

HANDELSZEITUNG
NR. 49 | 7. DEZEMBER 2023

SPECIAL GENUSS

Festessen mit Stil

Für Tafelfreuden sind frische Produkte
eine grosse Bereicherung

jura[®]

«Frisch
gemahlen,
nicht
gekapselt.»

R.F.



Geniessen wie Roger Federer: zum Beispiel mit der J8 twin mit zwei Mahlwerken für zwei verschiedene Kaffeesorten.

Roger Federer, Schweizer Tennis-Ikone und JURA-Markenbotschafter seit 2006.



jura.com

Mehr als Dekoration

Küchenkräuter verfeinern jedes Gericht und unterstreichen die natürlichen Aromen der Speisen.

SUSANNE WAGNER

Der kleine Petersilienzweig am Tellerrand im Restaurant ist etwas aus der Mode gekommen, andere Kräuter trumpfen heute dafür umso mehr auf. Ihre Statistenrolle haben aromatische Küchenkräuter abgelöst, denn sie können viel mehr als nur gut aussehen. Beispielsweise sind viele von ihnen reich an Vitaminen und ätherischen Ölen. Eigene Kräuter auf dem Balkon oder Fensterbrett sind nicht erst seit dem Urban-Gardening-Trend beliebt. Auch immer mehr Restaurants haben ihren eigenen Gemüse- oder Kräutergarten, im Hinterhof mindestens einige Kräutertöpfe, oder sie stellen den Basilikum oder Thymian gleich töpchenweise auf den Tisch, damit die Gäste davon abzupfen können.

Im schweizerischen Standardwerk «Fülscher-Kochbuch», das in den 1920er-Jahren erstmals gedruckt und seither immer wieder aufgelegt wurde, sind bereits sechzehn verschiedene Kräuter festgehalten: Basilikum, Bohnenkraut, Boretsch, Dill, Estragon, Kerbel, Liebstöckel, Majoran, Oregano, Melisse, Pfefferminz, Petersilie, Schnittlauch, Rosmarin, Salbei und Thymian. «Durch ihren grossen Gehalt an ätherischen Ölen, Vitaminen und Mineralstoffen erhöhen vor allem die frischen Kräuter den Geschmacks- und Nährwert sowie die Verdaulichkeit unserer Speisen», hielt die Kochschulleiterin und Autorin Elisabeth Fülscher fest.

Den letzten Schliff verleihen

Weiter riet Fülscher, es sei ratsam, nur wenig von den Gewürzkräutern zu verwenden, da sie einen starken Eigengeschmack haben. Im Kochbuch ist neben Rezepten für Kräuterknöpfl, Kräuterbutter und einer Kräuterfüllung für Kalbsbrust auch das Rezept eines schlichten Löwenzahnsalates zu finden. Kein Wunder – lange Zeit gehörten auch Wildkräuter fest zu unserem Speiseplan. Nicht zuletzt weil sie kostenlos zu haben waren. Zunehmend entdecken auch die Gourmetköche von heute die breite Palette von Kräutern und Wildkräutern wieder. Auf der Rigi gibt es ein ganzes Hotel, das sich dem Thema verschrieben hat. Im Garten des Kräuterhotels Edelweiss wachsen rund 400 verschiedene Kräuter.

Auch Silvio Germann, Chefkoch des Restaurants Mammertsberg in Freidorf TG, liebt Kräuter: Sein persönlicher Favorit ist Zitronenverbene. Der 34-jährige Küchenchef, Geschäftsführer und Co-Owner ist gerade mit 16 Gault-Millau-Punkten und dem Prädikat «Koch des Jahres 2024» ausgezeichnet worden. Auch Sauerampfer steht bei ihm ganz oben auf der Liste. «Die Säure passt perfekt zu Fisch oder Gemüse», so Germann. Er liebt es, im Sommer in den Garten zu gehen und frische Kräuter zu zupfen, weil sie jedem Gericht den letzten Feinschliff gäben und auch bei Ansätzen für Saucen unschlagbar seien.

Eines seiner Lieblingsrezepte ist eine Kräuter-Vinaigrette. Silvio Germann und sein Team verwendet sie häufig für rohen oder leicht gegarten Fisch. Sie ist ganz einfach zuzubereiten: Verschiedene Kräuter gut mixen, mit etwas Bouillon, Zitronensaft und ein wenig Essig gut abschmecken und einen Schuss Öl dazugeben.

Silvio Germann: «Diese Vinaigrette kommt sehr leicht daher, und ihre Frische ist unschlagbar.» Im Spätsommer trocknet er die letzten Kräuter, um gut durch den Winter zu kommen.

Die Kochbuchautorin Meret Bissegger greift im Winter ebenfalls auf getrocknete Kräuter zurück. «Mediterrane Kräuter wie Thymian, Oregano, Majoran und Bohnenkraut schme-



Silvio Germann, Chefkoch des Restaurants Mammertsberg in Freidorf TG, liebt Kräuter.

cken trocken fast besser als frisch, denn sie sind im besten Moment gepflückt und professionell getrocknet worden», erklärt die im Tessin lebende ehemalige Wirtin. Einzig Basilikum schmecke in getrockneter Form weniger gut als frisch, deshalb friert sie es in Portionen ein. «Wenn man Basilikum gefroren in eine Sauce gibt, hat er ein ähnliches Aroma wie der frische», sagt Meret Bissegger. Im übrigen wachsen Rosmarin, Salbei und Petersilie auch im Winter noch in ihrem Garten.

