

Messer & Gabel



SISTER ACT

*Anica und Nicole Schmid begeistern mit regionaler
Slow-Food-Gastronomie.*

>> Seite 2

«Schweizer Herzblut»

Schweizer Fleisch vom Schaf – Nischen-
produkt der Extraklasse >> Seite 6

Küchen-Avantgarde

Warum sich das Experimentieren mit neuen
Kochmethoden lohnt. >> Seite 12

Restaurant Augarten, Rheinau



DUO REGIO- NALE



Ausprobieren, umherziehen und sich ja nicht festlegen – so ticken viele junge Menschen im Alter von Anica und Nicole Schmid. Nicht so die beiden Schwestern: Mit 23 und 25 Jahren übernahmen sie gemeinsam einen Landgasthof bei Schaffhausen.

Von den Höfen, dem Rhein und den Rebbergen der Region – im Augarten gibt's nur Bestes aus der Nähe.



Als Anica und Nicole Schmid im Frühling 2020 ihr Lokal wegen des Lockdowns schliessen mussten, nutzte Nicole die Gunst der Stunde. Endlich hatte sie Zeit, sich richtig um Kommunikation und Marketing zu kümmern. Zu dieser Zeit entstand in ihrem Auftrag das Augarten-Bild, ein Gemälde im Stil der Appenzeller Bauernmalerei. Es erzählt davon, wo die beiden Schwestern herkommen, was ihnen wichtig ist und was das Restaurant Augarten ausmacht.

Die Familientradition

«Unsere Familie stammt aus dem Appenzell», beginnt Nicole Schmid zu erzählen. «Als Anica und ich acht und zehn waren, übernahmen unsere Eltern einen Bauernhof im schaffhausischen Dörflingen.» Aufgewachsen sind die beiden Schwestern also im Kanton Schaffhausen, ihre Wurzeln liegen jedoch im Appenzell.

Der Bezug zur alten Heimat wird von der Familie Schmid sorgfältig gepflegt. Anica und Nicole Schmid sind überzeugt, dass ihr ausgeprägtes Interesse für lokale Lebensmittel aus dieser Ecke kommt: «Unsere Eltern, unsere Grosseltern, deren Eltern und

die Generationen davor waren Bauern und Bäuerinnen im Appenzell. Unsere Familie hat schon immer eigene Lebensmittel produziert.» Diese Tradition und die Liebe für eigene und lokal erzeugte Produkte leben auch in der jüngsten Schmid-Generation weiter. «Vom eigenen Hof», «vom lokalen Metzger» oder «aus Mamas Garten» sind im Augarten keine Floskeln. Regionalität ist im Augarten kein Marketinginstrument, sondern gelebte Überzeugung.

Der Landgasthof

Und wo würde diese Art der Gastronomie besser hinpasse als ins ländliche und beschauliche Rheinau? Ein kleines Dorf aus Riegelhäusern, bekannt für seine Klosterinsel, umgeben von der berühmten Rheinschleife, von Landwirtschaft und Rebbergen. Hier steht seit rund zwei Jahrhunderten das Wirtshaus Augarten. 2016 hat sich eine lokale Interessengemeinschaft des Gebäudes angenommen und Renovation sowie Ausbau ermöglicht. 2019 war das Lokal zur Pacht ausgeschrieben. Dank einem stichfesten Businessplan und einem Konzept, das Region und Dorf miteinbezieht, wurden Anica und Nicole Schmid zu den neuen Pächterinnen im Augarten. In Rheinau ist

man sich einig: Mit ihrer offenen und frischen Art waren die Schwestern ab Tag eins ein Gewinn für das gastronomische Leben im Dorf.

Das Team

«Schon immer», erzählt Nicole Schmid, «waren Anica und ich ein Team. Bereits im Turnverein haben wir jeweils die Gastwirtschaft gemacht, wenn es etwas zu feiern gab. Wir haben das im Blut.» Mittlerweile sind die beiden Schmid-Frauen auch ausgebildete Fachfrauen. Anica Schmid ist Köchin mit Erfahrung in der Gemeinschafts-, aber auch in der Sternegastronomie. Nicole Schmid kommt aus dem Detailhandel im Weinbereich und ist Sommelière. «Wir sind völlig unterschiedlich, ergänzen uns aber perfekt», sagen beide. Hier Frontfrau Nicole, dort Anica, die stille Künstlerin in der Küche. Das Schwestern-Teamwork funktioniert: «Ich treffe keine Entscheidung, ohne sie vorher mit Anica abgesprochen zu haben», so Nicole. Und Anica fügt an: «Wir haben auch gelernt, aufeinander aufzupassen. Unsere Tage sind streng. Wir wissen beide, wie wichtig es ist, immer wieder zur Ruhe zu kommen. Uns gegenseitig auch dabei zu unterstützen, ist extrem wichtig.»

