

Messer & Gabel

Ganz und gar



«Nose to Tail» ohne Kompromisse
mit Koch Klaus Leuenberger. >> Seite 2

Neue Jahresserie: «Geschmackssache»

Jung und alt – so beeinflusst das Tieralter
die Fleischqualität. >> Seite 6

Fermentieren geht über Studieren

Wie der Koji-Pilz die Fleischküche
revolutioniert. >> Seite 12

*Zu Besuch im
Restaurant Erner Garten im Goms*



INNERE
Werte

Der «Berglandhof» in Ernen ist vieles in einem: Generationenhaus, Hotel, Bauernhof und Restaurant. Letzteres betreibt Koch Klaus Leuenberger. Das ganzheitliche Konzept des «Berglandhofs» setzt er auch in seiner Küche um. Alles vom Tier zu verwenden, also auch seine Innereien, ist ein wichtiger Teil dieser Philosophie.



Die Küche des Emirs von Katar war Klaus Leuenbergers letzte Station, bevor es den Weltenbummler vor 22 Jahren ins kleine Walliser Dorf Ernen verschlagen hat. Leuenberger erzählt, wie in Katar Innereien ganz selbstverständlich zu seinem Küchenrepertoire gehörten. Zurück in der Schweiz habe er sich jedoch langsam an das Thema herantasten müssen. Die Hemmschwelle sei gross gewesen, als Gastronom auch auf anderes als edles Muskelfleisch zu setzen. Heute nimmt man dem versierten Koch diese anfänglichen Skrupel nicht mehr ab. Innereien finden sich in seinen Menüs so selbstverständlich wie jedes andere Stück Fleisch.

Küche von Berg und Tal

Obwohl Leuenbergers Küche heute mit 16 GaultMillau-Punkten ausgezeichnet ist, lässt sie sich wohl am besten mit «boden-

ständig» beschreiben. Das Terroir inspiriert seine Kreationen – das Wallis mit seinem fruchtbaren Talboden, den Weinen und den unzähligen Produkten, die in den Bergen produziert, gejagt oder gesammelt werden. Und so finden sich in Leuenbergers Gerichten von Schlüsselblumen, Fichtennadeln über Steinbock und Murmeltier bis hin zu Kastanien- und Roggenmehl hauptsächlich Produkte aus der Region. Und dann ist da noch der eigene Bauernhof. Was der Landwirtschaftsbetrieb des «Berglandhofs» an Gemüse, Kräutern, Fleisch und Eiern abwirft, ist ebenfalls ein wichtiger Bestandteil von Leuenbergers Küche.

Ganzheitlich durch und durch

Als Pächter des Restaurants Erner Garten war Leuenberger schon bei Beginn des Projekts «Berglandhof» an Bord. Seit 2017 bilden das Restaurant, das Generationen-

haus, das Hotel und der Landwirtschaftsbetrieb ein grosses Ganzes. Alle Bereiche ergänzen sich gegenseitig. «Der grösste Luxus an diesem Arrangement ist es», so Leuenberger «mit Produkten aus hauseigener Landwirtschaft arbeiten zu können.» So bezieht er auch einen Grossteil seines Fleisches vom eigenen Hof. Dort wird ausschliesslich mit alten Tierrassen wie dem Hinterwälder Rind oder dem Walliser Landschaf gearbeitet. «Wer sein Fleisch mit direktem Bezug zum Tier bezieht, geht automatisch viel bewusster damit um. Kompromissloses «Nose to Tail» ist in meiner Küche darum heute selbstverständlicher denn je. Ganz oder gar nicht – diesen Grundsatz habe ich bereits als Kind verinnerlicht. Hier in Ernen habe ich gelernt, ihn auch als Gastronom konsequent umzusetzen.»

Aufs Ganze gehen

Koch Klaus Leuenberger rät der Gastronomie zu mehr Mut, wenn es um Innereien geht. Denn ihre Verwendung ist nicht nur sinnvoll, sondern auch praktisch, günstig und attraktiv für den Gast.

«In meiner Familie waren Innereien Normalität. Meine Brüder und ich waren immer neidisch auf unsere Grossmutter, denn wenn es Hirn gab, gehörte diese Delikatesse ihr ganz alleine.» Obwohl Klaus Leuenberger mit dem Verzehr von Innereien aufgewachsen ist, hat er sich als Koch lange gescheut, solche Stücke auf die Karte zu nehmen. «Mit der Zeit habe ich jedoch angefangen, mir gewisse Freiheiten zu erlauben.» Aus Überzeugung und Liebhaberei hat Klaus Leuenberger inzwischen mehrere Gerichte mit Innereien auf der Karte. Am Anfang habe er das mehr für sich gemacht: «Ich esse gerne Innereien und dachte mir, wenn es die Gäste nicht essen, esse ich es selber.» Doch so oft muss er das gar nicht tun. Denn mittlerweile hat es sich herumgesprochen, dass man im «Erner Garten» so manche Spezialität bekommt, die man anderswo lange suchen muss. Und auch wenn es nicht sein Kerngeschäft ist, die Arbeit mit Innereien zahlt sich für Leuenberger aus: «Es sind unkomplizierte Produkte. Wenn man einmal damit umzugehen weiss, machen sie nicht viel Arbeit, lassen sich gut vorbereiten, sind vielseitig und zu jeder Jahreszeit einsetzbar. Und last but not least: Innereien sind günstig.» Einziges Muss beim Ganzen: «Eine gute Beziehung zu einer lokalen Metzgerei. Am besten zu einer, in der noch selber geschlachtet wird.»