Ein Mantel aus Gundelrebe

Bekannt geworden ist Meret Bissegger aber vor allem als Wildpflanzenspezialistin. Sie bezeichnet sich selbst als grosse Liebhaberin der natürlichen Küche, engagiert sich in der Slow-

Food-Bewegung, gibt Kochkurse und kocht regelmässig Tavolatas in ihrer Casa Merogusto in Malvaglia TI. Von allen wildgewachsenen aromatischen Kräutern ist ihr die Gundelrebe das liebste. Mit deren kleinen Blättern und Blüten ummantelt die Köchin gerne Bällchen aus Frischkäse – ein Klassiker aus ihrem Kochbuch «Meine wilde Pflanzenküche» (erschienen im AT Verlag). Darin gibt sie Tipps für das Sammeln und Bestimmen von essbaren Wildpflanzen.

Ausserhalb der Stadt auf wilden Wiesen oder trockenen Rebhängen lassen sich beispielsweise wilder Thymian und wilder Schnittlauch finden. Die Grundrossette von Löwenzahn oder Gänsedistel sind auch im Winter auf Wiesen anzutreffen und verleihen einem Wintersalat ein wenig Grün und Vitamine.



Titelbild
Gedeckter Tisch im Vintage-Stil: Ein festliches Luxusmahl beginnt mit stilvollen Gedecken. Was auf die Teller und in die Gläser kommen könnte und ebenso Stil hat, zeigt diese Glanz-Beilage.

Kleines Küchenkräuter-Einmaleins

Kräuter und Wildkräuter Im botanischen Sinn handelt es sich bei Kräutern um krautige, nicht verholzende Gewächse (zum Beispiel Basilikum) oder um Halbsträucher, die nur an der Basis verholzen (etwa Salbei, Rosmarin und Thymian). Wildkräuter sind Kräuter, die nicht gezielt angepflanzt wurden, sondern frei in der Natur (oder als «Unkraut») im Garten wachsen und dort gesammelt werden, zum Beispiel Bärlauch, Brennessel, Löwenzahn und Sauerampfer.

Kräuter in der Küche Welche Kräuter zu welchem Gericht passen, ist Geschmackssache, aber mit bestimmten Gerichten harmonisieren einige Kräuter ganz besonders. So ergänzt Rosmarin kräftige Fleisch-, Fisch- und Kartoffelgerichte. Ein mitgegartener Rosmarinzwig verleiht klassischer Tomatensauce eine aromatische Note. Thymian schmeckt dank seiner Vielseitigkeit gut zu Gemüse- oder Fleischgerichten.

Bekannte Gerichte mit Salbei Das sind Saltimbocca alla romana oder Pasta burro e salvia (mit Butter und Salbei). Schon fast in Vergessenheit geraten ist das alte Schweizer Rezept für Salbeiküchlein (Müsliblätter), bei dem Salbeiblätter in einem Teig geschwenkt und in Öl ausgebacken werden. Ein Küchenklassiker ist das Bouquet garni: Dafür bindet man je ein Zweiglein Rosmarin, Thymian und Salbei mit einer Schnur zusammen und köchelt es in Schmorgerichten mit.

Schnittlauch, Petersilie und Basilikum Sie passen zu vielen Speisen und entfalten ihren Geschmack am besten, wenn

man sie kleingehackt kurz vor dem Servieren über die Gerichte streut. Das Sommerkraut Basilikum spielt auch die Hauptrolle bei Pestos, Tomatensalat oder auf der Pizza und schmeckt am besten roh oder ganz kurz mitgegart. Auch Oregano darf in der italienischen Küche nicht fehlen, wo er etwa feine Tomatensaucen, Käse oder Grilladen aromatisiert. Der verwandte Majoran kann auch gut mit anderen Kräutern kombiniert werden.

Koriander Er unterstützt durch sein eigenwilliges exotisches Aroma asiatische und orientalische Gerichte wie Currys oder Suppen. Dill passt hervorragend zu Fisch, Gurkensalat und Quarksaucen – etwa als Begleitung von Ofenkartoffeln. Hierzulande weniger verbreitet ist der Estragon, der in der französischen Küche geschätzt wird: Er kommt mit Fisch, Geflügel oder Artischocken gut zur Geltung und sollte sparsam dosiert werden, weil er geschmacksintensiv ist.

Haltbar machen Frische Kräuter lassen sich getrocknet, in Öl eingelegt oder in gefrorenem Zustand konservieren. Praktisch sind eingefrorene Kräuterwürfel: Dazu zerkleinert man die Kräuter wie Thymian, Salbei, Rosmarin oder Basilikum, übergiesst sie mit etwas Wasser oder Öl, gibt sie in Eiswürfelbehälter und lässt sie im Tiefkühlfach gefrieren. So hat man bei Bedarf eine Portion Kräuter zur Hand. Kräuter sollten immer mit scharf geschliffenem Werkzeug (Messer, Wiegemesser oder Schere) geschnitten werden, damit die Zellen nicht beschädigt werden und kein Mus entsteht.

REZEPT

Salsa verde von Silvio Germann

Eine gute Salsa verde ist etwas sehr Einfaches und passt super zu Fleisch und angebratenem Gemüse.