DA IST FAMILIE DRIN

Wer den Augarten besucht, trifft früher oder später auch auf Mama und Papa Schmid. Meist nur indirekt zwar – beim Blick in die Speisekarte. Die Produkte «vom eigenen Hof» und aus «Mamas Garten» sind das Fundament der Augarten-Küche.



Oben links auf dem Augarten-Bild, das Nicole zu Werbezwecken hat malen lassen, liegt der Hof der Familie Schmid. Zwei Schweineställe, Rinder, Schafe, Hühner,

Wachteln, Eier, Mais, Nüsse und Gemüse: Alles, was vom elterlichen Betrieb in Anicas Küche und auf den Tellern der Gäste landet, ist hier abgebildet. Besonders wichtig: die Fleischprodukte. Papa Werner Schmid betreibt eine IP-Suisse-Schweinezucht und -mast. Die Mehrheit der Tiere ist für den Grossmarkt bestimmt, doch einzelne Tiere nehmen ihm seine Töchter ab. «Unser gesamtes Schweinefleisch stammt vom eigenen Hof. Ein Kundenmetzger aus dem Nachbardorf schlachtet, zerlegt und verarbeitet die Tiere für uns», erklärt Anica Schmid. Die Gerichte mit Schweinefleisch sind beliebt im Augarten. Anicas Schweinshalsbraten aus dem Smoker ist schon fast ein Signature Dish. Auch beim Lammfleisch kommt man im Augarten mit dem aus, was der elterliche

Hof hergibt. Ab und zu kaufen die Schwestern ihrem Vater auch ein ganzes Rind ab. «Das ist dann besonders wertvolles Fleisch für mich», schmunzelt Anica Schmid. «Da verwerte ich erst recht alles vom Tier und überlege mir ganz genau, zu welchem Anlass und für wen ich die besonderen Stücke aufhebe.»

KALTES SCHWEINSNIERSTÜCK VOM EIGENEN HOF, NIEDERGEGART IM OKLAHOMA-GRILL, HAGEBUTTEN, SCHWARZE BAUMNÜSSE, KRÄUTERÖL

Gerichte mit Schweinefleisch haben einen ganz besonderen Status im Augarten. Dank Papa Schmid's Schweinemast liegt bestes Schweinefleisch sozusagen in der Familie. Auf ihre Kreationen mit Fleisch vom Schwein sind die Schwestern darum besonders stolz. So auch auf dieses Schweinsnierstück, das Anica Schmid langsam im Smoker gart und hauchdünn aufgeschnitten anrichtet. Je nach Saison vollendet die Köchin das Gericht mit anderen Komponenten. Hier sind es Hagebutten, Blüten und Kräuter aus Mama Schmid's Garten sowie eingelegte Baumnüsse, die Anica im Vorjahr gesammelt und konserviert hat.



LAMMROULADE VOM HOF APFELKÜCHLEIN, MEERRETTICHSCHAUM, SELLERIE, RHEINAUER SOLARIS-TRAUBE

Für die Bauernfamilie Schmid gibt's nichts Selbstverständlicheres, als so viel vom Tier zu verwerten wie möglich. Auch im Augarten kocht Anica nach diesem Grundsatz. Für ihre Lammroulade verwendet sie neben dem falschen Filet auch die Lammleber, die sie zu einer Farce verarbeitet. Fleisch und Farce rollt sie zusammen mit einem Mangoldblatt und Mostbröckli – auch von den eigenen Lämmern – zu einer Roulade. Die Äpfel für die Apfelküchlein sind Jägeräpfel nach Grossmutter's Rezept und kommen aus dem eigenen Hochstammgarten.

SLOW FOOD – «GUT, SAUBER UND FAIR»

Bis vor Kurzem wussten weder Anica noch Nicole Schmid, was Slow Food ist. Dabei ist ihre Arbeit ein gutes Beispiel für eine nachhaltige und regionale Gastronomie, für die sich die Slow-Food-Bewegung starkmacht. Erfahren Sie mehr über die Philosophie von Slow Food und das Projekt der Cooks' Alliance.