So vielfältig sind Innereien

Hand aufs Herz!

Mit seiner frischen Art der Innereienküche hat sich Klaus Leuenberger mittlerweile weitherum einen Namen gemacht. Seine Gäste schätzen die Abwechslung und sind experimentierfreudiger als gedacht.



NIERLI UND HODEN VOM LAMM

Diese beiden Stücke sind äusserst unkompliziert in der Zubereitung. Es sind sehr zarte Stücke. Man kann sie ohne grosse Vorarbeit à la minute blanchieren oder kurzbraten. Für eine frühlinghafte Vorspeise frittiert Leuenberger Nierli und Hoden vom Walliser Landschaf im Bierteig und richtet sie als Frittata auf frischer Brunnenkresse an. Diese pflückt er gleich am Bach vor dem Haus.



ZUNGE VOM SCHWEIN

«Die Zungen, die ich einkaufe, sind ungepökelt und roh. Ich muss sie also immer gut durchgaren und anschliessend schälen», so Leuenberger. Vorzugsweise bereitet er die Zunge gleich mit der Sauce und dem Gemüse im Sous-vide-Garer zu. So entsteht ein saftiges Schmorgericht, das sich sehr gut vorbereiten lässt. Für «Messer & Gabel» siedet Leuenberger eine Schweinszunge im Gemüsesud und serviert sie mit Holunder-Balsamico-Jus und jungem Mangold.



HERZ UND LUNGE VOM KALB

In Österreich wird diese Kombi «Beuscherl» genannt. Herz und Lunge werden dafür in einem Sud gegart, der als Grundlage für die Saucen dient. Während das Herz fein tranchiert von einer Rotweinsauce begleitet wird, wird die Lunge in feine Streifen geschnitten und mit einer Safran-Weisswein-Sauce angerichtet. Junge Frühlingzwiebeln bringen zudem einen ersten Hauch von Frühling ins Gericht.

Tipps vom Profi

VORBEREITEN

LUNGE

- Die grössten Bronchien entfernen.
- Mehrmals wässern. Beschweren, damit die Lunge nicht obenauf schwimmt.
- Beschweren im gesalzenen Gemüsesud garen.
- Aus dem Sud nehmen und mit 1–2 kg beschwert im Kühlschrank auskühlen lassen. So gepresst, lässt sich die Lunge gut schneiden.

HERZ

- Die grössten Blutgefässe, Sehnen und das Fett entfernen.

ZUNGE

- Sieden und noch heiss schälen.

NIERLI

- Je frischer, desto besser für Geschmack und Konsistenz.
- Wird kurzgebraten, Nierenfett und Haut dafür entfernen.

HODEN

- Kurz blanchieren, um die zähe Aussenhaut zu entfernen.

ZUBEREITEN

- Paniert als Schnitzel
- Als Geschnetzeltes
- Paniert frittieren

- Ganz als Schmorbraten im Ofen
- Als Siedfleisch im Gemüsesud
- Kurzgebraten (je nach Grösse des Herzens in Streifen oder am Stück)
- Als Carpaccio
- Als Geschnetzeltes

- Sieden im Gemüsesud
- Sous-vide schmoren

- Kurzbraten
- Ganz im Ofen gebraten
- Das Nierenfett für Rösti verwenden

- Kleinere Stücke ganz sautieren oder panieren und frittieren
- Grössere Stücke in Scheiben sautieren oder panieren und frittieren



Viehhändler Beat Rubin hat Tiere aller möglicher Rassen und jeden Alters in seinen Ställen.



Rubin handelt mit Nutz-, Zucht- und auch Schlachtvieh. Der direkte Austausch mit dem Metzger seines Vertrauens, Hans Boss, gehört zu seinem Job.

IM BESTEN ALTER

Neues Jahr – neue Jahresserie. 2020 gehen wir an dieser Stelle der Frage nach, was Fleischqualität ist und wie sie entsteht. Am Beispiel Rindfleisch untersuchen wir verschiedene Faktoren und fragen nach ihrem Einfluss auf die Fleischqualität. Wir beginnen mit dem Faktor Alter. Beim Viehhändler und im Gespräch mit einem Experten für Fleischqualität haben wir nach Antworten gesucht.