20 g Petersilie
8 g Sardellenfilets
1 EL Kapern
1 EL feingehackte Zitronenzeste
1 grosse Prise Chiliflocken
1 Knoblauchzehe
150 ml Olivenöl «extra vergine»
Feines Meersalz
1 EL Balsamico bianco

- Petersilie und Sardellenfilets fein schneiden
- Mit fein geschnittenen Zitronenzesten, Kapern und Chiliflocken in einer kleinen Schüssel gut vermischen
- Knoblauchzehe schälen und mit der Microplane-Reibe fein reiben
- Olivenöl dazugeben, gut umrühren und salzen

Impressum
Der Special «Genuss» ist eine redaktionelle Eigenbeilage der «Handelszeitung» und Bestandteil der aktuellen Ausgabe. Herausgeber: Redaktion und Verlag «Handelszeitung», Ringier Axel Springer Schweiz, 8021 Zürich. Verantwortlicher Redaktor: Eckhard Baschek

Köstliche Ravioli bolognese

Das Zürcher Restaurant **Hönggerhof** zelebriert mediterrane Küche auf Gault-Millau-Niveau.

DANIEL TSCHUDY

Das sechsstöckige Haus an der Limmat in Höngg, Ecke Am Wasser und Europabrücke, ist auf den ersten Blick alles andere als klein, steht aber dennoch etwas unscheinbar da. Der heutige «Hönggerhof» ist typisch für seine Zeit: Er wurde 1896 erbaut und symbolisiert die damalige urbane Entwicklung ausserhalb des Stadtzentrums. Auf Eingangsstufe gab es fast immer ein Speiselokal, einst unter dem Namen «Limmathof» und dann jahrelang «Hönggerhof». Leider aber über lange Zeit erfolglos, vor allem in den Jahren vor dem letzten Umbau.

Die Symbiose von Besitzer, Innenarchitekt und Pächter

Seit einem Jahr weht ein neuer Gastro-Wind durch Höngg, ausgelöst vom Pächterehepaar Tami und Giovanni Pecoraro. Beide sind schon länger im Geschäft und führten unter anderem das geschichtsträchtige «Haus zum Rüden» in Zürich am Limmatquai. Francesco Nucera besitzt die Immobilie und liess sie ab 2017 komplett renovieren. Die für den Innenausbau des Restaurants mandatierte Firma Estimo leistete ganze Arbeit: Die ehemalige Dorfbeiz erstrahlt ruhig und elegant im skandinavischen Stil, mit hellem Holz und weissen Wänden. Die Fenster Richtung Limmat reichen bis zum Boden und lassen die Mittags- und Nachmittagssonne hinein. Die fünfzig bis sechzig Plätze verteilen sich auf geräumige Tische, die untereinander einen grossen Abstand aufweisen.

Dass das Ehepaar Pecoraro jetzt den «Hönggerhof» führen darf, kann es sich selbst zuschreiben: «Meine Frau und ich wollten einmal das Lokal kennenlernen, konsumierten dann hier und verliebten uns in die Atmosphäre. Wir fühlten uns sofort wohl und fragten nach, ob wir die Pacht übernehmen könnten.» Das hat funktioniert – zusammen mit vielen Mitarbeitenden, etwa Chefkoch Marco Gehrig, mit denen man schon in der Vergangenheit zusammengearbeitet hat.

Die Lage des «Hönggerhofs» ist nicht exponiert, Laufkundschaft gibt es praktisch nicht. Also müssen die Betreiber schon ziemlich gut kochen können und ihr Angebot authentisch verpacken, damit sie, über Mund-zu-Mund-Werbung, eine



Ravioli bolognese: Innovativ gewürzt, ein Genuss. Kleines Bild: Höngger Restaurant mit Aussicht auf die Limmat.



Stammkundschaft aufbauen können. «Mit Mainstream-Küche könnten wir hier nicht überleben», reflektiert Pecoraro. Das Resultat ist eine persönlich gefärbte mediterrane Karte und ein ebenfalls mediterranes Weinangebot, alles nicht ganz billig und dennoch mit einem perfekten Preis-Leistungs-Verhältnis.

Kleine Karte

Das Angebot ist nicht umfangreich, man bietet je etwa vier Pasta-, Fisch- und Fleischgerichte an, aber mit genügend

Alternativen. Und dann kommen sie, diese unglaublichen Ravioli bolognese. Schon im 14. Jahrhundert wurden im venezianischen Kochbuch «Libro per cuoco» gefüllte Teigtaschen namens Ravioli erwähnt. Eine Variante sprach von Füllungen mit grünen Kräutern, Ei und frischem Käse.

Als eigentlich einfaches Gericht sind die Teigtaschen mit Rindsbolognese, Thymian-Nussbutter und Belper Knolle gefüllt. Die Knolle ist ein Rohmilchkäse aus dem bernischen Belp. Die genaue Mischung der Raviolifüllung bleibt das Geheimnis von Chefkoch Gehrig, aber wie anmücheliger es präsentiert, sieht man auf dem Bild, hier als Vorspeise für 25.50 Franken – oder für 8 Franken mehr als Hauptgang.

Als Weinliebhaber kann Giovanni Pecoraro eine zu den Ravioli passende Empfehlung abgeben: «Sie kommt aus dem Weingut Agostino Pavia e Figli in Agliano Terme im Piemont. «La Marescialla 2019» ist ein sehr konzentrierter und dichter Barbera, mit tiefem Rubinrot und würzigen Aromen aus Vanille und Früchten.»

Die erfolgreiche Mund-zu-Mund-Propaganda lockt am Mittag eher Geschäftsleute aus Zürich-West und Altstetten in den «Hönggerhof», abends eher Privatpersonen aus Engstringen, Höngg und Wipkingen. «Wir schenken jedem Besuch unsere Gastfreundschaft und behandeln alle Gäste wie Freunde», ist das Motto der Gastgeber. Das haben wohl auch die Tester des Restaurantführers «Gault Millau» so empfunden. Sie vergaben dem «Hönggerhof» schon im Startjahr 14 Punkte – das gibt zwei Kochmützen für die Werbung. «Seit der Bekanntgabe hat die Nachfrage nochmals zugenommen, viele Gäste sind einfach neugierig, aber wir können alle zufriedenstellen. Und Ravioli bolognese hat es mehr als genug.»

