

NEUES AUS DER NEFF KÜCHE.



# AUFGETISCHT

AUSGABE 2

2014/2015



## DIE NEUEN NEFF-BACKÖFEN

*Schönes Design, tolle Technik und Bedienungsfreundlichkeit: ideal für ambitionierte Köche.*

## WAGYU AUS WALES: EIN GENUSS

*Das Fleisch dieser Rinderrasse schmeckt unverwechselbar. Ein Züchter erklärt, warum das so ist.*

## DIE KUNST DER KÄSEVEREDELUNG

*»Maison Mons« gehört zu den besten Affineuren der Welt. Besuch in einer spannenden Welt.*

## EINFACH UND LECKER

*Wildschwein, Edelfische vom Blech und Rhabarber mit Baiser: die schönsten Rezepte.*





NEFF BITTET ZU TISCH: MIT SCHÖNEN REZEPTEN UND SPANNENDEN GESCHICHTEN.

# DIE NEUE LUST AM KOCHEN.



Kein Zweifel, Kochen ist „in“. Posts mit aufwendig zubereitetem und wunderschön arrangiertem Essen zeigen nicht nur die tiefe Leidenschaft, mit der sich Foodblogger ihrem Lieblingsthema widmen. Sie gehören auch mit Abstand zu den meistgeteilten Inhalten in sozialen Netzwerken. Dabei ist ein Trend klar zu erkennen: die Lust auf nachhaltig produzierte Lebensmittel, auf regionale Produkte, auf Handverlesenes. Der Respekt vor der Natur, vor einer artgerechten Tierhaltung, die Begeisterung für organische Kreisläufe dominieren die Welt der Kochbegeisterten. Und es gibt immer mehr Produzenten, die das erkennen und sich dieser Bewegung anschließen. Weil Glaubwürdigkeit und Verantwortung auch in der Welt des Kochens einen hohen Wert haben. Weil immer mehr Menschen nicht nur wissen wollen, wie das Essen schmeckt, sondern auch, woher es kommt und wie es produziert wurde. Für diese anspruchsvolle Kochgemeinde hat Neff mehr denn je zu bieten: Nach den bewährten Neff Innovationen wie VarioSteam®, Slide&Hide®, CircoTherm® oder TwistPad® kommt eine vollkommen neue Backofenserie mit einem perfekt auf die Bedürfnisse aller ambitionierten Köche abgestimmten Design. Aber auch darüber hinaus liefert Neff allen Kunden jede Menge Inspirationsfutter: mit Reportagen, die über den Tellerrand schauen, Menschen, die uns mit ihrer Leidenschaft für gutes Essen anstecken, Tutorials und Rezepten, die schon das Zubereiten zum besonderen Genuss machen. Viel Spaß beim Blättern und Inspirierenlassen.

NEFF BITTET ZU TISCH, GUTEN APPETIT!

KOCHEN UND BACKEN HEUTE





## WAGYU AUS WALES AUF ERFOLGSKURS – EINE TIERISCH GUTE GESCHICHTE.

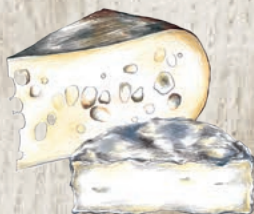
In der Gastroszene sind die Rinder japanischen Ursprungs in aller Munde. Grund genug, den Züchter Ifor Humphries in Wales zu besuchen.



## 22

### IN DEN KELLERN DES HAUSES MONS LAGERN DIE BESTEN KÄSE. WIR HABEN IHNEN BEIM ALTERN ZUGESCHAUT.

Die Brüder Hervé und Laurent Mons gehören zu den besten Affineuren der Welt. Ihre Philosophie und das Handwerk haben wir uns erklären lassen.



LAVENDELBLÜTEN  
VERLEIHEN EIN  
FEINES AROMA

## 32

### MIT KRÄUTERN UND BLÜTEN AUS DEM GARTEN LÄSST SICH GESCHMACKVOLL KOCHEN.

Pietro Zitos Kochphilosophie basiert auf Einfachheit. Lokal und unverfälscht muss sein, was in seinen Kochtopf wandert.



# Inhalt

- 08 **Wagyu aus Wales – das zarteste Fleisch der Welt.**  
Zarte Fettädderchen durchziehen das Fleisch und sorgen für feinsten Geschmack. Was die Rinder von anderen unterscheidet, erklärt uns Züchter Ifor Humphries.
- 16 **Kochen wie die Profis – das Geheimnis des Dampfgarens und Niedriggarens.**  
Dampfgaren und Niedriggaren gehören in Restaurantküchen zum guten Ton. Wie Sie es auch zu Hause hinbekommen, erfahren Sie hier.
- 22 **Betreutes Altern: die hohe Kunst der Käseveredelung.**  
In feuchten, kalten Kellern reifen Käse langsam zu echten Leckerbissen. Eine Reise in die geheimnisvolle Welt der französischen Affineure.
- 30 **Blitzblank dank Pyrolyse.**  
Bei Temperaturen um 500 Grad zerfallen angebrannte Essensreste im Ofen. Wir erklären, wie das funktioniert.
- 32 **Zurück zur neuen alten Küche in Italien.**  
Pietro Zito nennt seine Kochphilosophie die »Null-Kilometer-Küche«. Alles, was er in seiner Gastronomie verarbeitet, muss aus der Region kommen und nachhaltig sein.



# 40

MIT DAMPF KÖNNEN  
SPEISEN ZU HÖCHSTFORM  
AUFLAUFEN

## 40 Dampf und Kälte: zwei Dinge, die Gemüse knackig machen.

In heißem Dampf bleibt alles frisch und aromatisch. Die Bedeutung von FullSteam® und das Einmaleins guter Lagerung im Kühlschrank.

## 46 Berg, See, Saibling. Die Geschichte des Ausseer Fisches.

Nicht nur in den Alpenregionen der Steiermark ist der Ausseer Saibling mit seinem zarten rosa Fleisch eine Delikatesse.

## 56 Technik – einfach schön.

Das neue Design ist klar und puristisch. Und wenn es auch noch bedienungsfreundlich ist, freut sich der Koch.

## 58 Der perfekte Look – mit der richtigen Beleuchtung.

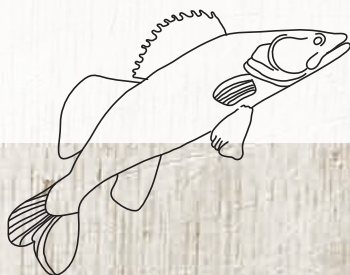
Kunstwerke im Ofen brauchen die perfekte Beleuchtung. Wir haben der Designerin Laura beim Backen über die Schulter geschaut.

## 60 Das grüne Gold.

Olivenernte ist seine Leidenschaft, seine Qualität auf das bestmögliche Niveau zu bringen, seine Berufung. Eine Geschichte über den Spanier Josep-Maria Mallafré.

## 66 Impressum.

Mitarbeiter dieser Ausgabe.



## IM DAMPF GEGART BLEIBT ALLES UNFASSBAR KNACKIG UND GESCHMACKVOLL.

Dampfgaren beginnt, sich durchzusetzen: Gemüse, Kartoffeln, Fleisch – alles bleibt aromatisch.

Eine Liebeserklärung an die neue Generation von Neff-Öfen, die alles können.



# 60

## GUTES OLIVENÖL HAT DIE GLEICHE QUALITÄT WIE EXZELLENTER WEIN. ABER AUCH DIE GLEICHEN PRODUKTIONS- BEDINGUNGEN.

Josep-Maria Mallafré hat viel geerbt von seinem Vater. Die Leidenschaft für Olivenöl zum Beispiel und die Lust auf exzellente Qualität.

Um sie zu erreichen, greift er auf neueste Technik und wissenschaftliche Erkenntnisse zurück.

# 46

## SAIBLINGE LEBEN IN BERGSEEN. SIE DÜRFEN NUR NACH- HALTIG GEFISCHT WERDEN.

Alexander Scheck ist Fischer mit der Lizenz zum Töten. Er überwacht die Population dieses köstlichen Fisches.







# WAGYU AUS WALES – EINE TIERISCH GUTE ERFOLGS- GESCHICHTE.



DIE RINDER JAPANISCHEN URSPRUNGS SIND  
DIE NEUEN STARS DER GASTROSZENE.  
INZWISCHEN WERDEN SIE AUCH IN EUROPA  
GEZÜCHTET. BESUCH BEI EINEM ZÜCHTER  
MITTEN IM GRASGRÜNEN WALES.



FETT IST EIN WICHTIGER  
GESCHMACKSTRÄGER — GRUND  
FÜR DAS FEINE AROMA

WAGYU-FLEISCH  
HAT EINE EINZIGARTIGE  
MARMORIERUNG.  
ES IST VON FEINSTEN  
FETTÄDERCHEN  
DURCHZOGEN, DIE BEIM  
BRATEN SCHMELZEN  
UND ES UNBESCHREIBLICH  
SAFTIG, ZART UND  
GESCHMACKVOLL MACHEN.

**8** 00 Kilogramm Lebendgewicht, schwarzes seidiges Fell, glänzende Nüstern und am bulligen Körper 100 Prozent reines Wagyu-Fleisch – der Zuchtbulle Abramovich aus Abermule ist ein beeindruckend massiges Tier. Der potente Bursche mit dem ehrgeizigen russischen Namen ist das Herzstück von Ifor Humphries' Rinderherde im Norden von Wales. Und der Bulle hat es gut: Auf den saftigen Weiden der Hügellandschaft, die so grün leuchten, dass sie an asiatische Reisterrassen nach einem Monsun erinnern, darf Abramovich seine Kühe auf natürlichem Weg beglücken – ohne technische Hilfsmittel. „Er macht seinem Namen dabei alle Ehre“, freut sich Züchter Humphries und fügt nicht ohne Stolz hinzu: „40 Kühe schafft der locker.“ Pro Saison, versteht sich.



Grasgrüne Weidelandschaft, so weit das Auge reicht. Häufige Regengüsse selbst im Sommer sorgen für satte Fruchtbarkeit.

Mit seinen Wagyus ist Humphries ganz weit vorn. Denn das Fleisch wird unter Liebhabern als absolute Delikatesse gehandelt und steht derzeit hoch im Kurs. Auf dem Markt erzielt es Spitzenpreise: Rund 200 Euro werden pro Kilogramm Filet gezahlt – handelt es sich um besonders gute Qualität, ist es sogar ein Vielfaches davon. „Wagyu-Fleisch hat eine einzigartige Marmorierung. Es ist von feinsten Fettäderchen durchzogen, die beim Braten schmelzen und es unbeschreiblich saftig, zart und geschmackvoll machen“, schwärmt Züchter Ifor Humphries.