Der Legende nach entstand die Slow-Food-Bewegung in den 80er-Jahren aus einer Protestkundgebung. Damals sollte in Rom der erste McDonald's eröffnet werden. Das kam in der kulinarischen Hochburg nicht gut an. «Slow Food» statt «Fast Food» war damals die Devise. Gut, sauber und fair – so soll unser aller Essen produziert werden, das fordert die Slow-Food-Philosophie noch heute. Die Bewegung setzt sich ein für Lebensmittel, die geschmacklich gut, naturbelassen und in handwerklichen Verfahren hergestellt sind. Dabei darf kein Schaden an Mensch, Natur oder Tier entstehen und alle an der Produktion Beteiligten müssen unter fairen Bedingungen arbeiten können. So engagiert sich Slow Food weltweit für eine nachhaltige, kleinbäuerliche Landwirtschaft, handwerkliche Produktionsverfahren, Tierwohl und kulinarische Traditionen.

Heute sind auch Anica und Nicole Schmid Teil der Bewegung: Im Frühling 2021 wurden sie mit dem Restaurant Augarten Mitglied des Slow-Food-Gastro-Netzwerks Cooks' Alliance. Das Netzwerk verbindet und fördert Gastronominnen und Gastronomen aus der ganzen Welt, die sich mit der Slow-Food-Philosophie identifizieren und in ihren Betrieben entsprechend arbeiten. So wie das die Schmid-Schwestern schon taten, bevor ihr Lokal mit der roten Schnecke ausgezeichnet wurde.



Slow Food®
Cooks' Alliance



Wohl und wollig

Den Abschluss unserer Jahresserie macht Schafbauer Andri Casty. Er nimmt die Dinge gerne selber in die Hand. Es ist ihm zum Beispiel wichtig, seinen Schafen nur eigenes Futter zu geben. Das hält die Tiere gesund und ermöglicht ihnen ein besonders artgerechtes Leben.

Seit Andri Casty den Hof Pundschermaun am Dorfrand von Zuoz (GR) von seinem Vater übernommen hat, hat er einiges verändert. «Nicht dass das, was mein Vater gemacht hat, schlecht gewesen wäre», betont er, «doch die Zeiten haben sich geändert.» So ist es heute beispielsweise verboten, Schweine mit Küchenabfällen zu mästen. Ein paar wenige Schweine leben zwar noch bei den Castys, doch nicht zur professionellen Mast. Der Hof hat neue Standbeine: eine Biogasanlage, eine Pferdepension, einen Stall mit Legehennen und vor allem die Schafzucht.

Kreisläufe

Die Castys haben schon immer Schafe gehalten. Mit den geländegängigen und genügsamen Tieren ist das Land der

Familie am besten genutzt. Und so grasen sich die Schafherden der Castys ab Mai langsam in die Höhe und verbringen den ganzen Sommer an den steilen, aber grasigen Berghängen rund um Zuoz. Im Herbst geht es zurück auf die fetteren Wiesen im Tal. Den Winter verbringen die Tiere im Stall mit Auslauf und fressen das Heu, das Andri Casty im Sommer von seinen Wiesen im Tal einbringt. «So haben wir einen geschlossenen Kreislauf. Wir sind nicht auf zugekauftes Futter angewiesen», erklärt Casty. Und obwohl er Fleisch produziert, verzichtet er komplett auf Kraftfutter. «Mit dem, was unsere Wiesen hergeben, sind unsere Tiere bestens versorgt. Sie sind kerngesund und da ich selber schlachte, bin ich nicht auf exakte Gewichtsergebnisse angewiesen.»

Engadiner Berglämmer

Eigenes Futter, selber schlachten, selbstständige Vermarktung – Andri Castys Schafhaltung ist eine runde Sache. Auch die Zucht betreibt er selber. Die Auen der Rasse Weisses Alpenschaf lammen unabhängig von der Saison. Casty hat das ganze Jahr über Lämmer, die er im Alter von fünf Monaten schlachtet. Der Zuchtkreislauf ist so eingestellt, dass im Herbst etwas mehr Tiere schlachtreif sind. Denn obwohl Castys Kundschaft – vor allem aus der Gastronomie – das ganze Jahr über Lammfleisch bezieht, ist die Nachfrage klassischerweise im Herbst grösser. Einen Run auf Edelstücke stellt Casty aber nicht fest, seine Kundschaft schätzt ausnahmslos alle Stücke seiner Zuozer Berglämmer.



Die Fakten

Schweizer Fleisch vom Schaf

In der Schweiz lassen sich Schafe noch besonders naturnah halten. Das heisst: viel Grünfutter und viel Zeit im Freien. Kombiniert mit einem strengen Tierschutzgesetz, ergibt das beste Qualität für Schweizer Fleisch vom Lamm.

39,9 %

DES 2020 HIERZULANDE
KONSUMIERTEN LAMMFLEISCHS
STAMMTEN AUS DER SCHWEIZ.



