die kleineren Hokkaidos, weil sie aromatischer sind, und kaufe möglichst nur Bioware, weil die Schale mitgegessen wird.



Mit Sternanis und Zimt erhalten Kürbisse ein besonderes Aroma. Die dazu passende Aioli kann viel Knoblauch vertragen.

**Die Zubereitung:** Die geputzten Kürbishälften schneide ich in anderthalb Finger breite Spalten. Dazu gebe ich Salz, Öl, ganze Sternanisstücke, halbierte Zimtstangen sowie in feine Scheiben geschnittenen Ingwer. Alles wird mit den Händen gut gemischt und zugedeckt zum Durchziehen in den Kühlschrank gestellt – mindestens eine Stunde lang, wenn Sie mögen auch schon am Vortag.

Die Basis für die Aioli ist eine Mayonnaise ohne Ei. Faustformel: ein Teil Sojadrink auf drei Teile Öl. Wichtig ist, dass alle Zutaten Zimmertemperatur haben. Den Sojadrink daher schon zeitiger aus dem Kühlschrank nehmen, Raumtemperatur annehmen lassen und anschließend in ein hohes Mixgefäß füllen. Dann das Öl dazugeben und einen Pürierstab auf den Boden des Gefäßes stellen, auf höchster Stufe einschalten und dann ganz langsam nach oben ziehen, bis cremige Mayonnaise entstanden ist.

Um daraus eine würzige Aioli zu zaubern fehlt nur noch Knoblauch, und zwar viel davon! Ich hacke die Zehen nach dem Schälen grob und brate sie in ganz wenig Öl goldbraun an. Den Knoblauch ein paar Minuten abkühlen lassen und mit dem Pürierstab unter die Mayonnaise mixen. An dieser Stelle schmecke ich mit Senf, Salz, Zucker und einem Spritzer Essig ab. Je nach Lust und Laune auch mit Chiliflocken oder einem milden Currypulver.

30 Minuten vor dem Essen wird der Backofen auf 220° C (Umluft 200° C) vorgeheizt. Die Kürbisspalten verteile ich samt Gewürzen auf einem mit Backpapier belegten Blech und backe sie etwa 35 Minuten oder bis sie außen goldbraun und innen cremig-weich sind. Dazu passt ein frischer Salat der Saison. Im nächsten Monat machen wir es uns an dieser Stelle schon mal kuschlig: mit selbst gemachter, zuckerfreier Schokolade. Bis dahin schleimmen Sie sich gut durch den bunten Herbst und legen Sie ruhig einen kleinen Kürbisvorrat an. Hokkaidokürbisse halten sich bei kühler Lagerung bis zu zwei Monate.

## Einkaufszettel

- Für zwei Personen:**  
**Für den Gewürzkürbis**
- 1 kleiner Hokkaidokürbis von ca. 600 g
  - 1 gestr. TL Salz
  - 2 EL neutrales Pflanzenöl
  - 5 Stücke Sternanis
  - 2 Zimtstangen
  - 1 daumengroßes Stück Ingwer

- Für die Aioli**
- 150 ml Pflanzenöl
  - 50 ml ungesüßter Sojadrink
  - 1 TL süßer Senf
  - 2 große Knoblauchzehen
  - 2 Msp. Salz, 1 Prise Zucker
  - 1 Spritzer milder Essig (z. B. Weißweinessig)
  - nach Belieben zusätzlich ½ TL Chiliflocken oder 2 Msp. Currypulver

## GESCHMACKSSACHE

# Laufen lernen in Pumps

VON DANY SCHRADER

Man kann der Mode viel vorwerfen. Etwa, dass Entwürfe untragbar sind. Gar nicht einmal, weil man für sie eine Figur wie ein Kleiderständer haben müsste. Sondern, weil sie im echten Leben nicht einsetzbar sind. Mules sind ein Beispiel. Dieser Begriff beschreibt einen luxuriösen Pantoffel für draußen. Innen ist er mit Fell ausgekleidet. Aber wer trägt in einem Herbst, der mit winterlichen Temperaturen beginnt, ernsthaft barfuß Pantoffeln?

Ein erfreuliches Gegenteil ist der Kitten-Heel: Laut „WMagazine“ ist der Pump mit dem maximal 3,5 bis 5 Zenti-

meter hohen Absatz der Schuh der Saison. Balenciaga, Miu Miu, Loewe oder Prada – auf den Laufstegen war er überall zu sehen. Sogar Manolo Blahnik, berühmt für die halbschlepperischen High-Heels, die Sarah Jessica Parker in der Serie „Sex and the City“ trug, setzt im Winter 2016 auf Mid-Heels. Spätestens als Modeblogger wie Pernille Teisbæk bei der New Yorker Fashion Week in Kitten-Heels aus dem Taxi sprangen, ist es Ehrensache, ein Paar zu besitzen.

Der Kitten-Heel aber ist nicht nur einfach in, sondern sogar alltagstauglich. Nine-to-five-Jobs, noch schnell das Kind von der Kita abholen, die Nacht durchtanzen oder einfach nur normal

gehen – all dies ist plötzlich in Pumps denkbar.

Die britische Premierministerin Theresa May hat die Handreichung der Mode längst angenommen. Ihre Kitten-Heels mit Leopardmuster sind fast so berühmt wie der Brexit. Weitaus stilprägender aber ist Audrey Hepburn. Die britische Schauspielerinnen befeuerte in den Sechzigerjahren mit US-Kollegin Doris Day den ersten Kitten-Heel-Boom. Ursprünglich waren die Modelle damals nur zu Übungswecken für junge Mädchen gedacht. Teenager sollten darin das Laufen auf hohen Absätzen



über. Später dann trugen sie alle. Und zwar bis heute immer wieder.

Welches Modell würde wohl Audrey Hepburn wählen, wenn sie heute noch lebte? Vielleicht den Classic-Slipper-Heel von Mansur Gavriel. Der Schuh gilt schon jetzt als It-Piece und sieht aus, als hätte Aschenputtel ihn verloren. Noch dazu vereint er auf wundersame Weise zwei Trends der Saison in einem Modell: Er verzichtet zwar auf Pelz, ist aber trotzdem ein bisschen Pantoffel.

**Zweimal Kult:** Die Classic-Slipper-Heels von Mansur Gavriel und Mid-Heel-Königin Audrey Hepburn.