Beat Rubin hat sie alle im Stall: das Kalb, das Rind, die Kuh. Auch ein Stier findet sich unter den Rindern. Ochsen hat Rubin momentan keine. Dafür hat er Kühe der Rassen Red Holstein, Simmental, Angus und schwarz-weiss gefleckte Holstein: Milch-, Zweitnutzungs- und Fleischerassen bunt gemischt. Spätestens jetzt wird klar: Ein normaler Bauer ist Beat Rubin nicht. Ansonsten sähe es eintöniger aus in seinem Stall. Entweder – oder. Fleisch oder Milch. Doch Beat Rubin aus Wilderswil ist Viehhändler. In seinen Ställen hält er Tiere jeden Alters und verschiedenster Rassen.

Der Viehhändler ist Zwischenstation

Bei Bauern im Berner Oberland, auf Viehmärkten in der Innerschweiz und manchmal auch im Tessin kauft Beat Rubin Tiere ein, um sie danach weiterzuverkaufen. Da er ein Viehhändler ist, steht sein Stall nur für eine Zwischenstation im Leben dieser Tiere. Je nach Biografie geht es für sie weiter zu neuen Besitzern oder zum Metzger. Denn Rubin handelt sowohl mit Schlacht- als auch mit Nutztvieh. «Als Zwischenhändler nehme ich den Bauern die Arbeit ab, die sie hätten, wenn sie ihre Tiere selber handeln würden»,

so Rubin. Zu dieser Arbeit gehört längst nicht nur das Verkaufen selber. So zieht Rubin zum Beispiel sogenannte Tränkerkälber auf. Denn bevor Kälber in die Mast oder Aufzucht verkauft werden können, müssen sie das richtige Alter haben. Solche Tiere werden, nach den ersten Wochen auf ihrem Geburtshof, in Rubins Stall verlegt und dort optimal versorgt, bis sie Gewicht und Alter erreicht haben, dass sie weitergegeben werden können. Ein anderes Beispiel ist die zeitintensive Ausmast von Milchkühen. Auch das eine Arbeit, die Bauern oft dem Viehhändler überlassen.



Viehhändler Beat Rubin

So endet jede Kuh

In Rubins Ställen stehen auffällig viele Kühe. Alle diese Tiere haben bereits mindestens einmal in ihrem Leben gekalbt. Denn das ist es, was sie per Definition vom Rind zur Kuh werden lässt. Entsprechend hat auch jedes dieser Tiere schon Milch gegeben. Für einige unter ihnen – die Milchkuhe – war das sogar die Hauptaufgabe. Damit eine solche Kuh Milch gibt, muss sie in regelmässigen Abständen, rund einmal jährlich, kalben. Kann sie das aus irgendeinem Grund nicht mehr, macht es für den Milchbauern keinen Sinn, sie zu behalten. Auch eine nachlassende Milchleistung führt dazu, dass solche Tiere ersetzt werden müssen. Beat Rubin hat einige ausgediente Milchkuhe in seinem Stall. Seine Aufgabe ist nun, sie aufzufüttern, damit sie mehr Fleisch ansetzen. Denn am Ende werden alle diese Tiere dem Metzger verkauft.

Kuhfleisch ist nichts Aussergewöhnliches

Ein Viehhändler arbeitet immer eng mit den Verarbeitern zusammen. Beat Rubins Metzger des Vertrauens ist Hans Boss aus Grindelwald. Neben Rindern kauft dieser bei



Metzgermeister Hans Boss

Rubin auch ausgemästete Milchkuhe. «Heute landet so gut wie jede Milchkuh in irgendeiner Form auf unseren Tellern», so Boss. «Nach ein paar Monaten in der Ausmast sind auch ehemals magere Milchkuhe gut im Fleisch.» Dieses wird heute grösstenteils zu Hack-, Wurst- oder Trockenfleisch verarbeitet. Auch Rindfleisch zweiter Klasse, das in der Gastronomie gehandelt wird, stammt oft von Kühen. «Genau genommen handelt es sich heute bei Kuhfleisch jedoch immer um Fleisch von relativ jungen Tieren», präzisiert Boss «Denn älter als fünf bis sechs Jahre werden Kühe heute kaum mehr.» Das Zubereiten von Fleisch wirklich alter Tiere ist nicht abwegig, man sollte es aber – da sind sich Boss und Rubin einig – den Fachleuten überlassen: «Die 15-jährige Kuh ist selten und in jeder Hinsicht ein Nischenprodukt.»

SCHMACKHAFT AUCH IM ALTER

Unser Experte für Fleischqualität, Dr. Martin Scheeder, bestätigt: Tieralter und Fleischqualität, hängen zusammen.

Dies äussert sich vor allem in der Textur des Fleisches.

Die Aromatik, so der Experte, ist weniger vom Altersfaktor betroffen.