Wollige Allrounder

Schafe und Ziegen sind die ältesten Nutztiere des Menschen. Sie liefern nicht nur Fleisch und Milch, sondern auch Wolle.

Etwa 80 Prozent der Betriebe, die in der Schweiz im grossen Stil Schafe halten, tun dies wegen des Fleisches. Etwa 20 Prozent produzieren Schafmilchprodukte. Diese Nische ist gross im Kommen, einheimische

Schafmilchprodukte werden immer begehrt. In der Schweiz sind jedoch längst nicht mehr alle Schafprodukte gleich begehrt. Schweizer Schafwolle ist nur noch ein unrentables Nebenprodukt. Während diese Wolle früher noch zu Militärdecken und -mänteln verarbeitet wurde, ist der Rohstoff heute so wertlos, dass er oft verbrannt wird. Es gibt jedoch auch Unternehmen, die Schweizer Schafwolle zu Dämmstoffen, Filzen, Bettwaren oder Dünger verarbeiten.

Gras geben

Schafe sind sehr genügsame Esser. Mehr als Gras brauchen sie im Normalfall nicht auf ihrem Speiseplan.

Dank ihrer komplexen Wiederkäuerverdauung können Schafe Fasern verwerten, die für den Menschen unverdaulich sind. Überall, wo aus landschaftlichen oder klimatischen Gründen kein Ackerbau möglich ist, ist das Land optimal genutzt, wenn Schafe, Ziegen oder Rinder weiden. Sei es auf den weiten Wiesen des Mittellands, den Hügeln der Voralpen oder den mageren, steilen Hängen der Schweizer Berge: Schafe finden sich überall zurecht und werden im Grasland Schweiz auch sehr naturnah gehalten. Je nach gewünschter Milch- oder Fleischleistung wird ihre natürliche Grasdiät noch um Kraftfutter aus Mais, Weizen oder Gerste ergänzt.



So is(s)t die Schweiz

Lammfleisch hat in der Schweiz einen guten Ruf. Dennoch sind Schweizer Lammvorlieben ganz unterschiedlich ausgeprägt.

Die Tendenz ist eindeutig: Lammfleisch wird in der Schweiz immer beliebter. Dank seiner naturnahen Produktion hat es ein

gutes Image. Auch wird vermehrt das ganze Jahr über Lammfleisch gegessen, obwohl die Saisonhöhepunkte während religiöser Feiertage und im Herbst immer noch spürbar sind. So weit, so gut. Doch in der Deutschschweiz isst man nach wie vor am liebsten Rack, Nierstück und Gigot. Die Lust auf edle Stücke führt dazu, dass die einheimische Lammfleischproduktion den Bedarf nicht decken kann und Edelstücke mehrheitlich importiert werden. Die Stücke vom Vorderviertel des Lammes werden hierzulande zu Würsten, Hack- oder Trockenfleisch verarbeitet und finden Absatz in Küchen, wo Lammfleisch kulturbedingt zum Alltag gehört.



Klasse Rasse

Wie bei Rindern oder Hühnern setzt die moderne Landwirtschaft auch bei Schafen auf spezialisierte Rassen.

Auch unter Schafen gibt es Fleisch- und Milchrasen. Es gibt sogar noch eine dritte Spezialistenlinie: die Wollschafe. Innerhalb der Spezialistenlinien gibt es zudem Rassen, die sich besser fürs Flachland eignen, und andere, die besser mit steilem Gelände zurechtkommen. Wieder andere vertragen Kälte oder Hitze besser. Heute gibt es auch Schafrassen, die unabhängig von der Saison lammen. Das ist gerade für die Produktion von Lammfleisch besonders wichtig, denn nur so kann das ganze Jahr über regelmässig Fleisch produziert werden. Die gängigsten Fleischrasen in der Schweiz sind das Weisse Alpenschaf, das Braunköpfige Fleischschaf und das Charolais Suisse.

1,1 kg

LAMMFLEISCH PRO
KOPF WURDEN 2020 IN DER
SCHWEIZ GEGESSEN.

3901 T

VERKAUFSFERTIGES
LAMMFLEISCH WURDEN
2020 IN DER SCHWEIZ
PRODUZIERT.

Äs böckelet

Je intensiver der Geschmack von Lammfleisch, desto weniger wird es in der Schweiz gegessen. Wie kommt's zu diesem mehr oder weniger intensiven Geschmack?