Sieben Jahre ist es her, dass der walisische Landwirt, der in dritter Generation Viehzucht betreibt, die Gunst der Stunde erkannte und von herkömmlichen Arten wie Angus und Limousin auf Wagyu-Rinder umsattelte. Damals hörte der 50-Jährige von der Qualität dieser Rasse japanischen Ursprungs, die inzwischen auch in den USA und Australien gezüchtet wird, und importierte einen Embryo. Abramovich, der Zuchtbulle, wurde neun Monate später geboren. Mit dieser etwas skurril anmutenden Entstehungsgeschichte im Reagenzglas enden aber auch schon die Errungenschaften moderner Technik. Denn auf der Upper Bryntalch Farm in Wales läuft alles noch ein bisschen ab wie im letzten Jahrhundert. Was auch Programm ist: „Ich lege größten Wert auf organische Strukturen“, erklärt Ifor Humphries, während er auf seinem 60 Jahre alten Fordson Major Diesel in Richtung Weide tuckert. Dort grasen neben seiner 300 Köpfe zählenden Schafherde an die 40 Kühe und Kälber friedlich nebeneinander und füttern sich satt an dem saftigen Gras der walisischen Wiesen. Manchmal kommt über Nacht ein Kälbchen dazu, in der Frühe sind seine ersten Gehversuche zu beobachten. „Wagyus kalben leicht, weswegen der Geburtsvorgang hier oben auf natürliche Weise ablaufen kann“, so der Züchter. —▶

## WER IST

### IFOR HUMPHRIES?

DER ZUCHTBETRIEB DES WALISISCHEN LANDWIRTS IST DAS GEGENTEIL EINER MASSENPRODUKTION. „HI GIRLS“, RUFT ER SEINE KÜHE LIEBEVOLL, WENN ER SIE AUF DER WEIDE BESUCHT.



*Ifor Humphries, 50, kommt aus einer alten Landwirtschaftsfamilie. Schon Vater und Großvater haben Tiere gezüchtet, überwiegend Schafe. Seit sieben Jahren betreibt Ifor Humphries die Zucht von Wagyu-Rindern. Nebenbei hat er einen Friedwald, auf dem Dorfbewohner, Nachbarn und Freunde ihre letzte Ruhe finden können.*

## WO LIEGT

### ABERMULE?

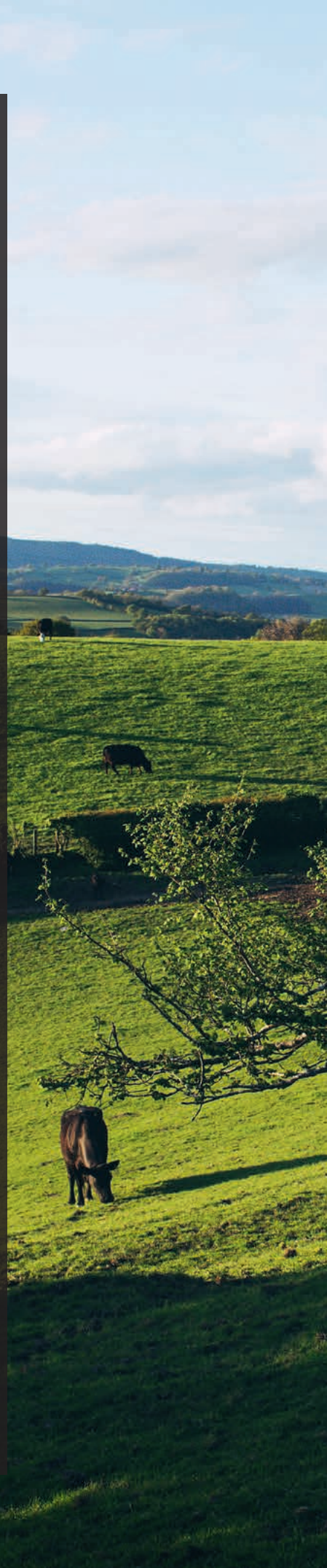


*Abermule ist ein kleines Dorf in der Grafschaft Montgomery mitten in Wales. Durch Abermule läuft der längste Fluss ganz Englands, der Severn. Ortsschilder findet man in der gesamten Region zuerst auf Walisisch, dann erst auf Englisch. Politisch ist das nicht ganz unumstritten. Die Unabhängigkeitsbestrebungen der Waliser werden im Königreich nicht immer positiv gesehen.*

Im Gegensatz zu anderen Rinderrassen, die es auf etwas mehr als eineinhalb Jahre bringen, dürfen Wagyu bis zu 30 Monate leben. In den letzten fünf Monaten werden sie im Stall gehalten – zur Gewichtskontrolle und um sie langsam auf den finalen Transport vorzubereiten. „Das ist auch der Zeitpunkt, wenn sie Massagen und ihre tägliche Ration Bier bekommen“, sagt Humphries. In Japan werden die Tiere massiert, damit sie im Stall ihren Muskeltonus nicht verlieren, und mit Bier gefüttert, was bei heißen Temperaturen den Appetit anregen soll. Ifor Humphries folgt dieser Tradition, wenngleich auch aus anderen Gründen: Seine Rinder sollen sich an den Hautkontakt mit Menschen gewöhnen und mit marginalen Promille-Umdrehungen im Blut einen reduzierten Stresspegel bekommen. „In der langen Produktionskette sind Transport und Schlachtprozess die schwächsten Glieder“, sagt der erfahrene Landwirt. „Meine Tiere sind nicht an Menschenkontakt gewöhnt. Mit Massagen versuche ich, sie zu beruhigen.“ Und weil ihm selbst das Ale der lokalen Brauerei „Monty’s“ so hervorragend schmeckt, am liebsten das leichte Sunshine, dürfen auch seine Rinder das hefefaltige Bier schlabbern. Und sie tun es mit Genuss.

## SLOWFOOD: FEIN UND REGIONAL

Mit seinem kleinen feinen Handwerk scheint Ifor Humphries übrigens voll im Trend zu liegen. Denn nach Diskussionen um Massentierhaltung und Tiertransporte entwickelt sich langsam das Bewusstsein, dass die Qualität auf dem Teller und die Art der Tierhaltung untrennbar miteinander verbunden sind. Dass glückliche Kühe deutlich besseres Fleisch liefern. Jedenfalls wächst die Gemeinde jener Konsumenten, die lieber selten gutes Fleisch verzehren als Massenware zu Dumpingpreisen. Und es gibt immer mehr gute Köche, ähnlich wie Sommeliers, die die Geschichte zu ihrem Fleisch erzählen können. Die haargenau wissen, wie ihre Tiere gelebt und was sie gefressen haben. Sie kennen den Schlachtprozess, weil sie ihn teilweise begleiten, und sie haben auch die Aging-Prozesse des Fleisches im Blick. „Tierhaltung ist eben nicht gleich Tierhaltung“, bringt Humphries es auf den Punkt. „Jeder, der Fleisch isst, sollte den Respekt davor mitbringen, dass dafür ein Tier sein Leben gelassen hat.“ Außerordentliche Qualität und ein angemessener Preis sind seiner Meinung nach die notwendigen Begleiter auf dem Weg zu einem bewussten Genuss. Und der darf dann auch mal an die 100 Euro kosten. Das ist selbst für Gutverdienende eine Stange Geld, ein echter Sonntagsbraten eben. Doch der erzieherische Effekt besteht darin, dass man Industriefleisch danach nicht mehr anrühren mag. Lieber selten nur das Gute, dafür aber definitiv ein Geschmackserlebnis. —👉






Zweimal täglich bekommen die Rinder das köstliche hefefaltige Bier aus der lokalen Brauerei „Monty’s“.

WÄHREND DER REIFUNG  
WIRD DAS  
FLEISCH UNFASSBAR  
ZART UND ENTFALDET  
EINE VIELFALT  
UNGEAHRTER AROMEN.

## HOCHWERTIGES WAGYU-BEEF – WARUM ES SO TEUER IST

Wagyu-Rinder, manche nennen sie auch irrtümlicherweise Kobe-Beef, stammen ursprünglich aus Japan, dürfen aber bis heute nicht exportiert werden. Die Populationen außerhalb der asiatischen Region rund um Kobe stammen von Tieren, die zu wissenschaftlichen Zwecken Mitte der neunziger Jahre über die USA nach Australien gelangten. Das Besondere an dem Fleisch dieser Rinder? Bevor die Japaner unter fremdem Einfluss auf den Geschmack von Rindfleisch kamen, wurden die Tiere über viele Jahrhunderte als reine Arbeitstiere genutzt. „Das hat zu einem Stammbaum mit intramuskulärem Fett geführt, das sich in feinen Linien durch das Fleisch zieht und für seinen besonders feinen Geschmack sorgt“, sagt Rachel Godwin von »Alternative Meats«. Die Waliserin gehört zu den wenigen weiblichen Fleischexperten in England und vertreibt das Fleisch von Ifor Humphries zum Beispiel in renommierten Läden wie der Foodabteilung von Harrod's in London. Rachel Godwin weiß: „Je höher der intramuskuläre Fettanteil, desto besser die Qualität.“ Die kann auf der Marmorierungsskala bis zu zwölf Punkte erreichen, analog zu den Parker-Punkten für erlesene Weine. In Europa kommt das allerdings äußerst selten vor: Mit seinem Fleisch, das eine Kreuzung ist aus Wagyu mit Angus oder Limousin, erreicht Humphries immerhin Werte um die sechs. Wer das Fleisch ins Haus geliefert haben möchte, kann es übrigens direkt online bestellen:

[mail@alternativemeats.co.uk](mailto:mail@alternativemeats.co.uk) 

1. Exzellentes Fleisch braucht nicht mehr als ein bisschen Salz, Pfeffer und Öl. 2. Außen kross gebraten, innen saftig und fein marmoriert: eine Geschmacksexplosion auf dem Gaumen, die man nicht so schnell vergisst. 3. Mit Öl beträufelt und direkt in die Pfanne: Hitze karamellisiert die Außenschicht des Fleisches und ein unvergleichlicher Geschmack entsteht.

# 85%

der Deutschen essen nahezu täglich Fleisch. Bioprodukte sind zwar stark im Kommen, aber von einer flächendeckenden Akzeptanz kann leider noch keine Rede sein. Nach letzten Untersuchungen bringt es Biorindfleisch inzwischen auf einen Marktanteil von sechs Prozent.

# 71 81

Prozent der Befragten in einer Studie des Marktforschungsinstitutes GfK gaben an, dass gutes Fleisch auch mal teuer sein darf.