Herr Scheeder bevor wir zum eigentlichen Thema kommen. Wie wird heute Fleischqualität beurteilt?

Für mich als Wissenschaftler ist Fleischqualität die Summe aller sensorischen, ernährungsphysiologischen, hygienischen und technologischen Eigenschaften des Fleisches.

Und wie beurteilen die Konsumenten/-innen?

Für die Verbraucher/-innen sind vor allem die sensorischen Eigenschaften relevant. Also Aussehen, Aroma, Saftigkeit und Zartheit. Zusätzlich zu diesen Genusswerten wird je länger, je mehr ein weiteres Wertesystem wichtig: der ethische Wert. Hier spielen

Faktoren wie Tierwohl, Umweltschutz und Klima eine Rolle. Alles schwer messbare Werte, die die laienhafte Beurteilung von Fleischqualität jedoch erheblich beeinflussen.

Gibt es in der Schweiz festgelegte Qualitätskriterien für Rindfleisch?

Es gibt ein Qualitätssystem für Schlachttiere und Schlachtkörper. Es gibt jedoch keine verbindlichen Richtlinien, die auf die Ansprüche der Verbraucher/-innen ausgelegt sind. Wenn es um den ethischen Wert geht, wird das oft an Labels delegiert. In Bezug auf sensorische Qualität basiert das schlicht auf dem Vertrauen zum Metzger. Am Selbstbedienungsgestell ist man diesbezüglich auf sich allein gestellt.

Dann lassen Sie uns jetzt konkret werden: Wie äussert sich das Alter eines Tieres sensorisch?

Am markantesten verändert sich die Textur des Fleisches. Es verliert an Zartheit. Das hat damit zu tun, dass sich mit zunehmendem Alter die Qualität des Bindegewebes im Muskel verändert: Je älter das Tier, desto länger dauert es, bis sich das Bindegewebe im Fleisch unter Einfluss von Hitze und Wasser löst. Und erst aufgelöstes Bindegewebe ist gut kaubar. Nehmen wir zum

Beispiel das Eckstück vom Stotzen, beim Kalb kann ich daraus Wiener Schnitzel machen, beim einjährigen Muni ein Saftplätzli und bei der 6-jährigen Kuh mache ich wohl am besten Sauerbraten draus.

Und wie verändert sich das Aroma des Fleisches mit zunehmendem Alter des Tieres?

Fleischgeschmack ist ein hochkomplexes Thema. Man weiss bis heute, dass er von mehreren 100 Komponenten beeinflusst wird. Deren Ausprägung hängt von Faktoren wie Tierart, Rasse, Fütterung, Geschlecht, Schlachtung und Zubereitung ab. Ein Grossteil von dem, was wir als typisches Fleischaroma wahrnehmen, entsteht erst bei der Zubereitung. Rohes Fleisch an sich ist recht fade. Man geht heute davon aus, dass es das Magerfleisch ist, das den Eigengeschmack von Fleisch bestimmt. Das Alter kann dabei insofern eine Rolle spielen, als sich bei älteren Tieren der Anteil verschiedener Muskelfasertypen verschiebt. Ihr Fleisch wird dunkler, ist eisenhaltiger und es kann sein, dass das den Eigengeschmack des Fleisches verstärkt.

Wie steht es mit dem Fett im Alter?

Auch Fette haben einen Einfluss auf die Fleischaromatik. Was wir in den Fetten

schmecken, hat aber mehr mit der Fütterung als dem Alter des Tieres zu tun.

Das Vorurteil, Kuhfleisch sei minderwertig, hält sich hartnäckig unter Verbrauchern/-innen. Was halten Sie dagegen?

In der Schweiz kommt kein minderwertiges Fleisch auf den Markt. Es kommt lediglich darauf an, was man damit macht. Ich würde sogar behaupten, dass eine aufgefütterte 5-jährige Milchkuh aufgrund ihres Geschlechts schöner marmoriertes Fleisch geben kann als ein jähriger Mastmuni. Das Fleisch der Kuh würde dank mehr intramuskulärem Fett in der Beurteilung des Genusswerts vermutlich besser abschneiden.

Welchen Mehrwert haben Gastronomen/-innen, die auf das Fleisch älterer Tiere setzen und das kommunizieren?

Die haben in erster Linie eine gute Geschichte. Und das hat viel Wert heute. Dieser Wert ist nicht messbar, wird aber die Wahrnehmung des Produkts positiv beeinflussen. Mit Fokus auf das Produkt – den man als Gastronom/-in haben sollte – ist es aber vor allem wichtig, zu wissen, was man einkauft. Fleischqualität ist also auch eine Frage des Engagements, indem man direkte Beziehungen zu Produzenten, Verarbeitern oder dem Handel pflegt.



Dr. Martin Scheeder

ist Agrarwissenschaftler und Dozent für Fleischqualität und -technologie an der Berner Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften (HAFL). In unserer Jahresserie unterstützt er uns mit seiner wissenschaftlichen Sicht auf die Dinge.

