

ENGELSÜSS UND NELKENWURZ

Kochbücher kann man nicht essen. Aber verschlingen – wie das kulinarische Erbe der Alpen. Dominik Flammer gibt die Rezepte dafür: von Anisbrot über Halbgefrorenes, von der Fichte bis zu süssen Knödeln mit Erdmandeln und Magenträs.

STEFAN BUSZ

Murmeltiere hausen nicht im «Tiptopf». Murmeltiere brauchen dreierlei Zwiebel: Das sind geschmorte Zwiebel, eingelegte Schalotten und Perlzwiebel, Zwiebelpüree. Dazu passen verschiedene Apfelsorten, als Kompott gekocht oder roh mit Apfelbalsam und etwas Streuzucker mariniert. In einer solchen Umgebung fühlt sich ein Murmeltier gut – als ein Teil der Alpenküche.

Schon im ersten Band «Das kulinarische Erbe der Alpen» von Dominik Flammer und Sylvan Müller hatte das Murmeltier seinen Auftritt. Es war in bester Gesellschaft, von der Ackerbohne, die heute fast vergessen ist, bis zum Zuger Röteli, einer ganz eigenen Art des Seesaiblings. Dazwischen fand sich im Buch alles, was dem Alpenraum Geschmack gibt. Da waren die Bärlauchkapern, die eingelegten und geschlossenen Blüten vom Bärlauch; da die Karpfenmilch und das Lammlidji; da auch Sbrinz und die Schöne von Eningen, was eine Kirsche ist. In der Enzyklopädie des guten Geschmacks zeigte sich eine grenzenlose Vielfalt. Sie war die Betrachtung wert.

Eine Art Notnahrung

Jetzt landet das Murmeltier in der Pfanne. Band zwei von «Das kulinarische Erbe der Alpen» ist ein Kochbuch. Wieder werden zehn Produktgruppen vorgestellt, diesmal mit Rezepten. «Tellerbrot und Herrenwegen» erzählt vom Dinkel- und Roggenbrot, «Gitzikeule und Osterkitz» vom Ziegenfleisch und Ziegenkäse. «Pressknödel und Zigersufi» ist das Kapitel für Käse, «Bergchabis und Fettruabn» zeigt die Vielseitigkeit der Kohlgewächse. «Erdäpfelbrot und Dörrkartoffeln» führt dann in die Welt der alten Kartoffelsorten und ihrer Qualitäten. «Felchenknusperli und Renkenfilet» widmet sich dem Brotfisch der Fischer des Alpenraums, «Engelsüss und Nelkenwurz» zeigt die Würzkraft alpiner Wildpflanzen. Mit «Selchspeck und Steckerlfisch» schmeckt man den Rauchgeschmack der Alpenküche. «Geldplenten und Hadnsterz» macht nicht zuletzt aufmerksam auf die ewigen Notspeisen: Mais und Buchweizen. Zur Not geht es auch mit einem Murmeltier.

Falls man gerade eines zur Hand hat: Das Rezept für Murmeltier geht so. Die Murmeltierstücke (ohne Fett und Lymphknoten) salzen, pfeffern und in geklärter Butter gut anbraten. Das Gemüse (Karotten, Knollensellerie, Zwiebeln, Pastinake, alles klein geschnitten) dazugeben und mitrösten. Tomatenmark begeben, mit dem Wein ablöschen, am besten nimmt man einen aus



Traumobjekt Räucherschinken. So leicht kommt man manchmal an die guten Sachen nicht heran. Bild: aus dem besprochenen Buch

der Bündner Herrschaft – Mungg verpflichtet. Dann Lorbeerblatt zufügen und alles zwei Stunden bei 160 Grad weich schmoren. Dann kommt die Raffinesse: Garfonds abpassieren und reduzieren, etwas Kalbsfonds begeben und mit Apfelbalsam verfeinern. Das Fleisch wird dann aus dem Topf ge-

nommen und vom Knochen abgelöst, der Rest ist: in eine Form pressen, auskühlen, in rechteckige Stücke schneiden, in der Sauce glasieren.

Auf dem Teller sieht das Murmeltier dann so richtig super aus. Das Rezept ist auch von Andreas Caminada. Sein Schloss Restaurant Schauenstein in

CH-7414 Fürstenuau ist mit drei Michelin-Sternen und 19 Gault-Millau-Punkten ausgezeichnet und gehört zu den besten der Welt. Caminada und das Murmeltier? Sonst bringt man ihn, den grossen Koch, eher mit Langustine mit Gurke und Zitrone in Verbindung. Aber auch das Einfache ist raffiniert:

«Pizzoccheri aus einer Mehlmischung mit Buchweizen sind die Soba-Nudeln der Schweiz», sagt Caminada. Und deshalb führt ihn Dominik Flammer auch in der Kategorie: Notnahrung. «Wohl kein anderer Koch kann so aus dem Vollen schöpfen, wenn es um viele der klassischen Produkte der Bündner Küche geht, die einst als Notnahrung galten», sprich: Buchweizen, Mais, Sauerampfer, Murmeltier.