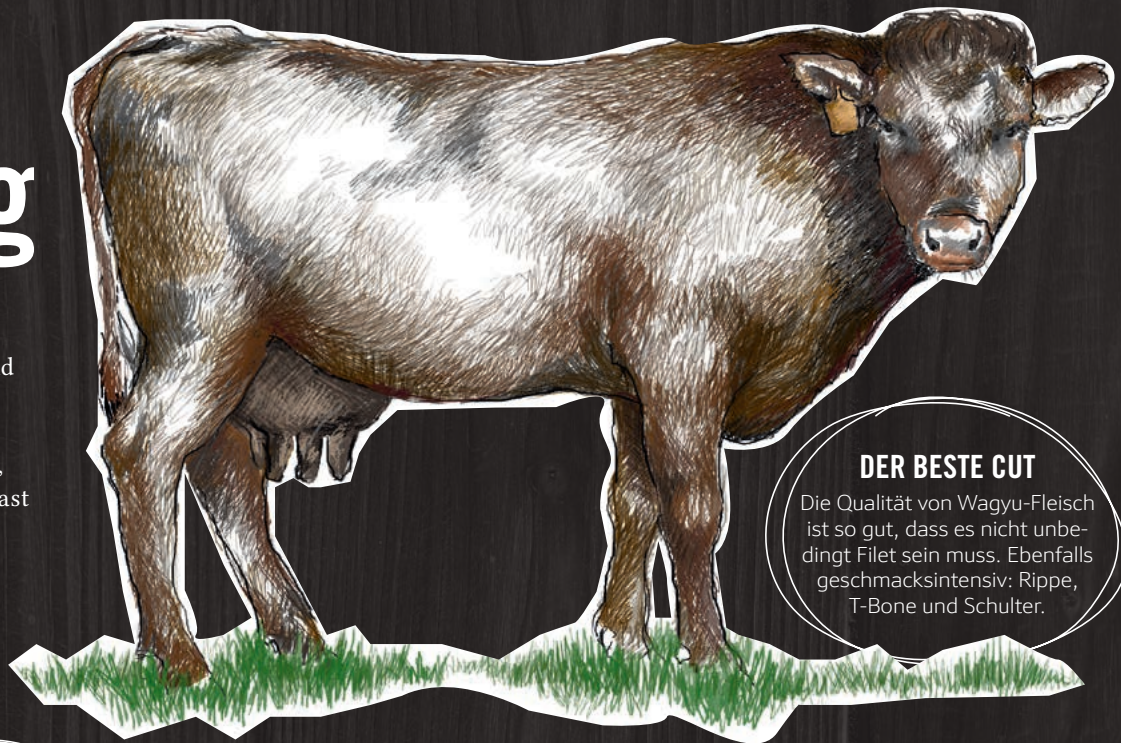
Prozent würden sogar Fleisch aus der Region kaufen, wenn sie die Wahl haben.

### FETT IST DER GESCHMACKSTRÄGER

Bei intramuskulärem Fett bekommt das Fleisch einen zarten, samtigen Geschmack. Eine Sauce wäre Sünde, weswegen Wagyu-Fleisch in Restaurants nicht nur pur, sondern meist sogar ohne Beilagen angeboten wird.

# 60 kg

Fleisch isst der Deutsche im Schnitt pro Jahr, überwiegend Schweinefleisch. Amerikaner bringen es auf 92 Kilogramm, allerdings essen sie fast nur Geflügel.



### DER BESTE CUT

Die Qualität von Wagyu-Fleisch ist so gut, dass es nicht unbedingt Filet sein muss. Ebenfalls geschmacksintensiv: Rippe, T-Bone und Schulter.

### HOCHWERTIGES FLEISCH IST GESUND

Rindfleisch besteht zu 21 Prozent aus Eiweiß. Das Eiweiß ist aufgrund seiner spezifischen Aminosäuren für unseren Körper gut zu verwerten. Ernährungsexperten sind sich einig, dass die Menge des Verzehrs entscheidet, was gesund ist und was nicht: Bei einer wöchentlichen Menge von 300 bis 600 Gramm hört der Spaß auf.

# 85%

so hoch ist die Luftfeuchtigkeit bei der Dry-Age-Reifung. Das ist der Prozess, der gutes Fleisch noch besser macht. Die Temperatur liegt bei 2 bis 3 Grad. Dabei verliert das Fleisch an Gewicht, bis zu einem Drittel weniger kann es nach dem Prozess wiegen, was das Fleisch noch zarter macht – allerdings auch teurer.

# 170 €

So viel kostet ein 250 Gramm zartes Wagyu-Filet der Qualitätsstufe 9+. Das Motto der Gourmetszene? Lieber mit allen Sinnen genießen und das Loch in der Kasse später mit einfachen, günstigeren Speisen ausgleichen.

# KOCHEN WIE DIE PROFIS.



DAS GEHEIMNIS DES DAMPF- UND NIEDRIGGARENS.

REZPT VON  
MALTE AUF DER  
NÄCHSTEN SEITE



# AUSSEN KNUSPRIG UND INNEN RICHTIG SAFTIG. EBEN RUNDUM LECKER!

**H**aben Sie sich schon einmal gefragt, warum manches Stück Fleisch hart ist wie eine Schuhsohle, ein anderes dagegen saftig bleibt und ein intensives Aroma entfaltet? Das liegt nicht nur an der Qualität des Fleisches, sondern vor allem an seiner Zubereitung. Hat es zu schnell zu viel Hitze bekommen, wird es grau und hart. Beim Dampfgaren und beim Niedriggaren kann das nicht passieren. Letzteres fällt sogar in die Slow-Cooking-Bewegung: Zeit ist die Maßeinheit, in der sie sich im wahrsten Sinne des Wortes mit jeder Minute weiter vom Fast Food entfernt.

Warum das gerade für Fleisch so essentiell ist? Bei schnellen Bratvorgängen und hohen Temperaturen in trockener Hitze von mehr als 150 Grad entsteht im Fleisch ein starkes Temperaturgefälle: Im Kern ist das Fleisch noch roh, während die Hülle schon kross ist. Eiweiß wird zerstört und chemische Prozesse führen dazu, dass diese Stellen austrocknen und die Farbe verlieren. Beim Dampfgaren mit ganz viel Feuchtigkeit oder auch bei niedrigen Temperaturen um die 80 Grad kann sich die Hitze gleichmäßig verteilen. Das Fleisch bleibt überall saftig und zart. Damit es eine schöne Kruste bekommt, können Sie das Fleisch kurz in einer Pfanne anbraten, bevor es in den Ofen wandert. Achten Sie darauf, dass das Fleisch Zimmertemperatur hat. Würzen Sie es vorher, dann hat es außen eine schmackhafte Kruste und im Inneren ist es rosarot und butterweich.

Gerade Fleisch braucht richtig gute Messer. Das Santoku, ein japanisches Kochmesser, wird auch »Messer der drei Tugenden« genannt, weil man mit ihm Fleisch, Fisch und Gemüse schneiden kann.



## MUST-HAVES: BRATENTHERMOMETER

*Wer auf den Punkt garen will, kommt um ein gutes Bratenthermometer nicht herum.*

*Das professionelle Messgerät gibt Aufschluss über die Kerntemperatur in Fleisch, Fisch und Geflügel.*

*In manche Backofen-Linien ist es sogar schon integriert. Ist die Kerntemperatur erreicht, ertönt ein akustisches Signal und der Backofen schaltet sich automatisch ab. Grundsätzlich gilt für jeden Garvorgang: Öffnen Sie die Ofentür möglichst selten, damit die Gartemperatur konstant bleiben kann.*

## GUTE TIPPS ZUM NIEDRIGGAREN

*Wenn das Bratenthermometer eine Kerntemperatur von 55 bis 60 Grad anzeigt, was bei 80 Grad Gartemperatur nach circa zwei Stunden der Fall ist, können Sie den Bräter aus dem Ofen nehmen. Das sanft gegarte Fleisch ist übrigens nicht heiß, sondern nur lauwarm. Deswegen sollten Saucen und Beilagen heiß sein. Und das ist der einzige Moment, in dem Schnelligkeit ins Spiel kommt: Gut ist, wenn Sie Ihre Kreation ohne Verzögerung auf vorgewärmten Tellern servieren.*

## JE HÖHER DIE QUALITÄT DES FLEISCHES – DESTO BESSER

1. Zum Dampf- und Niedriggaren bietet sich hochwertiges Fleisch an, möglichst ohne Knochen. Bei Rind wären das Filet und Roastbeef, bei Kalb die Nuss, bei Lamm und Wild darf es gern die Keule sein.
2. Die Garzeit richtet sich danach, wie groß das Fleisch ist und ob es blutig, medium oder durch sein soll.
3. Grundwerte lassen sich für beide Garmethoden anhand von Tabellen ermitteln. Ein Kilogramm Roastbeef mit einer Anbratzeit von zehn Minuten braucht zwei Stunden, ein Kilogramm Kalbsnuss fast eine Stunde länger.

# EINFACH MAL DAMPF ABLASSEN...



Malte weiß den vollauffahrbaren Auszug zu schätzen. So kann er den 2,5 Kilogramm schweren Wildbraten problemlos aus dem Ofen heben.



## WILDSCHWEIN AUF GEMÜSE

4–6 Personen, 45 Minuten  
Zubereitungszeit

### ZUTATEN

1 Wildschweinkeule, ca. 2,5 kg,  
3 Rote Zwiebeln, 2 Karotten, 2 Stangen  
Staudensellerie, 2 Tomaten,  
1 Lauchstange, 1 Fenchel, 1 Bund  
Bärlauch, 2 Frische Lorbeerblätter,  
2 Knoblauchzehen, 2 Zweige Rosmarin,  
1 EL Wacholderbeeren, 1 EL  
Fenchelsamen, 1 TL Kümmel,  
1 EL Meersalz, 1 EL Pfeffer, 2 EL grober  
Senf, Thymian, Schale einer  
Biozitrone, Olivenöl.

### ZUBEREITUNG

1. Zwiebeln, Karotten und Sellerie schälen und in Spalten schneiden. Tomaten, Lauch und Fenchel waschen und ebenso in Spalten schneiden.
2. Das Gemüse mit der Zitronenschale, Lorbeer, Knoblauch, Thymian und Rosmarin auf ein tiefes Backblech legen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen und mit etwas Olivenöl beträufeln.
3. Wacholder, Fenchelsamen, Kümmel und Pfeffer in einer Pfanne erhitzen und anschließend in einem Mörser zusammen mit etwas Meersalz fein zerstoßen.
4. Die Wildschweinkeule an der Innenseite aufschneiden und den Knochen auslösen. Das Fleisch aufklappen, mit Senf bestreichen und mit einem Teil der Gewürzmischung gleichmäßig bestreuen. Bärlauch darauf verteilen und das Fleisch straff einrollen. Mit Küchengarn binden. Die Wildschweinkeule mit der restlichen Gewürzmischung bestreuen.
5. Etwas Olivenöl in einer Universalpfanne erhitzen und die Wildschweinkeule von allen Seiten gut anbraten.
6. Anschließend die Wildschweinkeule auf das Backblech mit Gemüse setzen und auf Einschubebene 1 bei CircoTherm® 170 Grad mit Dampfintensität gering ca. 50–80 Minuten garen.
7. Danach das Fleisch an einem warmen Ort kurz ruhen lassen. Anschließend in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Schmorgemüse anrichten.