FIT FÜR DEN KUHHANDEL

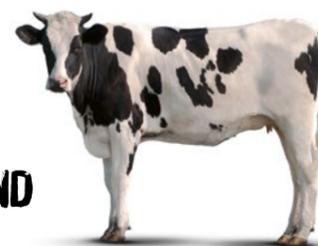
Was macht das Rind zur Kuh? Das Kalb zum Rind? Und wie war das mit dem Ochsen? Fragen über Fragen. Unsere kleine Viehkunde schafft Abhilfe.

KALB



Viehhändler und Metzger unterscheiden je nach Gewicht und Alter drei Stadien im Leben eines Kalbes: Tränker, Kalb und Jungvieh. In der Regel ist ein Mastkalb nach ungefähr 160 Tagen schlachtreif. Sehr oft handelt es sich bei Kälbern, die geschlachtet werden, um männliche oder weibliche Tiere, die nicht für die Nachzucht verwendet werden.

RIND



Für den Profi ist ein Rind ein weibliches Tier mit maximal vier Schaufeln (bleibende Schneidezähne), das noch nie gekalbt hat. Auf der männlichen Seite kommen die Ochsen, also kastrierte Tiere, dieser Kategorie am nächsten. Beide sind in der Regel zwischen einem und zwei Jahren alt, wenn sie geschlachtet werden.

MUNI



Munis kommen in der Regel in die spezialisierte Munimast, wo sie nach ungefähr einem Jahr geschlachtet werden. Das Fleisch der jährigen Tiere wird als Rindfleisch verkauft. Werden die Stiere älter – das sind oft nur einzelne Zuchtbullen – wird ihr Fleisch wie Kuhfleisch gehandelt.

KUH



Die Geburt des ersten Kalbes macht das Rind zur Kuh. In der Regel sind die Tiere dann etwa 2- bis 3-jährig. Bei diesen Tieren handelt es sich entweder um Zuchttiere oder Milchkuhe. Unabhängig vom Schlachtagter wird dieses Fleisch meist als sogenanntes Verarbeitungsfleisch gehandelt.

Restaurant zum Löwen, Messen

Das Generations- haus

Seit bald 200 Jahren ist das imposante Riegelhaus an der Hauptstrasse in Messen in Besitz der Familie Graber. Heute wird dort in fünfter Generation erfolgreich gewirtet. Im Säli, in der Gaststube und einer kleinen Gartenwirtschaft meistern Sebastian und Manuela Graber-Willi gekonnt den Spagat zwischen Landgasthof und Fine Dining.

Sebastian Graber, «Familiengeschichte seit 1822» ist Ihr Slogan, worum geht es in dieser Geschichte?

Darum, dass unsere Familie seit sieben Generationen mit diesem Haus verbunden ist. Angefangen hat alles mit der Zimmerei unserer Vorfahren, die dieses Haus 1822 erbaut haben. Doch aus der Zimmermannswerkstatt wurde bald einmal eine einfache Schenke. Und so konnte mein Urgrossvater 1917 von seiner Grossmutter das Restaurant zum Löwen übernehmen. 1957 übernahmen meine Grosseltern, 1978 meine Eltern und 2017 schliesslich ich und meine Frau.

Fährt man über Land nach Messen, sieht man viele alte Landgasthöfe. Die meisten davon sind jedoch geschlossen. Sie haben Ihren Gasthof eben erst übernommen – ist es eine gute Zeit dafür?

Es stimmt, in vielen kleineren Dörfern gibt es heute weder Läden noch Restaurants. Messen ist jedoch ein bisschen grösser als die meisten Orte in der Gegend. Hier gibt es noch zwei Restaurants. Wir sind eines davon. Eine unserer Aufgaben ist es darum auch, Dorfrestaurant zu sein.

Das bedeutet?

Vor allem mittags ist es wichtig, Handwerker, Büroangestellte oder auch ältere Menschen abzuholen. Wir haben durchgehend offen, so-

dass auch Nachmittagsgäste herzlich willkommen sind. Das ist die Aufgabe einer Dorfbeiz. Am Abend hingegen darf es in den gleichen Räumen etwas gehobener zu- und hergehen. Die Abendkundschaft reist dafür auch mal von weiter her an.

Was bekomme ich im «Löwen» also zum Zmittag?

Mittags liegt der Fokus vor allem auf erschwinglichen und doch hochwertigen Mittagmenüs. Als Landgasthof dürfen wir durchaus auch währschaft kochen. Fleisch ist dabei zentral. Und weil wir dafür zu «einfacheren» Dingen wie einer guten Wurst, einem Ragout oder zu einem Stück Siedfleisch greifen, können wir trotzdem immer auf Schweizer



Verdient – die Auszeichnung «Wir setzen auf Schweizer Fleisch» gab es für die Erstplatzierten beim Best of Swiss Gastro Award in der Kategorie «Classic» obendrauf. Denn ob mittags oder abends: Um Schweizer Fleisch führt im «Löwen» in Messen nichts herum.