Der «Hönggerhof» öffnet dienstags bis samstags, am Samstag nur abends. Aber man sollte frühzeitig reservieren, denn laut Giovanni Pecoraro ist man abends meistens ausgebucht.

www.hoenggerhof.ch

ANZEIGE



GUTER KAFFEE schmeckt besser mit einem Lächeln

Manchmal sind es die unerwarteten Details, die den stärksten Eindruck hinterlassen. Mit Mytico bereiten Baristas mühelos aussergewöhnliche Kaffeegetränke zu und haben dabei noch Zeit, die Kunden mit einem herzlichen Lächeln zu begrüssen.

Erfahren Sie mehr auf
mytico.franke.coffee



FRANKE

Meer vor der Haustür

Der Genuss frischer **Shrimps** ist dank Nischenanbietern seit ein paar Jahren auch im Binnenland Schweiz möglich.

SUSANNE WAGNER



Der Gourmet-Chefkoch Jonas Ingold ist Fan von Swiss Shrimp.

Einst standen Crevetten für Luxus, dann wurden sie zur leicht erschwinglichen Massenware: Der Crevettencocktail entwickelte sich hierzulande in den 1970er-Jahren zum Kultgericht. Inzwischen hat es der Cocktail sogar ins Regal von Convenience-Food im Grossverteiler geschafft. Crevetten in verschiedenen Grössen sind auch in gut sortierten Fischauslagen in den grossen Supermärkten und Delikatessgeschäften zu finden. Egal, welche Grösse sie haben oder welche Namen sie tragen, eines haben sie gemeinsam: Der grösste Teil kommt in gefrorener Form aus Thailand, Indonesien oder Vietnam zu uns. Weniger als 1 Prozent der Crevetten wird in der Schweiz im Hochpreissegment verkauft.

Wer die Delikatesse aus dem Meer liebt und gleichzeitig umweltbewusst ist, muss sich entscheiden, was wichtiger ist. Seit ein paar Jahren gibt es in der Schweiz jedoch Crevetten zu kaufen, die nicht um die halbe Welt gereist sind, weil sie bei uns in Aquakulturen gross geworden sind. Der Vorteil ist nicht nur frische Ware, sondern auch die Gewissheit, dass sie aus einer weniger umweltschädlichen Umgebung stammen als die meisten Produkte aus dem Ausland.

Es sind absolute Nischenanbieter, aber es gibt sie: Mit den Prädikaten «fangfrisch» und «regional» wirbt zum Beispiel die kleine Firma Aemme Shrimp einer Bauernfamilie in Burgdorf, die 2015 mit der Crevettenzucht in einem geschlossenen Ökosystem begonnen hat. Ein weiterer Player auf dem heimischen Markt mit dem Claim «Fangfrisch aus der Schweiz» ist Mayer Shrimps im thurgauischen Zuben. Die Temperatur im 30 Grad warmen Wasser für die Aufzuchtbecken wird mit einer Wärmepumpe erzeugt. Im zürcherischen Nänikon gibt es mit Lucky Shrimp noch eine heimische Crevettenfarm, die hauptsächlich die Gastronomie beliefert. Ihr Verkaufsargument ist «Frische dank Schockgefrieren sofort nach der Ernte».

Viel Wärme, viel Salz

Während den einen sofortiges Schockgefrieren als Qualitätsmerkmal dient, verweisen die anderen darauf, dass ihre Shrimps zu keinem Zeitpunkt gefroren waren. Beispielsweise die Firma Swiss Shrimp in Rheinfelden. Hier werden in grösse-

ren Dimensionen Shrimps lokal gezüchtet. Der Standort des Firmenareals mit den 16 Salzwasserbecken ist kein Zufall: Eine Partnerschaft mit der Schweizer Salinen AG macht es möglich, dass die Becken durch einen Teil der Restwärme der benachbarten Saline Riburg auf die nötigen 32 Grad geheizt werden. Die Weissbeingarnelen brauchen rund hundert Tage, bis sie vom sogenannten Postlarvenstadium bis zur gewünschten Grösse – kugelschreiberlang und daumendick – herangewachsen sind.

Know-how aus Südamerika

Auf dem Weg zur professionellen Shrimpfarm bewiesen die Gründer rund um Rafael Waber in den letzten Jahren viel Geduld und Hartnäckigkeit – wobei sie auch Rückschläge hinnehmen mussten. Nach dem gründlichen Einarbeiten in die Materie sowie einigen Pilot- und Projektierungsphasen begann die Aufzucht im Jahr 2018. Es folgten weitere Lehrjahre, in denen immer wieder die Begleitumstände der Aquakultur – wie etwa das Futter, die Strömung, die Beleuchtung, oder die Sauerstoffzufuhr – angepasst wurden, damit die gewünschten Mengen erreicht werden konnten. Neue, speziell ausgebildete Fachleute aus Südamerika mit jahrzehntelanger Erfahrung in der Shrimpzucht bringen seit 2023 das nötige zusätzliche Know-how in das Unternehmen. «Wir dürfen nicht vergessen, dass wir die grösste Indooranlage von Europa sind und Pionierarbeit leisten», erklärt Rafael Waber.