Grösstenteils kommt der typische Geschmack von speziellen Fettsäuren. Diese entstehen, wenn Lämmer viel Getreide fressen. Für hiesige Verhältnisse ins Unangenehme verstärkt wird der Geschmack durch das sogenannte Skatol. Ein Stoff, der bei der Verdauung von proteinreichen Pflanzen (beispielsweise Klee) im Schafdarm entsteht. In einer wissenschaftlichen Publikation kommt die Schweizer Forschungsanstalt Agroscope zum Schluss, dass die negative Aromatik in Lammfleisch weniger ausgeprägt ist, wenn Lämmer auf der Weide statt im Stall gemästet werden. Auch soll Schweizer Lammfleisch einen weniger intensiven Geschmack haben als Lammfleisch aus Neuseeland und Grossbritannien.

Tierwohl – jawohl

Für die Schafhaltung schreibt das Schweizer Tierschutzgesetz strenge Regeln vor. Nur schon deshalb ist einheimisches Lammfleisch die bessere Wahl.

Rund 60 Prozent des in der Schweiz gegessenen Lammfleisches wird importiert. Im Grossverteiler findet man neben dem einheimischen vorwiegend Lammfleisch aus Australien und Neuseeland, in Metzgereien Fleisch aus Grossbritannien oder Frankreich. In diesen Ländern sind die Tierschutz-



bestimmungen für Schafe aber oft nur Empfehlungen. Ganz anders in der Schweiz: Das Tierschutzgesetz gehört auch bei der Schafhaltung zu den strengsten der Welt. Platz, Beschaffenheit der Ställe, Transportzeiten und Eingriffe sind streng reglementiert und die Tiere müssen mindestens einmal jährlich geschoren werden.

Seerestaurant L'O, Horgen

Nah am Wasser gebaut



Grund für Tränen ist im L'O in Horgen höchstens die Freude. Die Freude über die besondere Location und die sympathische Herzblutgastronomie von Geschäftsführer Fabio Tripolt, Küchenchef Sven Rümmeli und Crew.

Herr Tripolt und Herr Rümmeli, was unterscheidet ein Seerestaurant von einem normalen Restaurant?
Fabio Tripolt: Die Lage natürlich. Das L'O ist direkt am Wasser gebaut. Ob auf der Terrasse oder im Lokal, der See ist immer sicht-, hör- oder gar spürbar. Auf der Terrasse meint man, direkt am Meer zu sitzen. Im

Innern fühlt man sich dank den grossen Fenstern und dem Interieur fast wie auf einer Teakholz-Yacht.

Sven Rümmeli: Wir haben sogar einen eigenen Schiffssteg und Bootsplätze, denn im Sommer kommen unsere Gäste teilweise per Boot.

Gäste mit eigenen Booten – ziemlich exklusiv. Wer ist Ihre Kundschaft?

SR: Als wir hier angefangen haben, hatte das Lokal im Ort tatsächlich den Ruf eines Nobellokals. Doch das ist nicht mehr so, im L'O sind alle willkommen. Optisch, aber auch kulinarisch setzen wir auf einen Mix von edel bis unkompliziert, vom Filet bis zur Wurst.

FT: Ein schönes Beispiel dafür ist auch der Look des Servicepersonals: Im Sommer

arbeiten wir in Badeshorts und weissem Hemd mit Fliege.

Der See und das Wasser sind Thema im L'O. Was heisst das kulinarisch?

SR: Maritim, mediterran und marktaktuell – so ist unsere Karte. Im Zentrum stehen Grillspezialitäten: ganze Fische, Gemüse und Fleisch von unserem Indoor-Holzkohlegrill.

Wie gehen Sie mit der Verantwortung um, die der Fokus auf Fleisch und Fisch mit sich bringt?

FT: Wir setzen, wenn möglich, auf Regionalität und arbeiten mit lokalen Produzenten. Zum Beispiel mit einem der beiden letzten Berufsfischer auf dem Zürichsee. Beim Meerfisch kaufen wir nur Fische aus Leinenfang und überfischte Arten beziehen wir ausschliesslich Schweizer Fleisch. Ich persönlich finde ja, es gibt nichts Schöneres,



WIR SETZEN AUF



BO SG 2021
BEST OF SWISS GASTRO

Vom Filet bis zur Wurst: Das L'O setzt auf lokales Fleisch und trägt stolz die Auszeichnung «Wir setzen auf Schweizer Fleisch» von Best of Swiss Gastro.



als den Gästen sagen zu können, dass die Produkte ganz aus der Nähe stammen.

SR: So zu arbeiten, ist zeitintensiv. Aber immer spannend. Gerade habe ich zum Beispiel einen Produzenten bei Einsiedeln entdeckt. Der produziert Schweizer Black-Angus-Fleisch, das qualitativ, aber auch geschmacklich eine absolute Wucht ist.