SHORT FACTS

zum Restaurant zum Löwen



Bijou

Das schöne Riegelhaus im Zentrum von Messen ist seit fast 200 Jahren in Besitz der Familie Graber. Im Innern vermischen moderne Elemente sich wunderbar mit Altem wie dem Kachelofen, der getäferten Gaststube oder dem alten Kellerhüsl.



Die ganze Palette

Sei es für einfachere Fleischgerichte am Mittag, den Abendbetrieb mit Fokus auf edle Stücke oder die wöchentlich wechselnden Special Cuts – im «Löwen» setzt man selbstverständlich auf Schweizer Fleisch.



Familienbande

Der «Löwen» in Messen ist ein Familienbetrieb, wie er im Buche steht. Seit 2017 sind Sebastian und Manuela Graber-Willi am Ruder. Aber auch Grabers Eltern sind nach wie vor im Betrieb engagiert.

Fancy Special Cuts im Landgasthof – wie kommt das?

Angefangen hat alles als Test. Neben Klassikern wollten wir etwas ausprobieren, was trendig, jung und modern daherkommt. So können wir Fleischliebhabern auch mal etwas Neues bieten und aufzeigen, dass es nicht immer ein Edelstück sein muss. Und siehe da, es hat sich wunderbar bewährt.

Fleisch setzen. Die Menüs wechseln täglich und man kann sie sogar als Take-away mitnehmen. Das ist ideal für alle, die gleich wieder zur Arbeit müssen.

Und abends?

Der Abend ist unser Kerngeschäft. Da haben unsere Gäste die Wahl zwischen à la carte und dem Tasting-Menü. Weil wir klassisch gehoben kochen, haben wir abends oft Edelstücke im Angebot. Neben diesen setzen wir seit Neustem auch auf Special Cuts. Diese ändern je nach Angebot und werden ohne grosses Drumherum serviert: feinstes Fleisch, verschiedene Saucen und Pommes frites auf dem Holzbrettchen – Punkt.

Der Koji-Pilz wächst auf Getreide – am liebsten auf Reis. Um den Pilz für die Fermentation einzusetzen, werden die Reiskörner als Ganzes verarbeitet.

DER WUNDERPILZ

FASZINATION KOJI-FERMENTATION

Geschmack, Textur und Haltbarkeit – darum geht es, wenn man Lebensmittel fermentiert. Auch Fleisch lässt sich wunderbar fermentieren. Dass das auch im Alltag möglich ist, demonstriert Koch und Fermentista Matteo Leoni.



Die Koji-Marinade (Shio-Koji) wird im Verhältnis 1:10 auf das Fleisch aufgetragen. Je nach Fleisch variiert die Einwirkzeit. Das Federstück vom Rind liegt gekühlt gut 24 Stunden in der Marinade.



Zart dank Koji – fermentiert man Fleisch mit Koji, wird aus einem Siedstück ein zartes Kurzbratstück.

Das Grundprinzip beim Fermentieren ist einfach: Mikroorganismen wie Pilze, Bakterien und Hefen verändern Zucker, Stärke, Eiweiße und Fett in Lebensmitteln. Dabei produzieren sie Stoffe, die Geschmack, Textur, aber auch die Haltbarkeit eines Produktes positiv beeinflussen. «In unseren Breitengraden fermentiert man meist mithilfe von Milchsäurebakterien. So entstehen Sauerkraut, Salami, Käse oder Joghurt», erklärt Matteo Leoni, Inhaber der Fermentationsmanufaktur pureTaste. Er selber greift momentan am liebsten zu einer anderen Art der Fermentation. Der Hauptakteur dabei: der Koji-Pilz *Aspergillus oryzae* – ein Edelpilz, der in Japan seit Jahrtausenden zum Fermentieren verwendet wird. «Miso und Sake sind die berühmtesten Produkte, die durch die Koji-Fermentation entstehen. Doch es gibt fast nichts, was ich nicht mit Koji fermentieren würde.»

Das ist Koji

Um an Koji zu gelangen, gibt es zwei Möglichkeiten. Entweder man kauft fertigen Koji-Reis oder Koji-Pulver oder aber man zieht den Pilz wie Matteo Leoni selber. Um Koji herzustellen, impft er gekochten Reis mit *Aspergillus-oryzae*-Sporen. Diese bekommt man in Japangeschäften oder im Internet. Den geimpften Reis

lässt Leoni 48 Stunden bei 30 bis 35 °C liegen.

Der Pilz ernährt sich vom Reis und wächst. Bald schon ist jedes Reiskorn mit einem von bloßem Auge kaum sichtbaren weissen Flaum überzogen. Während seines Wachstums produziert der Koji-Pilz Enzyme. Diese schliesslich sind für den Fermentationsprozess verantwortlich, wenn man später Produkte mit dem Koji behandelt – spricht: fermentiert. Getrocknet ist der Koji-Reis und somit der Koji gut haltbar.