Wer gesehen hat, welcher Aufwand bei der Aufzucht der Shrimps betrieben wird, sieht die Meeresdelikatessen auf dem Teller möglicherweise mit anderen Augen. Einmal pro Stunde wird in der Rheinfelder Shrimpfarm das Wasser umgewälzt, durch vier mechanische und biologische Filterstufen in einem ökologischen Kreislauf gereinigt und den Becken wieder zugeführt. Weil die Shrimps eine stetige Nährstoffzufuhr brauchen, werden sie durch maschinelle Futterstationen versorgt, die laufend Futterpellets in die Becken rieseln lassen – je nach Entwicklungsstadium in einer anderen Mischung.

Das Shrimpfutter aus Frankreich besteht unter anderem aus Weizen, Soja, Algen, Fischmehl und Fischöl. Eine Untersuchung der Fachhochschule Nordwestschweiz ergab, dass der grösste Anteil des CO₂-Fussabdrucks der Swiss Shrimp AG aus



Shrimps an Champagnersauce.

der Rohstoffbereitstellung, insbesondere des Futters, stammt. Rafael Waber räumt ein: «Es ist der beste Lieferant, aber es liegen in Bezug auf die Auswahl der Proteinbestandteile noch Verbesserungen drin.»

Verglichen mit extensiven Shrimpfarmen in Asien ist der ökologische Fussabdruck von Swiss Shrimps dennoch kleiner, auch weil die langen Transportwege entfallen. Der Geschäftsführer und sein Team betonen im Gespräch, dass sie für volle Transparenz sind und keine unangenehmen Fragen scheuen – auch nicht bei den Führungen durch die Anlage.

Qualität zum Rohessen

Die Zielgruppe der Swiss-made-Shrimps sind zu 40 Prozent Privatkundinnen und -kunden und zu 60 Prozent Kundschaft aus dem Gastronomiebereich. Der Preis liegt im obersten Segment und beträgt für eine mittlere Grösse 12 Franken pro 100 Gramm. An die Privatkundschaft wird ausschliesslich via Webshop verkauft.

Swiss Shrimp «erntet» auf Bestellung und liefert den Kundinnen und Kunden direkt nach Hause. Nachdem die Bestellungen eingegangen sind, werden die Shrimps in Handarbeit mit Netzen aus den Becken gefischt, in Eiswasser getötet und sofort in gekühlte Boxen verpackt. Rafael Waber: «Diese Frische ermöglicht eine Sashimi-Qualität; das ist zum Beispiel entscheidend für Sushi-Köche.»

Frische ist auch für Jonas Ingold wichtig. Der Chefkoch des Restaurants Zum Löwen in Messen im Kanton Solothurn legt Wert darauf, dass die Rohstoffe für seine Küche möglichst aus der Schweiz kommen; er verwendet keine Meeresfische und keine exotischen Früchte. Auf Meeresfrüchte hat er aus ethischen und ökologischen Gründen bislang verzichtet, obwohl er sie auch persönlich gerne isst. Seit kurzem hat das Restaurant wieder Shrimps auf der Karte. Es ist Jonas Ingolds persönliche Lieblingskombination aus Tatar und Bisque, die zusammen serviert werden. Für das Tatar werden die Shrimps roh verarbeitet, für die Krustentiersuppe wird das ganze Tier verwendet.

«Die Qualität der Shrimps aus Rheinfelden erlaubt es, dass man sie roh essen kann», betont Jonas Ingold, der mit 16 Gault-Millau-Punkten ausgezeichnet wurde. «Bei frischen Shrimps kommt ein ganz neues Geschmacksprofil zum Vorschein.» Bereits einmal gefrorene Shrimps würde er persönlich nie roh essen.

Der heimische Tiefkühler ist suboptimal für den Einfrierprozess

Umwelt Dass sich heute viele Menschen Crevetten leisten können, hat seinen Preis für die Umwelt. Das Problem ist bekannt und angesichts der Beliebtheit der Shrimps doch zu wenig verbreitet: Der Wildfang im Meer ist in Verruf geraten, denn er hat zur Folge, dass mit den Schleppnetzen als Beifang viele andere nicht verwertbare Fische gefangen und Korallenriffe beschädigt werden. Aber auch die naturnahe und tierfreundlichere sogenannte extensive Zucht ist problematisch, weil dafür Mangrovenwälder gerodet werden. Die Teiche der intensiven Shrimpsfarmen haben wiederum den Nachteil, dass dort oft Antibiotika eingesetzt werden.

Gefrieren? «Wenn es nicht anders geht, ist das Schockgefrieren die beste Variante», sagt Jonas Ingold. Wenn ein Lebensmittel schockgefroren wird, geschieht das bei minus

34 Grad Celsius, wobei sich sehr feine Eiskristalle bilden, was schonendes Auftauen ermöglicht. Beim herkömmlichen Einfrieren bei minus 18 Grad Celsius (Tiefkühlertemperatur) bilden sich gröbere Eiskristalle. Wenn sie aufgetaut werden, können die Zellstrukturen zerstört werden, worauf Flüssigkeit austritt und die Qualität beeinträchtigt werden kann.

Krebstiere Jede Region bezeichnet die Meeresbewohner anders: Garnelen, Crevetten, Gambas, Gamberi oder Shrimps. Es gibt rund 2500 verschiedene Shrimparten. Die Weissbeingarnele ist die am häufigsten konsumierte Crevette in der Schweiz. Scampi hingegen gehören zur Familie der Hummerartigen und besitzen im Gegensatz zu Crevetten grosse Scheren. Im Rohzustand sind Garnelen grau-bläulich, Scampi sind rötlich gefärbt.

Eine Berner Erfindung

Auf der Suche nach dem **perfekten Zopf** wird klar: Dafür braucht es gute Rohstoffe, viel Handarbeit und viel Zeit.