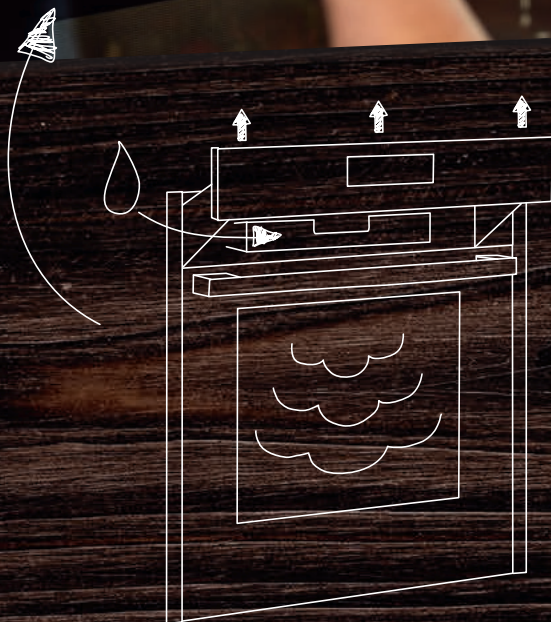
## UNSER EXPERTE



MALTE KRUSE ISST AM LIEBSTEN FLEISCH, DAS ER SELBST ERLEGT, UND FISCH, DIE ER GEFANGEN HAT. Diese klare Geisteshaltung vertritt der Restaurator und passionierte Koch und kann sie auch begründen. Nur wer sich mit den Lebensbedingungen der Tiere auseinandersetzt, kann auch wertschätzen, was er auf dem Teller hat. „Dieses gesamte Ökosystem zu begreifen, das ist eigentlich das Schönste daran“, findet er.



PERFEKT VERSTECKT:  
der neu entwickelte  
Wassertank. Leicht zu ent-  
nehmen und zu befüllen.



## VARIO STEAM®



Die intelligente Dampfunterstützung.

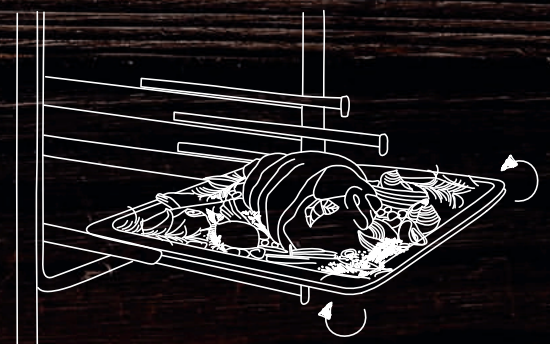
Mit VarioSteam® werden die Speisen beim Braten, Backen und Aufwärmen per Dampfzugabe in drei Intensitätsstufen mit der idealen Feuchtigkeit versorgt. Für ein intensiveres Geschmackserlebnis und besonders leckeres Aussehen.

## COMFORT FLEX



Das innovative Auszugssystem fürs Backblech.

ComfortFlex ermöglicht seitliches Greifen, für die einfache und sichere Entnahme des heißen Blechs. Die Auszüge können flexibel im Backofen versetzt und je nach Einschubhöhe individuell platziert werden – auf allen Backebenen. Wie der Name sagt: komfortabel und flexibel.



KOMFORTABEL GEDACHT:  
Mit dem neuen ComfortFlex Auszug lässt sich das Backblech so weit herausziehen, dass es seitlich greifbar ist und bequem und sicher entnommen werden kann.

# SLIDE&HIDE®

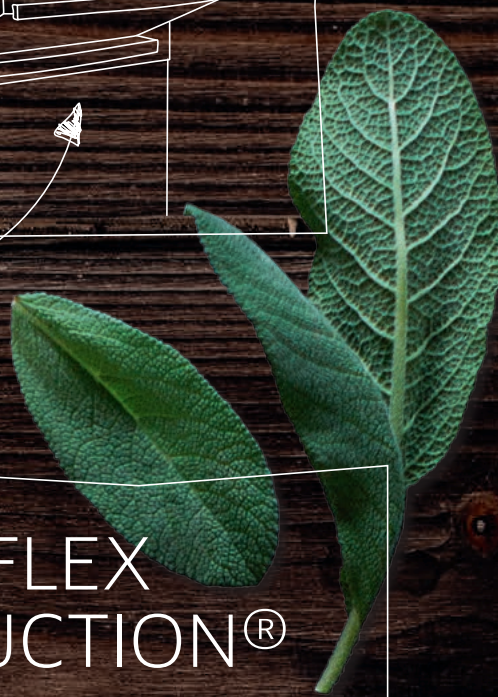
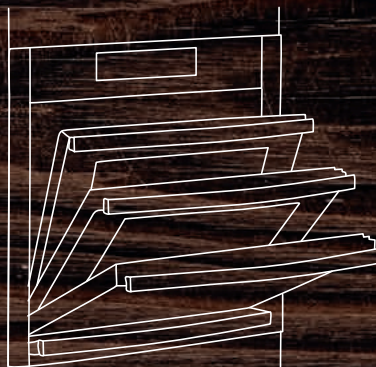


Die einzige voll versenkbare Backofentür.

Slide®: Beim Öffnen und Schließen der Backofentür dreht sich der Griff stets mit, für bessere Griffbarkeit. Hide®: Im geöffneten Zustand verschwindet die voll versenkbare Backofentür komplett unter dem Backraum und schafft so Platz in jeder Küche.



Damit steht der Kreativität nichts mehr im Weg. Nicht einmal die Backofentür.

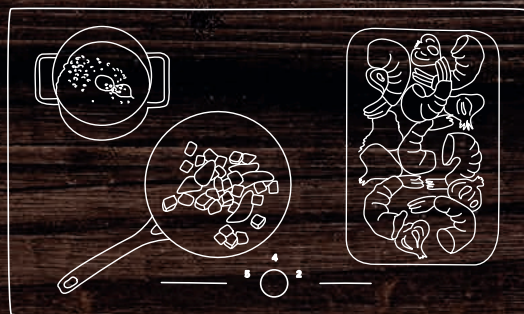


# FLEX INDUCTION®



Die flexible Kochzone.

Flexible Induktionsflächen können einzeln bedient oder mit der Sensortaste paarweise zu einer großen Kochfläche verbunden werden. Das bietet maximale Flexibilität bei der Platzierung des Kochgeschirrs und viel Platz für Töpfe, Pfannen und große Bräter. Und für noch größere Ideen.



Innerhalb der flexiblen Zone kann das Kochgeschirr beliebig platziert werden. Sie wird mit dem Twistpad® Bedienknopf angewählt und präzise geregelt.



## UNSER EXPERTE



GIAN PAOLO LEBT IN BERLIN. MIT DEM REZEPT VERBINDET IHN EINE SEHR PERSÖNLICHE GESCHICHTE.

*Der gebürtige Italiener ist Maler und war in New York mit einem Künstler befreundet, der seine Arbeit förderte. „Pollo alla Nonna“ (Huhn nach Art der Großmutter) war ihr gemeinsames Lieblingsgericht und landete abends oft auf dem Tisch. Wenn Gian Paolo dies heute kocht, muss er an seinen verstorbenen Freund denken.*



SMARTE  
DETAILS, DIE  
JEDER  
PROFIKOCH  
SCHÄTZT.

Kochen wie Großmutter, aber mit moderner Technik: Das leichte Backblech lässt sich spielend leicht herausheben.

## POLLO DELLA NONNA

4–6 Personen, 45 Minuten Zubereitungszeit

### ZUTATEN

1 Französische Maispoularde, 1 Zwiebel, 1 Stück Staudensellerie, 8 Babyartischocken, 2 Knoblauchzehen, 1 Peperoni, 16 Kapernäpfel, 1 Thymianzweig, 1 Lorbeerblatt, 2 Eier, 100 g Mehl, 50 g Butter, 50 ml Weißwein, Olivenöl, Pimentkörner, Salz, Pfeffer

### ZUBEREITUNG

1. Das Huhn waschen und trocknen und Brust und Keule ablösen. Anschließend in kleine Stücke schneiden.
2. Zwiebeln und Sellerie grob würfeln. Für den Geflügelfond Zwiebeln und Sellerie zusammen mit den abgelösten Knochen, Piment und dem Lorbeerblatt in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken und köcheln lassen.
3. Das Brustfilet und die Keulen in Tranchen schneiden und in einer Panade aus Eiern, Mehl und Salz wenden.
4. Artischocken, Knoblauch und Peperoni klein schneiden und kurz in Olivenöl anbraten. Salzen und pfeffern. Anschließend auf ein Backofenblech legen.
5. Die panierten Hühnertranchen kurz anbraten und mit Weißwein ablöschen. Danach die Tranchen zusammen mit Kapern und Salbei auf das Backblech geben.
6. Auf Einschubebene 3 mit CircoTherm® bei 220 Grad ca. 10–20 Minuten garen.
7. Den Geflügelfond durch ein Sieb passieren, mit Butter und Thymian aufkochen und kurz vor dem Servieren übergießen.



# BETREUTES ALTERN.



DIE HOHE KUNST DER KÄSEREIFUNG.

*Aus einem kleinen Dorf an der Grenze zwischen Auvergne und Loire, mitten im Herzen Frankreichs, stammen die besten Käsesorten der Welt. L'affinage, wie die Franzosen den Prozess der Käseveredlung nennen, ist eine wohl dosierte Mischung aus traditionellem Handwerk und moderner Technologie. Wir haben uns von Hervé Mons, dem Chef des Unternehmens, die Philosophie erklären lassen.*





OHNE EINEN  
EXZELLENTEN  
ROHSTOFF  
KANN ES KEINEN  
GUTEN KÄSE  
GEBEN.





**F**rüh am Morgen – die Sonne schickt gerade ihre ersten Strahlen über die rauen Bergketten der Auvergne – schraubt sich der Kleinbus von Hervé Mons die Serpentina hinauf. Er fährt schnell, rasend schnell. Fast hat man das Gefühl, in einem Formel-1-Wagen zu beschleunigen. Der Franzose lacht leise und beruhigt: „Keine Sorge, ich bin 20 Jahre Paris–Dakar gefahren.“ Paris-Dakar ist die härteste Wüstenrallye der Welt.