Sie beziehen vor allem von der Metzgerei Grond in Horgen. Ist das Naheliegende immer das Beste?

SR: In diesem Fall schon. Für mich ist es selbstverständlich, immer zuerst im nächsten Umfeld nach Partnerfirmen zu suchen. Die Metzgerei Grond – 500 Meter von hier entfernt – ist dabei gleich herausgestochen. Bis auf wenige Produkte beziehen wir alles von dort. Gronds Würste sind eine Klasse für sich und wir profitieren davon,

dass er ansonsten nicht für die Gastronomie arbeitet. So haben wir den besten Metzger exklusiv für uns.

Wurst, Edelstücke, Special Cuts – Sie bieten fast alles. Was läuft am besten?

SR: Das Flat Iron läuft unglaublich gut. Vor allem seit wir das Entrecôte von der Karte genommen haben. Wir stellen übrigens fest, dass viele Gäste mittlerweile wissen, was Special Cuts sind, sie die Stücke vermehrt bestellen und sehr schätzen.

FT: Im Service können wir die Fleischwahl der Gäste natürlich auch ein bisschen steuern. Mit dem Fischwagen präsentieren wir jeweils am Tisch die frischen Fische, aber auch mal ein schönes Stück Fleisch. Uns macht es Freude, so nah an den Produkten zu arbeiten, und die Gäste animiert es, Neues auszuprobieren.

SHORT FACTS

zum Seerestaurant L'O



Traumschiff

Die L'O-Terrasse ist im Sommer unschlagbar. Aber auch an trüben Tagen verliert das L'O dank Teakholz-Interieur und grossen Fenstern zum See nichts von seinem maritimen Charme.



Fleisch-Tavolata

Neben einer beeindruckenden Fischkarte bietet das L'O auch eine grosse Fleischauswahl. Unentschlossene erhalten auf Wunsch die ganze Fleischpalette assortiert auf einem Holzbrett.



Vom Feuer

Das Herzstück der L'O-Küche ist ein Indoor-Holzkohlegrill. Darauf bereitet die Küchenbrigade fast alles zu, manchmal sogar das Dessert.

KOCHEN OUT OF THE BOX

Rolf Caviezel nennt seine Küche «Foodlab» und sich selbst «Molekularkoch». Er findet, Profis in der Küche sollten öfter mal was Neues wagen. Für uns greift er in seine Trickkiste und zeigt mit drei Verfahren von alltäglich bis hightech, wie man Fleisch in Bestform bringt.

Seinen «Roti», wie Rolf Caviezel seinen Rotationsverdampfer nennt, hat er nicht zum Gespräch mit «Messer & Gabel» mitgebracht. Das Gerät ist heikel und wertvoll, man transportiert es nicht einfach in der Gegend herum. Doch wozu braucht ein Koch so ein Hightechgerät, das sonst in Chemielabors anzutreffen ist? «Der Rotationsverdampfer ist ein Destillationsgerät. Damit kann ich Aromen aus Lebensmitteln extrahieren und sie als Flüssigkeiten oder Pulver aufbereiten. Diese lassen sich zum Beispiel in Cocktails, aber auch in Gerichten effektiv einsetzen», erklärt Caviezel. Und er wäre nicht der neugierige Experimentalkoch, wenn er die Möglichkeiten seines Rotationsverdampfers nicht ausreizen würde: «Im Rotationsverdampfer kann ich auch Lebensmittel garen. Fleisch zum Beispiel.»

Von Altersheim bis Fine Dining Zugegeben, ein Rotationsverdampfer ist die preisliche Königsklasse, wenn es darum geht, aus einem Stück Fleisch das Beste herauszuholen. «Es muss nicht grad ein «Roti» sein, doch Profis sollten sich den sogenannten avantgardistischen Kochmethoden nicht verschliessen», findet Caviezel. Er selbst ist als junger Koch zu den Methoden der Molekularküche gekommen. Damals arbeitete er in einem Altersheim. Auch heute noch gibt er Kurse im Bereich der Altersernährung: «Kocht man für Menschen, die beim Essen beeinträchtigt sind, sind die Verfahren der Molekularküche genau das Richtige. Denn sie ermöglichen Geschmack und Genuss, obwohl ein Gericht nicht in der gewohnten Form serviert werden kann.»

Ob Altersheim, Alltagsgastronomie oder Fine Dining – moderne Kochmethoden haben überall ihre Berechtigung. Denn im Grunde geht es dabei immer darum, das Beste aus einem Produkt herauszuholen. Beim Fleisch zum Beispiel das Maximum an Zartheit, Saftigkeit, Aroma und angenehmer Textur. Zudem spart man dank innovativen Kochverfahren oft auch Zeit, Platz und Geld.