Die Bilder der Speisen, die das Kochbuch präsentiert, sind wunderhübsch. Der Fotograf Sylvan Müller, der Dominik Flammer auf seinen Gängen durch die Küchen des Alpenraums begleitet, ist ein Meister der Inszenierung von Buchweizen, Sanddorn, Speck und Schinken. Auch die Porträts sind sprechend, Andreas Caminada sieht aus wie ein Held. Nur: Im Versuch, seine Haute-cuisine-Notnahrungsrezepte nachzukochen, mag mancher scheitern – besser ist es, sich ein Bild von der Ordnung der Dinge im kulinarischen Erbe der Alpen zu machen.

Über die Berge

Die Alpenregion ist eine Welt für sich. Sie ist auch offen nach aussen. Viele Sachen wurden über die Berge getragen, hier fühlen sie sich jetzt heimisch, wie der Triester-Broccoli zum Beispiel. Und manche Produkte gehen ihre Wege weiter, bis ins Grand Hôtel Stockholm. Dort kocht Mathias Dahlgren. Schwedischer Käse schmeckt wohl, wie er tönt – der Küchenchef hält sich lieber an Sbrinz, Jersey Blau oder Greyerzer. Schweden bekommt so auf der Landkarte des Alpenraums auch einen Fleck.

Im Innersten hält die regionale Küche eines zusammen: das unverfälschte Produkt – dies auch als Gegenbewegung zu den Seuchen, die um uns sind. Dominik Flammer nennt die Seuchen beim Namen: künstliche Aromastoffe, gentechnisch veränderte Lebensmittel, Industriemilch. Und seine These ist, dass sich der Konsument in «Notzeiten», wenn er nur noch uniforme Kost bekommt, wieder auf das Ursprüngliche besinnt.

Slow Food hat Zukunft. Dem Kochbuch beigegeben ist auch ein Lexikon der alpinen Delikatessen, es liest sich von A wie Absinth bis Z (Zuckerwurz) wie ein Gedicht: Baselbieter Müsli gibt es da, Erdbeerspinat und Huchen, Riso rosso. Liwanzen und auch Appenzeller Käse. Man möchte alles rüben und stübis aufessen. Und ein Murmeltier dazu.

Das kulinarische Erbe der Alpen.

Das Kochbuch
Dominik Flammer, Text; Sylvan Müller, Fotografie. AT-Verlag, Aarau, 2013, 268 Seiten, reich illustriert, 78 Fr.

NEUES AUS DER KOCHBUCHWELT

I love NY

New York ist ein Dorf. Das Epizentrum ist das Restaurant Eleven Madison Park. Dem Chefkoch Daniel Humm, a native from Switzerland, ist nur das Beste gut genug. Und er wählt Produkte aus der Umgebung: Ahornsirup von Upstate Farms, Eier von der Flying Pigs Farm oder Sommerfunder der Familie Lester. Mit «I love NY» (AT-Verlag, Fr. 59.90) lässt sich das Terroir mit 150 Rezepten erkunden.



Unser Menü eins (2)

Wenn Gäste kommen, macht Sarina Arnold bunte Zitronen-Cupcakes, das Model ist die Backfee im Haus. Ihr Mann Raphael hingegen präpariert die Albeli-Filets, mit dem Blattsalat kommt dann ein schönes Abendessen zusammen. Prominent muss man aber nicht sein, um in Nadja Zimmermanns Teil 2 von «Unser Menü eins» (Salis, Fr. 39.80) zu kommen, hier kochen einfach Familien für Familien.



Querbeet

Den Eintopf mit Poulet, Zitronen und Oliven möchte man grad vor sich haben. Susanne Bloch-Hänseler, die manchmal auch in der Villa Sträuli kocht, hat ein Auge für gute Sachen. Ihr zweites Kochbuch «Querbeet» (susannebloch.ch, Fr. 57.90) enthält rund 120 Rezepte für Entrées, Mains, Dolci. Welch eine schöne Vielfalt! Und auch für den Gaumen ist es ein Vergnügen.



Köchinnen und ihre Rezepte

Wie macht man Luftsuppe? Susanna Kübler (1829–1905), die auch die Erfinderin eines Selbstkochers ist, gibt das Rezept – für alle fleissigen Hausmütterchen der Zeit. Die Historikerin Sabine Bollinger zeichnet in ihrem Buch «Köchinnen und ihre Rezepte» (Webserverlag, Fr. 59) ein Panorama des 19. Jahrhunderts mit Blick in Schweizer Küchen. Ein Porträt von sieben Vorgängerinnen von Betty Bossi.



550 Jahre Schabziger

Verlangt Glarner Ziger, forderte einst der Milchverband Winterthur. Erika Lüscher und Beat Frei zeigen in ihrem Buch «550 Jahre Schabziger» (Fona, Fr. 29.90), was sich alles aus Ziger machen lässt: Zier-Brüüt zum Aperitif, Kürbis-Schabziger-Gnocchi oder Glarner Zigerhörelli als Mahlzeit – mit Desserts wird es dann schwierig. Aber das Glarner Zigerlied ist in dieser Kulturgeschichte dabei. (bu)