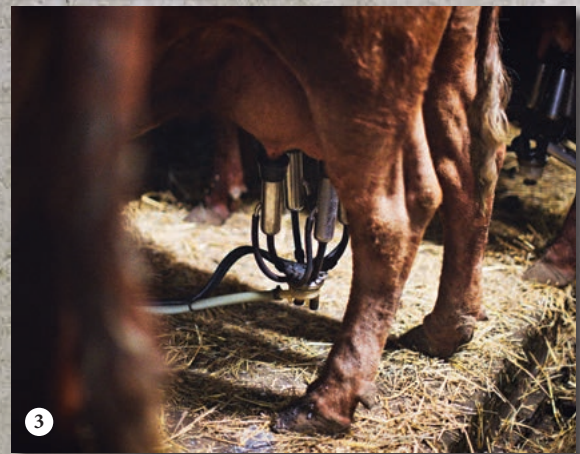
Hervé Mons hat nicht nur sein Lenkrad fest im Griff: Mit Sicherheit und Feingefühl steuert er auch sein Käseimperium. Mons-Fromage in Saint-Haon-le-Châtel, das ist weit über die Grenzen Frankreichs hinaus ein klingender Name. Es ist die Welt der Käseveredelung, wie sie Gourmets zu schätzen wissen, und der 53-Jährige scheint der Taktgeber des exzellenten Geschmacks zu sein. Ein Comté, ein Reblochon, der in seinen Kellern gereift ist, hat mit einem Plastikkäse aus dem Supermarkt so viel gemein wie ein IKEA-Regal mit einer Maßanfertigung von Antonio Citterio. An diesem Morgen ist Hervé Mons auf dem Weg zu einem seiner Milchlieferanten in den Bergen von Egliseneuve. In dieser abgeschiedenen Region hoch oben in den Bergen leben Josiane und Henri Bapt, die seit drei Generationen Salers züchten, eine altfranzösische Rinderrasse, bekannt für ihre schmackhafte Milch. Sie zu gewinnen ist harte Arbeit, Handarbeit. Dem natürlichen Zyklus folgend, geben die Kühe erst Milch, wenn sie durch ihre Kälbchen stimuliert worden sind. Das passiert zweimal am Tag, sieben Tage die Woche in der Zeit zwischen April und November. 280 bis 300 Liter Milch kommen pro Melkvorgang zusammen, an die 40.000 Liter sind es pro Monat, was etwa 4000 Kilogramm Käse entspricht. Tagsüber grasen die 60 Salers auf den saftigen Weiden der Region, während ihre Milch in einem Auffangbecken bei 33 Grad gerinnt, dann mit der Hand abgeschöpft, in runde Formen gedrückt und entwässert wird. Hervé Mons kommt oft hierher, um sich mit seinen Lieferanten (o. Ä.) auszutauschen. „Ein enger, freundschaftlicher Kontakt untereinander ist wichtig“, findet er. Seine Philosophie: „Ohne einen exzellenten Rohstoff kann es keinen guten Käse geben. Es sind die Milchproduzenten, die darauf Einfluss haben, wie ihre Tiere leben, was sie essen, und damit auch darauf, wie die Milch schmeckt. Wir arbeiten mit 130 Rohmilchbauern in Frankreich und der Schweiz zusammen, die nach alter Tradition produzieren.“ Während er spricht, füllt er einen Schluck der noch dampfenden Milch in einen Becher und kostet: ein leicht süßliches, nach Honig und Nuss schmeckendes Aroma. Die Basis für den Saint-Nectaire Fermier, den besonders aromatischen Rohmilchkäse dieser Region. —▶



1



2



3

1. Die Käsemasse wird vorsichtig mit der Käseharfe geschnitten. 2. In den historischen Gassen von Saint-Haon-le-Châtel scheint die Zeit stehen geblieben zu sein. 3. Zweimal täglich werden die Kühe gemolken.

## WER IST HERVÉ MONS?

ER GEHÖRT ZU DEN BESTEN AFFINEUREN FRANKREICHS. SEIN KÄSE IST GOURMETS AUS DER GANZEN WELT EIN BEGRIFF. WEIT ÜBER 100 TONNEN KÄSE LAGERN IN SEINEN KELLERN.



*Hervé Mons, 53, leitet mit seinem Bruder Laurent das »Maison Mons«. Die beiden mehrfach ausgezeichneten Affineure haben ein Käseimperium aufgebaut, das inzwischen über 20 verschiedene Länder beliefert und Geschäfte in Roanne, Lyon, Aix-en-Provence, London, Stockholm und Madrid hat. Abgehoben wirkt der naturverbundene Franzose deswegen noch lange nicht. In seiner raren Freizeit macht er am liebsten Crossrunning und fährt Mountainbike.*

## WO LIEGT

### SAINT-HAON-LE-CHÂTEL?



*Saint-Haon-le-Châtel ist ein wunderschönes, idyllisches mittelalterliches Dorf an der Grenze zwischen Auvergne und Loire. Die Bergketten ringsum sind vulkanischen Ursprungs. Das bekannte Mineralwasser Volvic stammt aus dieser Region.*

Es ist die Mission von Hervé Mons, dass es auf jedes winzige Detail in der Produktionskette ankommt: „Neben der Qualität der Milch und der Herstellung der Käse spielen die klimatischen Bedingungen während der Reifung eine wichtige Rolle“, erklärt er. Das Herzstück seines Unternehmens ist ein stillgelegter 185 Meter langer Eisenbahntunnel, in dem in fünf großen hölzernen Eisenbahnwaggons bei 94 Prozent Luftfeuchtigkeit und neun Grad Kälte an die 100 Tonnen Käse lagern. Und zum »Maison Mons« gehören drei Tunnel.

Über ihre Behandlung während der Reifung spricht Hervé Mons mit viel Emotion und Herzblut – fast so, als würde es um die Erziehung seiner Kinder gehen: „Um sich in Geschmack und Konsistenz optimal entfalten zu können, braucht jeder Käse eine ganz besondere Pflege.“, sagt Mons.




Regelmäßige Kontrolle: Für den delikaten Prozess der Käsureifung muss man all seine Sinnesorgane einsetzen.

„Er muss sorgfältig mit Salzwasser abgerieben, gebürstet und gewendet werden. Zwei bis drei Millionen Mikroorganismen tummeln sich auf seiner Rinde. Es spielt eine Rolle, ob der Käse auf Holz lagert, auf Stroh, auf Papier oder Stein. All das beeinflusst seinen Geschmack, seine Aromen, die Konsistenz“, erklärt der Experte, der den Prozess gemeinsam mit seinen 28 Mitarbeitern beobachtet, begleitet und kontrolliert. Dabei werden alle Sinnesorgane beansprucht, selbst das akustische. Offensichtlich verrät ein Klopfen an der Rinde, in welchem Reifestadium sich der Käse befindet. Zwischen vier Monaten und drei Jahren dauert es, bevor die Käselaike gereift sind und hübsch verpackt in den Feinschmeckertempeln der Metropolen landen. —▶







# EIN GÖTTLICHES STÜCK FRANZÖSISCHER LEBENSART. SAVOIR-VIVRE EBEN.

**D**ie Qualität seiner Produkte hat dem »Maison Mons« längst Weltruf beschert. Und das ohne große PR-Maschine. „Wir brauchen sie nicht, wir investieren lieber in unsere Qualität“, sagt der Franzose und ein Kranz von Lachfältchen überzieht sein Gesicht. „Die Mund-zu-Mund-Propaganda ist wesentlich effizienter“, freut er sich, was bescheiden und natürlich wirkt, obwohl er inzwischen zu den Global Playern der Gourmetbranche zählt. Darüber hinaus hat die persönliche Empfehlung zufriedener Kunden einen Synergieeffekt, der ihm entgegenkommt: Der kommunikative Unternehmer liebt es, sich auszutauschen. Seine Fachkenntnisse teilt er gern mit anderen Käsespezialisten, Einladungen nach Japan und in die USA sind die Folge. Dort gibt er inzwischen regelmäßig sein Wissen zum Thema Käseveredlung weiter. Keine Befürchtung, dass ihm jemand etwas abschauen und kopieren könnte? Hervé Mons widerspricht: „Nein, jedes Land hat andere klimatische Bedingungen, in denen die Tiere leben.

Das beeinflusst den Rohstoff, die Milch, weil die Tiere anderes Futter zu fressen bekommen.“ Und er fährt fort: „Das hat aber auch Auswirkungen auf die Verarbeitungsprozesse. In der Hitze Süditaliens etwa sind das andere als zum Beispiel in der Schweiz. Wir können voneinander lernen und so die besten Käsesorten aller Zeiten kreieren.“ Die Vision Hervé Mons' ist es, eine internationale Vereinigung von Käsespezialisten zu gründen, die sich – ähnlich wie Sommeliers – regelmäßig treffen und ihr Fachwissen zur Verfügung stellen. Dabei liegt ihm das Thema Nachhaltigkeit besonders am Herzen. „Ich wünsche mir, dass Menschen, die nach einer ähnlichen Philosophie produzieren, aber auch gute Erzeugnisse genießen, mehr Einfluss darauf haben können, dass wir alle auf unserem Planeten bewusster leben.“ Ein kleiner Schritt wäre getan, wenn Konsumenten seltener Massenprodukte wählten und auf feine Qualität setzten. Auch wenn sie teurer ist. Was sie dabei gleich mitbekämen? Ein göttliches Stück französischer Lebensart. „Savoir-vivre“ eben. ■

# NICHTS GEHT OHNE GUTE LAGERUNG.

AUCH ZU HAUSE SPIELT SIE EINE  
WICHTIGE ROLLE.



## AUF HOLZ

Holz, Stroh und Papier bestehen aus Cellulose, das Wasser absorbiert. Die professionelle Reifung von Hartkäse findet auf Holz statt, weil das am meisten Wasser entzieht.



## AUF STROH

Auch Stroh absorbiert Wasser, aber nicht so stark wie Holz. Deswegen lagern darauf vor allem Weichkäse. Hier: Vacherin D'Arenche, Gournoir und St. Nectaire.



## AUF PAPIER

Am wenigsten Wasser wird auf Papier entzogen. Ideal für Weichkäse, der einen höheren Wassergehalt hat. Das reduziert seine Haltbarkeit nach dem Kauf allerdings auf drei bis vier Tage. Am besten lagert man ihn auch zu Hause in Spezialpapier und packt ihn ins Gemüsefach. Eine Stunde vor Verzehr herausholen, denn bei 16 Grad schmeckt er am besten.

# 5000

verschiedene Käsearten gibt es weltweit. Frankreich gehört traditionell zu den Marktführern.

# 3

Millionen Mikroorganismen sorgen dafür, dass sich die Milch in Käse verwandelt.

# 40 kg

wiegen die schwersten Käseläibe, wie etwa der Comté, ein würziger Rohmilchkäse.



# 56

Prozent Wasser darf ein Hartkäse maximal enthalten. Bei Weichkäse erhöht sich der Anteil auf 67 Prozent.

# 23 kg

Käse isst jeder Deutsche im Schnitt jährlich, überwiegend übrigens Gouda.