Zukunftsmusik

Pouletbrust, im Rotationsverdampfer gegart

Die Qualitäten des Rotationsverdampfers demonstriert Caviezel an einer Pouletbrust: In einen Becherkolben kommen Pouletbrust und Randensaft. Der Kolben wird in ein 65 °C warmes Wasserbad gesenkt, gleichzeitig rotiert er. Von der anderen Seite der Apparatur saugt eine Pumpe die Luft aus dem Becherkolben, ein Vakuum entsteht. Dank Unterdruck beginnt der Randensaft bereits

bei 65 °C zu verdampfen. Über den Dampf wandern die flüchtigen Aromen der Produkte im Becherkolben in einen zweiten Kolben. Dort kondensieren sie und werden in einer Trägerflüssigkeit aufgefangen. Dieses Isolieren von Aromen ist der eigentliche Zweck eines Rotationsverdampfers. Auf diese Weise hat Caviezel das Rosmarinparfüm gemacht, das er zu diesem Pouletgericht serviert. Im Fall der Pouletbrust interessiert jedoch, was im Becherkolben bleibt: Dort gart die Pouletbrust langsam im Randensaft. Das Fleisch bleibt dank tiefer Gartemperatur saftig und zart. Die Rotation des Kolbens hat zudem den Effekt einer Massage. Das Fleisch erhält so eine angenehme Textur und ist weniger faserig. Die «massierten» Fleischfasern nehmen auch Flüssigkeit auf und erhalten dank dem Randensaft einen schönen Farbeffekt.

Aus exotisch wird Standard Kuhfilet aus dem Süssweinessig, sous-vide gegart

Nach einem holprigen Start in den 70er-Jahren – in den USA war das Sous-vide-Garen sogar verboten – erlebte das Garen im Plastikbeutel vor rund 20 Jahren sein Comeback. Den kreativen Köpfen der Molekularküche von damals sei Dank. Fleisch, wie Rolf Caviezels Kuhfilet, profitiert beim kontrollierten Garen bei tiefen Temperaturen davon, dass sich die Proteine im Fleisch nicht alle auf einmal verändern, wie das bei hohen Temperaturen der Fall ist. So entsteht die weiche, zarte und angenehme Textur von sous-vide gegartem Fleisch.

Aroma-Infusion

Kalbsfilet-Tatar, im Rahmbläser mariniert

Wer Fleisch vor dem Zubereiten marinieren will, muss gut planen. Bis Säure und Gewürze den gewünschten Effekt im Fleisch haben, dauert es je nach Fleischstück Stunden bis Tage. Diese Wartezeit reduziert sich massiv, wenn ein Rahmbläser zum Einsatz kommt. Dabei kommen Fleisch und Marinade in den Rahmbehälter. «Die Fleischwürfel sollten maximal die Grösse von Ragoutwürfeln haben», erklärt Caviezel. Durch den Druck nach dem Entladen der Gaspatrone dringen Gasbläschen mitsamt Marinade ins Innere der Fleischstücke. Beim Ablassen des Druckes platzen diese Bläschen und die Marinade verteilt sich im Fleisch. Das Resultat: durch und durch gewürztes und aromatisiertes Fleisch.

Rolf Caviezel

ist Kochbuchautor, Produktentwickler und gibt Kochkurse für Profis, Laien und Kinder. Gemeinsam mit seiner Frau führt er das Foodlab in Grenchen. Sein Steckenpferd? Die Molekularküche. Denn «molekular» ist nicht passé, so Caviezel: «Wer kocht, bewegt Moleküle. Kochen ist molekular.»



SIMONS LEHRZEIT-HIGHLIGHTS

WER KUTTELN WAGT, GEWINNT

Jungkoch Simon Grimbichler stellt uns Gerichte vor, die ihn in seiner Lehrzeit geprägt haben. Wir erfahren: Der Gewinner des Kochwettbewerbs «La Cuisine des Jeunes» ist ein Fan von Kutteln. Das hat seinen Grund.



Ja, sehr sogar! Ich weiss, viele überrascht das. Aber früher standen Kutteln in jedem Gasthof auf der Karte – das erzählte uns unser Lehrmeister. Heute findet man sie noch in einigen Landbeizen oder in trendigen Lokalen, aber beim Metzger bekommt man sie nur noch selten oder auf Vorbestellung. Vielleicht, weil viele nicht mehr wissen, wie man sie zubereiten muss, damit sie richtig fein schmecken. Bei uns im Restaurant Kreuz in Egerkingen schmorten wir die Kutteln im Bratkipper in einem wunderbaren Tomatensud, würzten sie mit frischen Kräutern und servierten sie mit Kartoffelstock oder selbst gemachten Teigwaren. Mit ein wenig Käse überbacken, macht sich dieses Gericht wunderbar als warme Vorspeise oder als Hauptgang.