Zart und umami dank Koji

An einem Federstück vom Rind demonstriert Leoni nun, wie Koji auch in der Fleischküche eingesetzt werden kann. Dafür verarbeitet er Koji-Reis mit Wasser und Salz zu einer milchigen Marinade (siehe Infobox). «In Japan nennt man diese Flüssigkeit Shio-Koji. Wenn ich Fleisch mit dieser Marinade fermentiere, geht es mir um Geschmack und Textur. Geschmacklich wird das Fleisch leicht salzig und vor allem unglaublich umami. Zudem machen die enzymatischen Prozesse, die der Koji in Gang setzt, das Federstück so zart, dass ich es am Schluss wie ein Edelstück kurzbraten kann. Das ist wie eine Art beschleunigtes Dry Aging.» Und genüsslich kauend fügt Leoni an: «Ich staune immer wieder über die Wunder, die der Koji-Pilz vollbringt.»

Matteo Leoni

Der Basler Koch mit italienischen Wurzeln widmet sich seit 2017 ausschliesslich dem Fermentieren. In seiner Manufaktur pureTaste verarbeitet er von Gemüse und Früchten bis hin zu Brot und Fleisch vor allem Ausschuss-Lebensmittel. Sein neuestes Koji-Produkt ist ein «Garum» – eine dunkle Würzsauce auf Fleischbasis.

KOJI IM EINSATZ

Um Koji für weitere Fermentationsprozesse oder als Geschmacksgeber zu verwenden, wird der Pilz mitsamt den Reiskörnern verarbeitet. Für die Fleischmarinade Shio-Koji püriert Leoni zu gleichen Teilen Wasser und Koji-Reis mit 5% Salz. Diese dickflüssige Koji-Marinade ist gut im Kühlschrank haltbar und kann nun pur als Salatdressing oder zum weiteren Fermentieren von Gemüse, Getreide oder eben Fleisch verwendet werden.

Nach dem gleichen Prinzip kann man Koji-Reis mit einem neutralen Öl pürieren, das Ganze ziehen lassen, abseihen und man hat aromatisiertes Koji-Öl, zum Beispiel als Geschmacks-Booster für jede Mayonnaise. Eine weitere Möglichkeit, Koji mit Fleisch zu kombinieren, ist eine Panade. Auch dabei ist man am Geschmack interessiert, den der Koji-Reis mit sich bringt. Für die Herstellung einer Koji-Panade, den Koji-Reis mahlen und das Fleisch vor dem Panieren mit dem entstandenen Koji-Mehl bestäuben.



NATÜRLICH LARS VOLL IM FLUSS

Vor einem halben Jahr hat er die Jury des Kochwettbewerbs «La Cuisine des Jeunes» von Schweizer Fleisch von sich überzeugt. Jetzt kocht Lars Spiess fürs «Messer & Gabel» und wird uns in vier Ausgaben überraschende Gerichte mit frischen Zutaten aus der Natur zaubern. Beim ersten Mal wagt er sich an ein schweizerisches Surf and Turf.

Fragt man Lars, was er in der Freizeit gerne macht, merkt man rasch: Neben der Küche ist sein Lieblingsort die Natur, ob fürs Wandern, Skifahren – oder eben Fischen. «Möchte ich richtig frischen Fisch, fange ich ihn einfach selber, am liebsten gleich in der Region. Den Fisch für dieses Gericht zog ich aus der Limmat», erzählt uns Lars, während er sein Fischtatar zubereitet. Mit etwas Limettenabrieb und Crème fraîche verfeinert, bildet die rohe Forelle den «Surf»-Teil seines Gerichts.

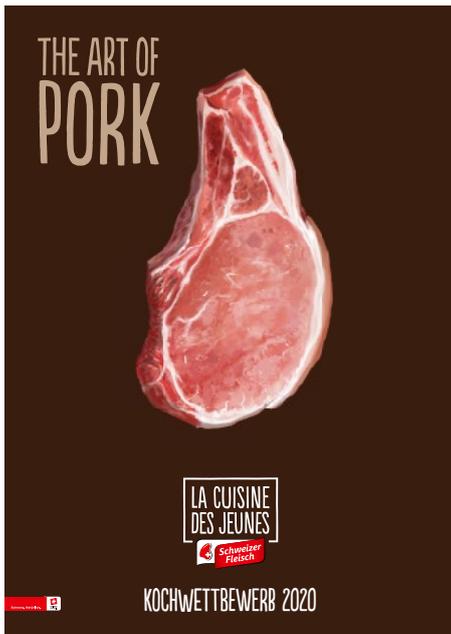
Fürs «Turf» greift Lars zu einem Special Cut, dem Flat Iron Steak: «Ich koche sehr gerne mit Special Cuts, vor allem um meine Gäste oder Freunde mit dem ungewohnten Geschmack zu überraschen.» Das Fleisch holt Lars dafür am liebsten in Eglis Hofladen im Zürcher Unterland: «Hier kauft auch meine Mutter ein. Ich kenne den Hof schon seit meiner Kindheit und weiss, dass die Qualität stimmt.» Das Flat Iron gart er sous-vide für 24 Stunden bei 54 °C und brät es dann fürs Finish scharf an.