# 1,15

Millionen Tonnen Käse exportieren die Deutschen pro Jahr. Dazu gehören auch alle Formen von Streichkäse.

SELBST BEI  
GRATINS GIBT  
ES KEINE  
RÜCKSTÄNDE.

Frischer Gruyère,  
grob gehobelt –  
großartiger Geschmack

# BLITZBLANK DANK PYROLYSE.

—  —  
BEI HOHEN TEMPERATUREN ZERFALLEN ORGANISCHE  
VERBINDUNGEN. EINFACH WEGWISCHEN – FERTIG.

# PYROLYSE



Der Backofen, der sich fast von allein säubert.

Bei hohen Temperaturen bleibt nichts als Asche. Pyrolyse ist die gründlichste Idee, den Backofen zu reinigen. Einfach nach Beendigung des Pyrolyseprogramms das Gerät abkühlen lassen und kurz mit einem feuchten Tuch durchwischen, fertig.

Zudem sind alle Neff Pyrolyse Backöfen auch mit der effizienten Neff Reinigungshilfe EasyClean® ausgestattet. Etwa 0,4 Liter Wasser mit einem Tropfen Spülmittel in die Bodenwanne geben und einschalten.

Vom Auflauf ist nichts mehr zu sehen, nur der leckere Geschmack liegt noch auf der Zunge.



## UNSERE EXPERTIN



LOUISA WEISS HAT IN PARIS, BOSTON UND NEW YORK GELEBT. IN BERLIN GEFÄLLT ES IHR AM BESTEN.

*Ihr Foodblog »The Wednesday Chief« gehört zu den besten, weil er beides ist: persönlich und professionell. Jetzt hat die in Berlin lebende Kosmopolitin mit »My Berlin Kitchen« ein Kochbuch veröffentlicht – mit spannenden Lebens- und Liebesgeschichten sowie ihren Lieblingsgerichten.*

## GRATINIERTER MANGOLDAUFLAUF

4–6 Personen, 45 Minuten  
Zubereitungszeit

### ZUTATEN

750 g Gemüsezwiebeln, 6 kleine Knoblauchzehen, 500 g geputzter Mangold, 250 g altes Bauernbrot, 200 g Gruyère, 2 Tassen Gemüsebrühe, Olivenöl, Salz, Pfeffer

### ZUBEREITUNG

1. Zwiebeln klein schneiden und mit Olivenöl in einer tiefen Pfanne goldgelb anschmoren. Knoblauch fein hacken und zu den Zwiebeln hinzufügen. Im Anschluss salzen.
2. Mangold von harten Stängeln befreien, mit Olivenöl und einem Spritzer Wasser anschmoren und würzen.
3. Brot in Würfel schneiden und mit etwas Olivenöl und Salz in einer Schale durchmischen.
4. Gruyère grob reiben und Gemüsebrühe anrühren.
5. Zwiebeln, Knoblauch, Mangold und Brot abwechselnd in einer tiefen Auflaufform schichten. Anschließend mit der Gemüsebrühe übergießen und mit einer Schicht Gruyère bedecken.
6. Die Auflaufform auf dem Rost auf der Einschubebene 1 bei 200 Grad ca. 15–20 Minuten thermogrillen, bis die Kruste goldgelb geworden ist.



# ZURÜCK ZUR NEUEN ALTEN KÜCHE.



REGIONAL, PUR, EINFACH – DAS IST DIE PHILOSOPHIE  
VON PIETRO ZITO. FÜR SEINE KÜCHE IST  
GÄSTEN AUS ALLER WELT KEIN WEG ZU WEIT.

**I**m Herzen Apuliens, zehn Kilometer von der Adriaküste entfernt, liegt irgendwo im Nirgendwo das Bauerndorf Montegrosso. Ein idyllischer Ort, fast unberührt und jahrzehntelang gänzlich unbekannt. Bis der Küchenchef Pietro Zito 1992 mit der Gründung seines Restaurants „Antichi Saporì“ (dt. antike Küche) Montegrosso auf die kulinarische Landkarte Italiens holte. Seitdem ist nichts mehr, wie es einmal war. Gäste kommen aus aller Welt. Und die Osteria des bodenständigen Apuliers ist auf drei Monate im Voraus ausgebucht. Pietro Zitos schlichte Küche steht für etwas, das in der Welt des globalen Wahnsinns wieder richtig geschätzt wird: Alles, was in seinem Topf landet, stammt aus seiner eigenen Region. Die Null-Kilometer-Küche also. Vor seiner Haustür liegen die Schätze und sie heißen Rapa und Zichorie, Mangold und Fenchel – je nachdem, was gerade Saison hat. Die Philosophie von Pietro Zito ist schlicht, einfach und sehr sympathisch: „Man wird unweigerlich zum Koch, wenn man Nahrungsmittel liebt und die Natur und die Gaben der Jahreszeiten respektiert.“ Den Respekt der Gastkritiker hat er dafür schon längst: Das britische Magazin „The Guardian“ hat seine Kreationen zu einem der zehn denkwürdigsten Menüs erkoren.





*Rape ist eine Pflanze, die zu den Stängelkohlsorten zählt und überwiegend in Apulien angebaut wird. Sie hat ein leicht bitteres Aroma und erinnert im Geschmack an Brokkoli. Küchenchef Pietro Zito verarbeitet das Gemüse mit Orecchiette, Parmesan und frisch gepresstem Olivenöl.*

## WER IST

## PIETRO ZITO?

ER HAT KEINEN STERN.  
DAFÜR ABER EINE  
KLARE HALTUNG: FAST ALLES,  
WAS IN SEINEM TOPF  
LANDET, KOMMT AUS SEINEM  
GARTEN.



*Pietro Zito ist 47 und einer der bekanntesten Küchenchefs Apuliens. Zito engagiert sich neben seiner Tätigkeit als Küchenchef in Afrika: Sein Hilfsprojekt „Chefs sans Frontières“ fördert die Gründung von Kochschulen in Äthiopien und im Senegal. Arbeitslose Jugendliche bekommen dort eine Ausbildung zum Koch und werden dazu ermutigt, lokale Strukturen zu nutzen und zu fördern.*

## WO LIEGT

## MONTEGROSSO?



*Montegrosso ist ein Bauerndorf, das in der Region Murgia liegt, einer Hügel- und Landschaftskette am Stiefelabsatz Italiens. Die Abhänge der Hügel bieten im Frühling satte Weiden, die reich an Wildsalaten und Wildgemüsearten sind. Die Murgia verläuft südostwärts parallel zur Adria.*



**1.** Rustikaler Touch im alten Rustico: Das schlichte Design unterstreicht den reinen Geschmack der Speisen. **2.** Nie ohne mein Olivenöl: Wenn Pietro Zito verreist, hat er stets sein eigenes Olivenöl im Gepäck. **3.** Die Pasta wird in Handarbeit von der 76-jährigen Mutter Concetta hergestellt. **4.** Auch der berühmte Cacio, eine schmackhafte Mischung aus Ziegen- und Schafskäse, wird regional hergestellt. **5.** Mascarpone ist die Basis eines himmlischen Nachtisches. **6.** Verfeinert wird diese Creme mit Schokoraspeln und kandierten Früchten. **7.** Selbst das Restaurantschild ist handgefertigt.

# ALTE SCHÄTZE DER NATUR SIND DIE BASIS.

EIN INTERVIEW ÜBER ZEIT UND ESSEN MIT PIETRO ZITO.

**Signor Zito, herzlichen Glückwunsch: Ihr Restaurant hat kürzlich 20-jähriges Jubiläum gefeiert. In einem Bauerndorf wie Montegrosso bieten Sie ausgerechnet Bauerngerichte an. Wer kommt zu Ihnen, um Speisen zu essen, die der Vergangenheit angehören?**

Meine Familie stammt aus Montegrosso. Mein Vater Francesco war Landwirt, meine Mutter Concetta Hausfrau. Zu Hause gab es Orecchiette mit Rapegemüse zu essen, auch Kichererbseneintopf, Pane cotto, Bruschetta mit Tomaten, Salate aus Wildgemüse, gutes Olivenöl, gutes Brot – das sind Gerichte, mit denen ich aufgewachsen bin und die für die Gegend um Andria und Montegrosso berühmt sind. Als ich damals die Osteria eröffnete und genau diese alten Gerichte anbot, haben mich viele für verrückt gehalten. In dieser verlassenen Gegend haben nur Landwirte gelebt, die zu Hause das Essen aßen, was ich im Restaurant anbot. Genauso gut hätte ich auf Grönland versuchen können, Eiskwürfel zu verkaufen. Inzwischen sind wir auf drei Monate hinaus ausgebucht. Unsere Gäste reisen aus ganz Apulien an, um unsere „Küche des Überlebens“ zu probieren.

**Was zeichnet diese Kochkunst aus?**

Apulien gehörte lange zu den strukturärmsten Regionen Italiens. Während der Nachkriegszeit und der vielen Wirtschaftskrisen, die Italien im letzten Jahrhundert durchgemacht hat, war die Landbevölkerung gezwungen, eine Küche zu erfinden, die auf Lebensmitteln basierte, die ihr Land hergab. Daraus ist über Jahrzehnte hinweg eine

Kochkultur entstanden, die irgendwann bei jüngeren Generationen in Vergessenheit geraten ist, weil sie überlagert wurde von industrieller Landwirtschaft, von kulinarischen Trends aus dem Ausland und vom Import ortsfremder Produkte aus Übersee. Ich wollte mit meiner Osteria das zurückbringen, was verloren gegangen war: gesunde Speisen, die lokale Hersteller bevorzugen und regionale Wirtschaftskreisläufe stärken. Die Logistik unseres Hauses beruht auf der „Null-Kilometer-Idee“.

**Was bedeutet das?**

Unser Restaurant ist Teil des Slow-Food-Netzwerks. Die Slow-Food-Bewegung bemüht sich um die Erhaltung der regionalen Kochtraditionen mit heimischen pflanzlichen und tierischen Produkten. In unserer Küche wird deshalb nur verarbeitet, was im Umkreis von rund 20 Kilometern wächst oder hergestellt wird. Dadurch entfallen lange Transportwege – Transport bedeutet immer auch Umweltverschmutzung. Wir werden von lokalen Käsereien beliefert, von Fleischern, Ölherstellern und Weinkellereien. Insgesamt 20 lokale Familienbetriebe arbeiten für uns: Hausfrauen machen handgemachte Orecchiette; Landwirte produzieren frischen Ziegenkäse; Ölbauern stellen unser Olivenöl her. Und: Gemüse, Salate, Früchte und Eier beziehen wir aus dem hauseigenen Gemüsegarten. —▶



5



6



7

# RESPEKT BEDEUTET FÜR MICH ALSO, ZU KENNEN UND ZU VERSTEHEN, WAS DIE NATUR ZU WELCHER JAHRESZEIT BIETET UND WIE MAN DIESE LEBENSMITTEL VERARBEITET.