SUSANNE WAGNER

Ein guter Zopf riecht nach Butter und hat eine feine, zarte und sich in die Länge ziehende Krume», erklärt der pensionierte Bäckermeister und Berufsschullehrer Peter Schüpbach. Er wünschte sich, dass «dieses herrliche Gebäck in jeder Bäckerei in dieser Qualität zu kaufen wäre». Das sei leider nicht der Fall. Peter Schüpbach führte zehn Jahre lang eine eigene Bäckerei im bernischen Konolfingen und weihte während 28 Jahren an der Berufsschule Aarau junge Frauen und Männer auf dem Weg zum Bäcker-Konditoren-Beruf in die Geheimnisse des Backens ein. Als Krume wird das weiche Innere eines Brots oder Zopfs bezeichnet. Wenn die Krume eine faserige Struktur aufweist, ist das gemäss Schüpbach ein Qualitätsmerkmal.

Den stolzen Namen Butterzopf darf das Gebäck nur tragen, wenn es in der Trockenmasse einen Butterfettgehalt von mindestens 70 Gramm pro Kilogramm enthält. Dies schreibt eine Verordnung des EDI vor. Die Zugabe von Stoffen wie etwa Margarine ist beim Butterzopf nicht erlaubt. Je nach Gusto kommt entweder Weissmehl oder spezielles Zopfmehl zum Einsatz. Diesem Spezialmehl wird ein Teil Dinkelmehl für einen geschmeidigeren Teig beigemischt.

Die Nachforschungen des verstorbenen Berner Brotforschers und Buchautors Max Währen ergaben, dass der Zopf erstmals in Bern im 15. Jahrhundert namentlich erwähnt wurde. Jeden Sonntag kamen die «Züpfen», wie sie bis heute im Berner Dialekt genannt werden, jedoch lange nicht auf den Tisch. Denn das Gebäck mit den kostbaren Zutaten Butter, Eier und Weissmehl galt früher als Luxus. Es war besonderen Anlässen vorbehalten und wurde nur am 21. Dezember und am 1. Januar angefertigt. Ab 1629 erhielten die Bäckerleute die



Nur was lange währt und gärt, kommt als Zopf gut.

gesetzliche Erlaubnis, den Zopf das ganze Jahr über zu backen. Die Online-Enzyklopädie «Kulinarisches Erbe der Schweiz» hält fest, dass die häusliche Produktion von Zöpfen in der Stadt und auf dem Land noch immer sehr lebendig sei, was in der Welt der Schweizer Regionalprodukte einzigartig sei.

Ankezüpfen «Schüppi Spezial»

1 kg Weissmehl, 600 g Milch auf rund 20 Grad erwärmen, 42 g Backhefe (1 Würfel), 1 TL Zucker, 28 g Salz (3 TL Salz), 200 g Kochbutter (geschmeidig), eventuell noch etwas Ei. Alles sehr gut miteinander verkneten.

Wichtig: Teig sehr gut kneten, bis es in den Oberarmen spürbar ist. Teig in einer Schüssel etwa 60 bis 70 Minuten aufgehen (gären) lassen. Beim Aufarbeiten darauf achten, dass die Teigstränge «straff aufgewirkt» werden.

Nach dem Aufarbeiten sofort mit Ei bestreichen und noch einmal rund 15 bis 20 Minuten aufgehen lassen.

Vor dem Backen eventuell an der Kälte abstehen lassen. Noch einmal mit Ei bestreichen und bei etwa 220 Grad Normalbackofen oder bei rund 200 Grad Umluft goldgelb und gluschtig ausbacken.

Je nach Grösse zwischen 20 und 30 Minuten. Nach Möglichkeit ohne Dampf ausbacken.

Was ist das Geheimnis eines richtig guten Zopfes? «Wie bei allen Hefengebäcken lautet das oberste Gebot, dass nur beste Rohstoffe einzusetzen sind», erklärt Peter Schüpbach. Die Frage ist jedoch nicht ganz einfach zu beantworten, denn die Definition ist nicht eindeutig. «Den Zopf gibt es nicht. Im Emmental werden traditionellerweise schwere, faserige und kompakte Zöpfe gebacken», führt Schüpbach aus. Diese seien sehr fein, entsprächen aus Sicht des Fachmannes aber nicht einem perfekten Zopf – der sollte nämlich etwas luftiger sein.

Hobby- und Profibäcker können einiges falsch machen beim Zopfbacken: «Zum Beispiel zu wenig kneten, den Teig zu kalt oder zu warm führen, ihn zu kurz oder zu lange lagern.» Zu den häufigsten Fehlern gehört es gemäss dem Fachmann, die äusseren Temperaturen zu wenig zu beachten. Peter Schüpbach: «Zopf Teig ist sehr empfindlich auf Wärme und Kälte.» Ein weiterer Stolperstein kann die Hefe sein: Wird sie beispielsweise in zu warmer Milch von mehr als vierzig Grad aufgelöst, stirbt die Hefe ab, und der Zopf kann nicht aufgehen. Um qualitativ beste und immer gleichmässige Zöpfe herzustellen, sollte man die Rezepturen genau abwägen, die Teig- und Backtemperaturen genau einhalten und sehr exakt arbeiten (siehe Rezept oben).

Bleibt noch die Frage nach dem Zöpfeln. Das Flechten der beiden Teigstränge, die übers Kreuz gelegt und gezöpft werden, ist eine Kunst, die nicht alle beherrschen. Die Technik sorgt für die höhere Struktur des Zopfes. Im Internet lassen sich gute Videos finden, die das Flechten von zwei, drei oder fünf Strängen anschaulich erklären. Die Berufsleute sind so flink, dass es sich selbst bei den Grossverteilern nicht lohnt, dafür Roboter einzusetzen.