Als Begleiter für die Forelle und das Flat Iron Steak hat sich Lars für Blumenkohl entschieden. Die Röschen gibt es als feines Püree, in Essigsud eingelegt und als Chips hauchdünn geschnitten und getrocknet. «Ich nehme gerne ein Produkt und versuche, es auf möglichst viele Arten zuzubereiten», erzählt Lars und drapiert vorsichtig den letzten, violetten Blumenkohl auf dem Tatar.

Der Sieg von Lars am LCDJ-Kochwettbewerb

Mit seinem Gericht aus Pouletfleisch gewann er den nationalen Kochwettbewerb «La Cuisine des Jeunes» 2019, doch erst als ihm Familie und Freunde gratulierten, realisierte er seinen Sieg richtig: «Es war ein tolles Gefühl und es war sicher nicht mein letzter Kochwettbewerb. Vielleicht wird's irgendwann mal der Swiss Culinary Cup.» Zuzutrauen wäre es dem Jungkoch auf jeden Fall.





18. Kochwettbewerb «La Cuisine des Jeunes»

THE ART OF PORK – GROSSE KOCHKUNST VON JUNGEN TALENTEN

Der Kochwettbewerb «La Cuisine des Jeunes» geht in die nächste Runde. Nach «The Art of Chicken» kommt 2020 «The Art of Pork». Die Herausforderung in diesem Jahr: hochstehende Kreationen mit bestem Schweizer Schweinefleisch. Wer die Jury überzeugt, kocht am 21. September am Finale in der Welle7 in Bern.

Der Kochwettbewerb «La Cuisine des Jeunes» von «Schweizer Fleisch» ist Nachwuchsförderung, die wirkt: Wer die Jury unter der Leitung von Spitzenkoch Björn Inniger überzeugt und mit seiner Kreation gewinnt, bekommt nicht nur CHF 2000.- Preisgeld, sondern steht ein Jahr lang immer wieder im Rampenlicht. Sei es hier im «Messer & Gabel», auf dem GaultMillau-Channel oder beim exklusiven Winner Dinner.

Feinste Kreationen mit Schweinefleisch

«The Art of Pork! Überzeug uns mit deinem Meisterwerk aus bestem Schweizer Schweine-

fleisch», so lautet die Aufgabe 2020. Gefragt ist ein Rezept für einen Hauptgang auf Top-Niveau. Einsendeschluss für die Kreationen ist der 13. Juli 2020. Aus allen Einsendungen wählt die Jury anschliessend die vier besten aus.

Final in der Welle7 in Bern

Die vier Finalistinnen und Finalisten werden am 21. September 2020 in der Welle7 am Berner Hauptbahnhof vor Publikum und Jury um die Wette kochen – grosse Siegesfeier inklusive.

Winner Dinner

Damit nicht genug: Die Siegerin oder der Sieger darf zusammen mit einem renommierten Schweizer Koch zum exklusiven Winner Dinner einladen und seine bzw. ihre Kreation für andere Jungköchinnen und -köche zubereiten.

Anmelden und gewinnen

Mitmachen dürfen alle Köchinnen und Köche, die ihre Lehre zwischen 2015 und 2020 abgeschlossen haben.

Weitere Infos und Teilnahmeunterlagen für den Kochwettbewerb 2020 gibt's zum Download unter lcdj.ch.



Abonnieren Sie «Messer & Gabel». Wird auch dem «GastroJournal» beigelegt.



Der feine Unterschied.

- Ich möchte in Zukunft mein persönliches Gratisexemplar von «Messer & Gabel» erhalten. d f i
 Ich bestelle gratis den Sonderbund mit den Rezepten der Finalisten des LCDJ-Kochwettbewerbs. d f

Frau Herr

Zustellung an Geschäftsadresse Privatadresse

Name:

Vorname:

Betrieb:

Unterschrift:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

E-Mail:

Telefon:

Schweiz. Natürlich.



SUISSE
GARANTIE

Für Bestellungen oder Adressberichtigungen ausgefüllten Coupon einsenden an: Proviande, «Schweizer Fleisch», Brunnhofweg 37, Postfach, 3001 Bern. **Oder per E-Mail an gastronomie@proviande.ch** oder per Fax an 031 309 41 99. Sie können «Messer & Gabel» auch online abonnieren unter schweizerfleisch.ch/messerundgabel.ch