Als ich das erste Mal mit Kutteln in Berührung kam, erinnerten sie mich an eine riesige Morchel. Wir lernten, sie in die richtige Grösse zu schneiden und zart zu schmoren, und wir erfuhren, dass sie viel Eisen, Folsäure und Vitamin A enthalten. Von den Innereien mag ich Kutteln am liebsten. Nieren, Lunge und Leber geniessen zwar einen besseren Ruf als der in Streifen geschnittene Pansen der Kuh, aber meiner Meinung nach ist dieser gleichwertig. Kutteln sind auch der Beweis, dass nicht nur die Edelstücke vom Rind grossartig schmecken. Und: Wer Kutteln auf der Karte hat, tut etwas gegen Food Waste, weil so mehr vom Tier verwertet wird als üblich. Wenn ich Kutteln esse, erinnert es mich an meine strenge, jedoch lehrreiche Ausbildung. Deshalb ist dieses Gericht ein Klassiker meiner Lehrzeit.

Mein Motto lautet: Zero Waste. Ich bin gegen jegliche Verschwendung, sei es bei Lebensmitteln, Energie oder Infrastruktur. Ein sorgsamer Umgang mit Ressourcen ist mir wichtig. Deshalb achte ich bei der Arbeit auch darauf, effizient zu sein. Und ich lege Wert darauf, dass meine Berufskollegen meine Haltung teilen. Mit den richtigen Leuten und dem richtigen Drive macht die Arbeit Spass. Natürlich muss beim Kochen aber auch die Qualität stimmen. Damit meine ich zweierlei: die Qualität des Handwerks an sich und die Qualität der Produkte, die ich verarbeite. Deshalb setze ich ausschliesslich auf Schweizer Fleisch. Da muss ich mir um die Qualität keine Sorgen machen. «Nur beste Qualität ist gut genug» ist mein Leitspruch. So erziele ich Ergebnisse, auf die ich stolz sein kann.





Schweiz. Natürlich.

Der feine Unterschied

für Florian Jenzer und Adrian Urfer
vom Restaurant Freibank
in Bern

«Ganzheitlich ist nachhaltig, ist zeitgemäss.»

Filet und Entrecôte gibt es anderswo. Florian Jenzer und Adrian Urfer setzen auf eine nachhaltige, ganzheitliche Verwertung des Tieres und servieren ihren Gästen vor allem weniger bekannte Fleischstücke. Aus Schmorstücken, Siedfleisch und Innereien zaubern sie kleine, feine und immer wieder überraschende Menüs. Ihre abwechslungsreiche Küche kommt auch bei den Gästen sehr gut an – sie entspricht dem Zeitgeist und bietet neue Geschmackserlebnisse.

Jenzer und Urfer verwenden ausschliesslich Schweizer Fleisch: «Weil es unseren hohen Ansprüchen entspricht – und weil es bis zum Bauern zurückverfolgt werden kann.» Das Fleisch beziehen die beiden direkt ab Hof oder vom Fleischfachmann ihres Vertrauens.

Schweizerisch

Die Freibank setzt kompromisslos auf Fleisch aus der Schweiz, weil die Qualität stimmt.



«Nose to Tail»

Sechsmal im Jahr gibt es eine Metzgete in der Freibank. Die Gastronomen achten auf eine ganzheitliche Fleischverwertung – weil ihnen nachhaltiges Handeln wichtig ist.



Der feine Unterschied.

Abonnieren Sie «Messer & Gabel» kostenlos.

Abonnieren Sie «Messer & Gabel» per E-Mail an gastronomie@proviande.ch: Anrede, Name, Vorname, Strasse/Nr., PLZ/Ort, E-Mail und Telefon oder online unter www.schweizerfleisch.ch/bestellen-sie-hier-ihr-gratisabonnement

IMPRESSUM «MESSER & GABEL» | Herausgeber: Proviande, «Schweizer Fleisch», Bern, www.schweizerfleisch.ch | Konzept, Redaktion und Gestaltung: Polyconsult AG, Bern, www.polyconsult.ch | Fotografie: Anika Mester, Berlin; Stefan Wermuth, Bern; Jules Moser, Bern © Proviande, «Schweizer Fleisch», Bern 2021