

# Ricky Saward – Steckbrief



- **Geburtsdatum:**  
10. Januar 1989
- **Geburtsort:** Borken, Nordrhein-Westfalen
- **Herkunft:** Sohn einer Waliserin und eines Westfalen
- **Aktuelle Position:** Küchenchef und Mitinhaber des Restaurants *Seven Swans* in Frankfurt am Main

---

## Beruflicher Werdegang

- **Ausbildung:** Kochlehre in einem Wirtshaus in der Region Borken
- **Internationale Stationen:**
  - Hilton Hotels in Wien und Sydney
  - Meredith's Restaurant in Auckland, Neuseeland
- **Stationen in Frankfurt:**
  - Kameha Suite
  - Restaurant Opéra
  - Chairs
  - Villa Merton
- **Seit 2018:** Küchenchef im *Seven Swans*

---

## Kulinarische Philosophie

Ricky Saward verfolgt eine radikale, nachhaltige Küche mit folgenden Prinzipien

- **100 % vegan:** Seit 2019 serviert das *Seven Swans* ausschließlich vegane Gerichte.
- **Regionalität und Saisonalität:** Verwendung ausschließlich regionaler und saisonaler Produkte.
- **Verzicht auf exotische Zutaten:** Keine Verwendung von Gewürzen, Kaffee, Schokolade oder Zitronen; stattdessen Einsatz von Verjus, Tomatenessig oder Zierquitten zur Säuerung.
- **Permakultur:** Zutaten stammen größtenteils aus dem eigenen Biogarten in Bad Homburg.
- **Zero Waste:** Konsequente Verwertung aller Pflanzenteile ("root to leaf") und Kompostierung organischer Abfälle.

---

## Auszeichnungen

- **2019:** Erhalt des Michelin-Sterns für das *Seven Swans*
- **2020:** Verleihung des Grünen Michelin-Sterns für Nachhaltigkeit
- **2020:** „Gastronomiekonzept des Jahres“ bei den Rolling Pin Awards
- **2024:** Top 10 „Nächste Generation“ im Gusto-Führer
- **2025:** „Aufsteiger des Jahres“ im Gusto-Führer

---

## Restaurant *Seven Swans*

- **Adresse:** Mainkai 4, 60311 Frankfurt am Main
- **Besonderheiten:**
  - Untergebracht im schmalsten Gebäude Frankfurts mit sieben Etagen.
  - Platz für 16 Gäste; alle Gerichte werden gleichzeitig serviert.
  - Keine Speisekarte; Überraschungsmenü mit etwa 10 Gängen.
  - Begleitung durch Bio- und Naturweine aus Deutschland.
  - Köche servieren die Gerichte selbst und erläutern diese ausführlich.

---

## Privatleben

- **Familie:** Verheiratet, Vater eines Kindes.
- **Wohnort:** Frankfurt am Main.
- **Hobbys:**
  - Besuche von Spielen der Eintracht Frankfurt.
  - Pflege seines Aquariums.
  - Urlaube zur mentalen Erholung, wobei er bewusst Abstand vom Kochen nimmt.

---

## Medien & Engagement

- **Fernsehauftritte:**
  - *Plan B: Ackern für die Zukunft* (ZDF, 2019)
  - *Vegetarisch mit Stern – Seven Swans* (DW, 2019)
  - Gastjuror bei *The Taste* (Sat.1, 2021)
  - *Kitchen Impossible* (VOX, 2022)
- **Engagements:**
  - Redner auf internationalen Veranstaltungen.
  - Caterings für Unternehmen.
  - Jurymitglied bei renommierten Kochwettbewerben.
  - Berater und Talkgast in den Medien.

---

Ricky Saward hat mit seiner konsequent nachhaltigen und kreativen Küche neue Maßstäbe in der Spitzengastronomie gesetzt. Sein Restaurant *Seven Swans* gilt als Pionier der veganen Haute Cuisine und zieht Gäste aus der ganzen Welt an