## Was bedeutet es, Respekt vor dem zu haben, was die Natur an Nahrungsmitteln bietet?

Ich bin in Montegrosso geboren und lebe hier mit meiner Frau und unserer sechsjährigen Tochter. Ich habe eine innige Beziehung zu unserer Landschaft und zu den Traditionen der Landwirte: Wenn ich in der „Murgia“ spaziere, dem nahe gelegenen Naturpark, sehe ich nicht nur grünes Weideland, wie es vielleicht ortsfremde Menschen tun. Ich sehe, dass dieses Land wild wachsenden Löwenzahn, Klatschmohn, Gurkenkraut liefert. Auch Artischocken, Rucola und verschiedene Minzarten wachsen hier. Diese Wildpflanzen nennen wir „Erbe spontane“. Viele dieser Sorten waren auf den lokalen Märkten in den neunziger- und frühen Nullerjahren kaum mehr zu haben. Damals verkauften italienische Gemüsehändler Eisbergsalat aus Holland, Tomaten aus Spanien, Radicchio aus Bergamo. Ich habe mich eines Tages gefragt: Welchen Bezug habe ich eigentlich zu diesen Produkten?

## Und was war Ihre Antwort?

Gar keinen. Diese Lebensmittel kommen aus Gegenden, die ich nicht wirklich kenne, und aus Gewächshäusern, die ich nicht mag. Der Transport dieser Lebensmittel verursacht zudem Kosten und er verschmutzt die Umwelt. Also habe ich mir damals die Mühe gemacht, mit den Alten aus unserem Dorf durch die „Murgia“ zu ziehen, essbare Wildpflanzen zu suchen, sie zu fotografieren, zu typologisieren, um

daraus ein Handbuch zu machen. Dieses Buch habe ich vielen Gemüsehändlern in unserer Gegend gezeigt. Inzwischen bieten viele von ihnen wieder alte Gemüsesorten und Wildsalate an. Respekt bedeutet für mich also, zu kennen und zu verstehen, was die Natur zu welcher Jahreszeit bietet und wie man diese Lebensmittel verarbeitet. Wer einen Salat in unserem Restaurant bestellt, bekommt nicht nur einen Teller vitaminreiche Kost serviert. Er erhält zugleich ein Stück Naturgeschichte unseres Landes. Nahrungsmittel sind keine Konsumgüter, sondern das Intimste, was wir Menschen zu uns nehmen, weil wir sie über den Mund in unseren Körper aufnehmen. Dessen sollte man sich bewusst sein.

## Die Adria ist nicht weit von Ihrem Restaurant entfernt. Fisch und Meeresfrüchte sucht man aber vergeblich auf Ihrer Karte. Warum?

Ich erzähle Ihnen eine kleine Geschichte: Vor einigen Monaten hat ein guter Freund versucht, ein Fischrestaurant in Montegrosso zu eröffnen. Ich habe zu ihm gesagt: „Das macht für mich keinen Sinn, was du vorhast. Gäste, die Fisch essen wollen, bekommen frischere Ware, wenn sie ins 20 Kilometer entfernte Trani oder Bisceglie fahren. Bei uns in Montegrosso aber sollten sie frische Rape essen, wilde Artischocken, eine würzige Focaccia, Bruschetta mit gesundem Olivenöl aus unserer Gegend. Fische wachsen bei uns nicht an den Bäumen. Was für einen Sinn macht es dann also, Fisch in Montegrosso zu servieren?“, habe ich ihn gefragt.

## Was hat Ihr Freund geantwortet?

Er hat einige Zeit nachgedacht und dann seine Karte umgeschrieben. Als wir 1992 „Antichi Sapori“ eröffneten, waren wir das erste Restaurant im Ort. Heute sind unsere 30 Plätze auf drei Monate hinaus reserviert. Wir haben nur an Wochentagen geöffnet, weil ich den Massenandrang an den Wochenenden nicht mag. Inzwischen wurden acht weitere Osterien in der Gegend um Montegrosso gegründet, die nach einer ähnlichen Idee wie unserer arbeiten und so die lokale Wirtschaft antreiben. Ich beziehe nur Weine aus Apulien und der Basilikata, um den örtlichen Weinbauern die Bedeutung zu geben, die sie verdienen. Es sind neue Käsereien, Biohöfe und Kunsthandwerksbetriebe entstanden, auch Schäfer haben sich wieder mit ihrem Vieh bei uns angesiedelt. Für unsere Gerichte benutze ich zudem nur Olivenöl, das aus Andria und Montegrosso stammt.

## Und was machen Sie, wenn Sie im Ausland auf Kongresse oder Messen eingeladen sind?

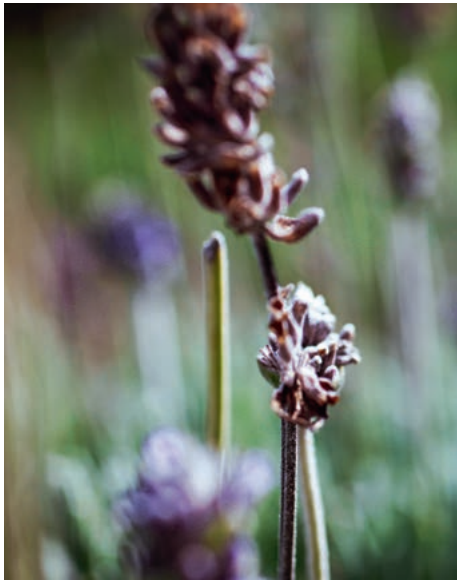
Ich habe immer zwei, drei Fläschchen eigenes Olivenöl aus Montegrosso im Gepäck dabei. →



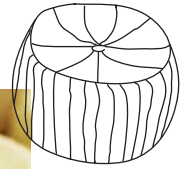


Nicht er selbst bestimme, was er den Gästen des Restaurants anbietet, sagt Pietro Zito. Die Natur entscheide dies: Zitos Gemüsegarten ist 15.000 Quadratmeter groß. Je nach Saison ernten er und seine Mitarbeiter aus der Mode gekommene Gemüsearten wie Rape und Zichorie. Der Garten bietet darüber hinaus gängige Sorten wie Mangold, Artischocken, Auberginen, Broccoli, Fenchel, Zucchini, Paprika, Rucola und Tomaten, natürlich auch Zwiebeln, Knoblauch, Minze, Thymian, Oregano und Basilikum. Zitos Hühner und Gänse legen täglich bis zu 40 Eier. Pietros Vater Francesco (80) arbeitet im Gemüsegarten mit. Seine Mutter Concetta (76) hilft in der Küche des Restaurants aus und macht handgemachte Orecchiette. Von Mutter und Großmutter hat Zito gelernt: „Den Beruf des Kochs erlernt man nicht wie andere Handwerke. Man wird unweigerlich zum Koch, wenn man Nahrungsmittel liebt, die Natur und die Gaben der Jahreszeiten respektiert.“

LAVENDELBLÜTEN VERLEIHEN  
EIN FEINES AROMA



ZIEGENKÄSE SCHMECKT AM  
BESTEN MIT OLIVENÖL



AN DIE 40  
EIER LEGEN  
ZITOS HÜHNER



FRISCHER  
FENCHEL IST DIE  
BASIS FÜR  
SALATE

## DIE NULL-KILOMETER-KÜCHE.

**S**low Food wurde 1989 in Italien gegründet. Die Bewegung bemüht sich um die Erhaltung der regionalen Küche mit heimischen pflanzlichen und tierischen Produkten und deren lokaler Produktion. Gastronomie nach den Kriterien von Slow Food muss gut, sauber und fair sein, die Produktion von Lebensmitteln regionale Wirtschaftskreisläufe stärken. Inzwischen gibt es Slow Food in mehr als 100 Ländern und es hat über 82.000 Mitglieder. Deutschland hat mit etwa 10.000 Mitgliedern eine der größten

Vereinigungen. Einer der Vorreiter dieser Bewegung ist Pietro Zito. In seiner Region Apulien steht alles unter dem Zeichen des regionalen Anbaus. Genau genommen ist das Umland eine einzige Olivenbaumplantage. So begrüßt zum Beispiel die nächstgrößere Stadt Andria ihre Besucher mit dem Schild »Stadt des Öls«. Heute gibt es neben der Osteria von Zito noch rund 20 weitere Restaurants und Tavernen, die sich auf diese Art von purer Küche spezialisiert haben. Ein Mikrokosmos schmackhafter Bodenschätze. ■

## ORECCHIETTE À LA PIETRO ZITO



### ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN

200 g Orecchiette aus Röstmehl  
500 g geputzter Stängelkohl  
50 g Brotkrumen aus altbackenem  
Brot

Olivenöl extra vergine, Knoblauch,  
Chili, Salz, Sardellenfilets  
nach Belieben

### ZUBEREITUNG

1. Für den Teig 200 g Mehl, 100 g Hartweizengrieß und 200 ml warmes Salzwasser zu einem glatten Teig verkneten.
2. Zu einer daumendicken Stange rollen. Circa 2 cm lange Stücke abschneiden und mit dem Daumen zu Hütchen formen. Über das Holz ziehen, damit die Oberfläche rau wird.
3. Den Stängelkohl putzen. Nur die noch nicht aufgeblühten Triebe und die zarten Blätter verwenden.
4. Den Stängelkohl und anschließend die Orecchiette in gesalzenes, kochendes Wasser geben.
5. In einem tiefen Topf das Olivenöl mit dem Knoblauch, Chili, ein paar Cherrytomaten und einigen Sardellenfilets zu einem Fond einkochen. Knoblauch andünsten. Warten, bis der Stängelkohl und die Orecchiette gar sind.
6. In einem kleinen Topf das Olivenöl erhitzen und die Brotkrumen aus altbackenem Brot darin rösten.
7. Wenn die Orecchiette gar sind, zusammen mit dem Kohl abgießen und in dem Fond schwenken.
8. Mit etwas frischem Olivenöl und den kross gerösteten Brotkrumen anrichten.



# KNACKIG MIT DAMPF UND KÄLTE.



GEMÜSE HÄLT SICH BEI GUTER LAGERUNG BESONDERS LANG.  
UND SCHMECKT AM BESTEN GANZ KURZ DAMPFEGART.



# GEMÜSE, SO FRISCH, DASS MAN DIE VITAMINE EINZELN HERAUSSCHMECKEN KANN.

**P**uristisch kochen mit viel Gemüse und ganz ohne Fleisch – das ist schon längst nicht mehr eine Geisteshaltung ökologisch angehauchter Aktivisten. Immer mehr Menschen, auch solche, die gegen ein ehrliches Stück Kurzgebratenes grundsätzlich nichts einzuwenden haben, legen immer öfter reine Gemüsetage ein. Und sie haben auch schon einen Namen: Flexitari-er nennen sie sich. Neudeutsch: Vegetarier-on-Demand.