PHILIPP MOSIMANN

Weine für Raclette und Fondue

Es lebt ein grosser Käsefan in England: Philipp Mosimann. Er ist Sohn des bekannten Küchenchefs Anton Mosimann, der über Jahrzehnte hinweg immer wieder für die Königin Elisabeth II. kochen durfte. Philipp und sein Bruder Mark führen heute die Geschäfte, unter anderem das Restaurant Mosimann's Club im eleganten Londoner Stadtteil Belgravia. «Vereinzelt bieten wir im Winter in unserem Club sogar Fondueabende an, und zu Hause oder während der Ferien in der Schweiz gibts regelmässig Fondue und Raclette. Das hat alles Tradition, schon der heutige König Charles III. versuchte unsere Käsespezialitäten damals während seiner Winterferien in Klosters.» Zum Thema Weinbegleitung meint Mosimann noch: «Für mich ist es eigentlich lustig: Hier in London empfehlen wir in unserem Restaurant, dass man zu



Hauptsache, Käse – ob kalt, als Raclette oder im Keramik-Caquelon.

kaltem Käse Rot- und Portweine trinkt. Aber in der Schweiz geniesst man zu heissem Käse meistens Weisswein.» Mosimann selbst ist da ziemlich flexibel unterwegs und stellt in seiner Präferenzliste sogar Schaumweine vor (siehe Kasten).

DANIEL TSCHUDY

Weinliste für flüssig-heisse Käsegerichte

Philipp Mosimann Er sitzt im internationalen Beirat der Hotelfachschule Lausanne (EHL), und er schlägt zu Käsefondue oder Raclette je nach Stimmung, Lust, Wetter und Tageszeit die unterschiedlichsten Weinsorten vor. Er meint, es dürfe «durchaus auch einmal ein Schaumwein sein». Hier Mosimanns persönliche Empfehlungsliste:

Schaumwein Brut du Valais Réserve, Domaine Jean-René Germanier, Vétroz VS

Mauler Cordon Brut, demi-sec, Môtiers NE
Weisswein Petit Arvine, Domaine Jean-René Germanier, Vétroz VS
Chasselas Mollignon Terre Promise, Adrian & Diego Mathier, Salgesch VS
Roséwein L'Œil de Perdrix, Château d'Auvergnier NE
Rotwein Dôle des Monts, Maison Gilliard, Sion VS
Domaine Burnier, Pinot Noir, Praz (Vully) FR

ANZEIGE

+
*MALANS AOC PINOT NOIR
WEINGUT VON SALIS 2022, 75 CL
.....
21.50 (10 CL = 2.87)

+
*VALAIS AOC PETITE ARVINE
LES TRÉSORS DE FAMILLE
MAISON GILLIARD 2022, 75 CL
.....
24.95 (10 CL = 3.33)

+
*VALAIS AOC HEIDA DE VEX
CLOS DE LA COUTA JEAN-RENÉ
GERMANIER 2022, 75 CL
.....
27.95 (10 CL = 3.73)

+
*VALAIS AOC HEIDA DE VEX
CLOS DE LA COUTA JEAN-RENÉ
GERMANIER 2022, 75 CL
.....
27.95 (10 CL = 3.73)

Highlights aus dem Mondovino-Sortiment

Exklusiv online erhältlich:
mondovino.ch/highlights

Preis- und Jahrgangsänderungen sind vorbehalten.
Coop verkauft keinen Alkohol an Jugendliche unter 18 Jahren.
*Nur auf mondovino.ch erhältlich

Weihnachtliche Nussgenüsse

Die **Schwarznüsse** aus dem Berner Seeland sind gesunde Alleskönner mit viel Eiweiss und Vitaminen.

DANIEL TSCHUDY

Rund um die Berner Gemeinde Seedorf sammeln sich viele kleine Weiler und Dörfer. In einem davon, Lobsigen, lebt der Landwirt Ueli Affolter, dessen Kinder Christian und Rebecca und der Schwiegersohn Michael Engelhardt, ein von «Gault Millau» ausgezeichneter Koch.

Der Bauernhof Lobsigen ist Heimat und Lebensgrundlage des Familienbetriebs, heute zelebriert in der eigenen «(Ge-)Nuss-Boutique». Das Herzensobjekt ist die Schwarznuss, eine veredelte Baumnuss, die jeweils von Hand geerntet wird. Das geschieht jeweils zur Sommersonnenwende, bevor die Nüsse reif sind. Ueli Affolter weiss, warum: «Zu diesem Zeitpunkt haben die Nüsse die Energie der Erde bereits aufgenommen, die Frucht selbst ist aber noch nicht reif und die Schale nicht ausgehärtet.»

Die Nüsse werden dann mindestens sechs Monate auf dem Familienhof gelagert, bis sie beginnen, ihren charaktervollen Geschmack zu entwickeln. Aber Affolter insistiert, dass die volle Genussreife erst nach weiteren zwei Jahren erreicht werde.

Eigentlich haben diese Nüsse eine alte Tradition und waren in der Antike sogar Symbol der Fruchtbarkeit. Später wurden sie als Wintervorrat eingekocht und im Keller gelagert. Der Familienbetrieb spielt aber in der Neuzeit und bedient und



Da macht sich Vorfreude breit – Weihnachten kann kommen.

vermarktet die Baumnüsse als gesunde Alleskönner: Sie versorgen den Körper mit ungesättigten Fettsäuren, Eiweissen, Vitaminen und Antioxidantien.

Auch als Digestif

Laut Familie Affolter gleichen Schwarznüsse ein bisschen Trüffeln und werden teilweise ähnlich serviert. Je feiner sie geschnitten oder gehobelt sind, desto intensiver entfaltet sich

ihre Aromatik. Sie passen hervorragend zu gereiftem Käse oder zu Fleischgerichten wie Carpaccio, Tatar oder Wildpasteten.

Mit den Nüssen werden in der eigenen Manufaktur in Lobsigen noch andere Produkte hergestellt, etwa Pasta aus proteinreichem Baumnußmehl oder der tiefschwarze Baumnußlikör «Noci». Er hat einen stimulierenden, bitter-süssen Geschmack, verfeinert mit Aromen von Vanille und Zitronenschale. Der «Noci» eignet sich sehr gut als Verdauungsschnaps nach einem guten Essen, am besten leicht gekühlt oder auf Eis serviert.

Die Nussknacker des Berner Seelands sind stolz auf ihren modernen Betrieb; so stehen ihre Bäume allesamt auf reiner Biodiversitätsförderfläche. Die ökologischen Ausgleichsflächen der Familie sollen der einheimischen Tier- und Pflanzenwelt einen natürlichen Lebensraum bieten.

Die Familie hat zum Thema einen Buchtitel: «Walnuss» der Ernährungswissenschaftlerin und Gastronomin Margot Fischer, erschienen im Mandelbaum Verlag. Darin findet man Hintergrundwissen und geniale Rezepte. Für die Liebhaber des Balletts: Das Märchenballett «Nussknacker und Mausekönig» wird im Musical Theater Basel am 17. Dezember 2023 nachmittags und abends aufgeführt – in einem etwas anderen Format: Die Vorführungen werden von einem Erzähler begleitet, der mit kleinen Gedichten und Anekdoten unterhält.

www.schwarznuess.ch

AUSSERGEWÖHNLICHER COCKTAIL MIT JAPANISCHEM SAKE

Hinoki Martini zum Apéro

Wenn irgendwo an der Hudson Street im West Village von Manhattan irgendeine kreative Bar schöne Cocktails erfindet, dann ist das hierzulande normalerweise nicht weiter erwähnenswert. Ausser die Betreiber spielen mit den Geschmäckern und mischen die klassische Idee eines Cocktails mit japanischem Reiswein auf. Hätte James Bond diese Variante gekannt, hätte er vielleicht auf seinen klassischen «Vesper» verzichtet. Vesper entstand 1963 im ersten Bond-Buch; eine Mixtur zu drei Teilen Gin, einem Teil Wodka sowie einem halben Teil Lillet (einer Kombination von 85 Prozent Bordeaux-Weinen und 15 Prozent Mischung aus exotischen Zitrusfrüchten).

Und so schaffte es die Bar Katana Kitten in die internationalen Nachrichten: Es ist eine japanisch-amerikanische Cocktailkneipe, die vom Barkeeper Masahiro Urushido geführt wird. Kurz vor Corona eröffnet, konnte der Betrieb die Pandemie überleben und blüht nun regelrecht auf. Eine Auszeichnung reiht sich an die andere, so wurde Urushido beispielsweise in die «World's 50 Best Bars» aufgenommen – natürlich alles aus amerikanischer Perspektive. Aber das Lokal macht schon mit der Einrichtung auf sich aufmerksam, immer mit einem japanisch-amerikanischen Blickwinkel, und präsentiert sich letztlich als gefragter Partyort mit ziemlicher Lautstärke. Die Getränkekarte ist schlank, und sie umfasst zum Beispiel «Boilermaker»-Angebote.



Das Holzgefäss Masu zelebriert den Cocktail.

Das sind «Shot and a Beer»-Drinks, in Amerika meistens ein Glas Bier gemischt mit einem Schuss Whiskey. Oder es gibt Drinks auf der Basis einer Spirituose, die man mit einem kohlenstoffhaltigen Getränk mischt. Und dann kommt eben der Hinoki Martini, ein verspielter Cocktail, der die Trinkkulturen

von Ost und West verschmelzen lässt. Barkeeper Masahiro Urushido publizierte schon vor zwei Jahren ein Fachbuch zum Thema; es trägt den Titel «The Japanese Art of the Cocktail». Und deshalb will, wer heute die Katana-Kitten-Bar besucht, meist auch diesen Hinoki-Cocktail versuchen.

Laut Urushido sind die Zutaten für seine Kreation 37 ml Wodka, 37 ml Gin, 15 ml Sherry und 7 ml Sake. Serviert wird der Cocktail eiskalt in einem Masu – im alten Japan waren das quadratische Holzbecher zum Geniessen von Sake. Ein bisschen trägt dadurch auch der feine Zedernduft des Holzes zum Geschmack bei. Die Herstellung der Masu-Becher, meistens von Hand verarbeitet, ist ein eingetragenes Weltkulturerbe, und so folgt der Genuss von Sake aus hölzernen Karaffen und Bechern einer langen Tradition. Von Japan aus bis heute ins West Village in New York. Das «Katana Kitten» ist täglich ab 16 Uhr, am Samstag ab 14 Uhr und bis 2 Uhr in der Nacht geöffnet.

Daniel Tschudy

www.katanakitten.com



Buch: «The Japanese Art of the Cocktail».

ANZEIGE

BARONS DE ROTHSCHILD
CHAMPAGNE
Concordia BRUT

Arvi, dein Wein

Entdecken Sie unsere hervorragende Weinauswahl.

ENJOY RESPONSIBLY



CELEBRATING LIFE SINCE 1743

MOËT & CHANDON