Und nie standen die Zeichen dafür so gut. Inzwischen gibt es an jeder Ecke Supermärkte, Restaurants und Ketten, die es immer leichter machen, ausgefallene Gemüsesorten zu kaufen und zu verarbeiten. In jeder Konsistenz, in jedem Aggregatzustand. Haben Sie schon einmal Rote-Beete-Eis probiert, Fenchelschaum oder Vanille-Basilikum-Eis? Je klarer, eindeutiger und unverfälschter der Rohstoff, desto besser. Das ist die neue Generation an Speisen, die dem Gaumen völlig neue Geschmacksnuancen anbieten. Die Fenchelschiffchen unserer Expertin Sophie, schonend gegart mit FullSteam, passen in diese Rezepteküche.

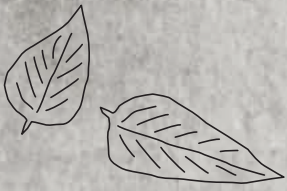


## WÄHLEN SIE GRÜNES!

*Wer sich an sieben Tagen in der Woche in großem Stil rotes Fleisch, Wurst oder Schinken einverleibt, verkürzt seine Lebenserwartung und hat ein höheres Risiko für Infarkt, Schlaganfall, Diabetes und diverse Krebsleiden. Dies ist das Ergebnis einer Studie an der Harvard-Universität. In einer Langzeitstudie analysierte das Team aus Ärzten und Ernährungsexperten die Daten von 37.000 Männern und 83.000 Frauen über 30 Jahre lang. Die Sterblichkeit der Studienteilnehmer, die täglich Fleisch gegessen hatten, lag um 13 Prozent höher, bei Fans von Wurst, Schinken und anderem verarbeiteten Fleisch war sie sogar um bis zu 20 Prozent erhöht. Wer nur halb so oft Steak isst, halbiert dagegen sein Risiko.*

### GUTE GRÜNDE FÜR MEHR GEMÜSE

1. Schon ein bis zwei Vitamintage pro Woche reichen aus, um seiner Gesundheit Gutes zu tun, empfehlen Ernährungsexperten.
2. Fleisch und Geflügel sind nur dann wirklich günstig, wenn sie aus Massentierhaltung stammen. Ein artgerecht gehaltenes Tier hat seinen Preis. Und der geht an den Geldbeutel.
3. Massentierhaltung ist einer der Hauptgründe für Umweltprobleme wie Klimawandel und Wasserverunreinigung. Man tut also gut daran, sehr viel öfter auf frisches Gemüse zu setzen.



# FULL STEAM



Vollwertiger Backofen  
und Dampfgarer in einem.

Der neue FullSteam Backofen von Neff vereint Dampfgarer und vollwertigen Backofen in einem Gerät. Zum Backen, Dämpfen, Aufwärmen und im Kombibetrieb sogar zum Dampfbacken.

So gart Gemüse schonend, Vitamine bleiben erhalten und Fleisch wird außen knusprig und innen saftig. Neben der komfortablen Bedienung ist auch die Befüllung des Wassertanks ganz einfach: Geräteblende per Tastendruck öffnen, Wassertank entnehmen, befüllen und schon dampft's los.



Sophie mag's vitaminreich. „Ich suche auf dem Markt nach Besonderem wie Süßkartoffeln oder Pastinaken. Schonendes Dampfgaren im FullSteam Backofen ist dafür perfekt!“



## FENCHEL-SCHIFFCHEN

4–6 Personen, 45 Minuten  
Zubereitungszeit

### ZUTATEN SCHIFFCHEN

4 Fenchelknollen, 2 große rote Beeten,  
4 Pastinaken, 1 Limette, 2 EL Sesamöl,  
½ TL milder Weisswein, Handvoll  
Mandeln, Salz, Pfeffer

### ZUTATEN PESTO

200 g Brennessel, 1 EL Honig,  
1 Limette, ½ TL Senf, 200 ml Olivenöl,  
Handvoll Sonnenblumenkerne und  
Pinienkerne, Salz, Pfeffer

### ZUBEREITUNG

**1.** Rote Beete und Pastinaken im Dampfbehälter (Größe S) auf dem Rost auf Einschubebene 2 bei 100 Grad für ca. 25 Minuten garen. Anschließend fein hacken. Mandeln grob hacken und alles in einer Schale vermischen. Mit Sesamöl, Limettensaft, Weißweinessig, Pfeffer und Salz abschmecken.

**2.** Fenchel halbieren, aushöhlen und im Backofen bei 100 Grad ca. 5 Minuten dampfgaren (Tipp: kann in einem zweiten Behälter zur Roter Beete und zu den Pastinaken gegeben werden).

**3.** Die Masse aus Roter Beete und Pastinaken anschließend in die dampfgegarten Fenchelschiffchen füllen und in einer Auflaufform auf dem Rost auf Einschubebene 1 mit CircoTherm® bei 180 Grad für 10–15 Minuten backen.

**4.** Für das Pesto die Brennessel 1 Minute im kochenden Wasser blanchieren und dann kalt abschrecken. Honig, Limettensaft, Senf, Olivenöl, Sonnenblumen- und Pinienkerne in einen Zerkleinerer geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pesto anschließend über die Schiffchen geben.

1

2

3



## UNSERE EXPERTIN



SOPHIE SCHMAHL IST MUSIKERIN UND KOCHT LEIDENSCHAFTLICH GERN.

*Kein Wunder, dass die gebürtige Amerikanerin besonders gern in der Küche singt: „Für Musik und auch Kochen brauchst du Leidenschaft“, findet sie. „Beides wird nur gut, wenn du wirklich mit dem Herzen dabei bist.“ Inzwischen hat sie zwei kleine Söhne und kocht mehr, als dass sie Musik macht.*

# HYDRO FRESH

## Der Frischetresor im Kühlschrank.

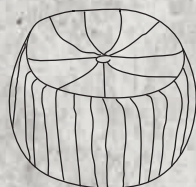
In der HydroFresh Schublade herrschen optimale Bedingungen für die Lagerung von Obst und Gemüse. Sie bleiben doppelt so lange frisch wie in herkömmlichen Kühlgeräten. Je nach Bedarf kann die Feuchtigkeit den dort eingelagerten Lebensmitteln einfach angepasst werden.



Wirklich smart: Mit einem Schieberegler können Belüftung und Luftfeuchtigkeit gezielt hoch- und runtergeregelt werden.



NEFF VERLÄNGERT  
DEN GENUSS.



# VITA FRESH®

## Die eingebaute Frischegarantie.

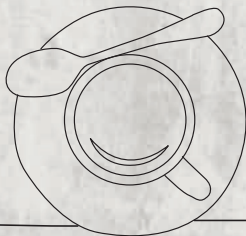
VitaFresh® hält frische Lebensmittel wie Fisch, Fleisch, Obst und Gemüse, oder Milchprodukte bis zu dreimal länger frisch. Dank einer Lagerung nahe 0 Grad und der optimalen Luftfeuchtigkeit. Der Nutzen: Alles bleibt länger frisch und man muss deutlich seltener einkaufen gehen.

# EINFACH EINE SAUBERE SACHE.



MAN KANN DAS KOCHERLEBNIS RICHTIG GENIESSEN, WENN DER ABWASCH DANACH ZUM KINDERSPIEL WIRD.

LEGEN SIE IHR GESCHIRR IN DIE HÄNDE VON PROFIS.



## CHEF70°



**Spülen mit voller Kraft.**

Das Programm Chef70° entfernt selbst hartnäckige Rückstände bei Pfannen, Brätern, Auflaufformen und allen anderen Arten von Geschirr – ohne lästiges Vorspülen. Das Wasser wird auf 70 Grad erhitzt und mit sehr hohem Druck gegen das Kochgeschirr im Unterkorb gesprüht. Im Oberkorb werden Gläser und Tassen mit sanfterem Wasserdruck strahlend rein. Das Ergebnis: restlose Sauberkeit, beste Trocknungsergebnisse und perfekter Glanz auf allen Ebenen.

## VARIO FLEX PRO®



**Das flexible Korbsystem.**

Mehr Freiheit beim Einräumen: Das flexible VarioFlexPro® Korbsystem bietet mehr Platz für große Teller im Unterkorb und mehr Sicherheit für Gläser im Oberkorb. Zusätzliche Flexibilität durch die absenkbare VarioSchublade Pro und die höhenverstellbare 3-fach RackMatic®. Alle roten verstellbaren Elemente sind auf einen Blick erkennbar.



# BERG, SEE, SAIBLING.



DER SAIBLING IST VIELLEICHT DER AUSSERGEWÖHNLICHSTE ALLER ALPENFISCHE – MIT EINEM ROSAFARBENEN BAUCH UND WUNDERBAR ZARTEM FLEISCH. ALEXANDER SCHECK IST BERUFSFISCHER UND AUF DIESEN SEESAIBLING SPEZIALISIERT. IM AUSSEER LAND FINDET ER GANZ BESONDERE EXEMPLARE.


Im hintersten Winkel der österreichischen Nordalpen, wo sich Salzkammergut und Steiermark treffen, der Dachstein hoch über der Landschaft thront und die Seen in die steilen Täler einschneiden wie die Fjorde Skandinaviens, liegt der Grundlsee. Ein Idyll am Ende eines sanften Tales, flankiert von kalkweißen Gipfeln. Hinter dem See kommt das Nichts. Das Tote Gebirge. Ein karges, kilometerweites hochalpines Steinfeld.

„Der See hat Trinkwasserqualität“, sagt Alexander Scheck, als er im Bootshaus seine Netze vorbereitet. Er wirft einen letzten Blick vom Steg in den Himmel. Es ist windstill. Nur ein paar dünne Schleierwolken hängen über den Bergen.

„Hinter dem See kommt kein Ort und keine Siedlung mehr. Das Wasser kommt direkt aus den Quellen oben in den Bergen. Es wird durch den Kalkstein gefiltert – und fließt in den See. Das ist einer der Gründe, warum der Saibling hier so besonders ist.“

Es ist später Nachmittag. Die Netze müssen ausgebracht werden. 5,7 Kilometer lang ist der See, knapp einen Kilometer breit. Alexander Scheck wirft den Motor seiner „Platte“ an – dieses typisch längliche Holzfisherboot mit dem flachen Rumpf, das in dieser Form seit Jahrzehnten am Grundlsee verwendet wird und mit dem man problemlos an jedem Ufer des Sees anlanden kann. Er legt die Netze in den Bug und fährt los.

„Der Seesaibling ist ein ganz besonderer Fisch. Nicht zu vergleichen mit einer Forelle. Der Saibling ist viel feiner im Geschmack. Ich würde sagen: nussiger.“ Alexander Scheck ist Fischer aus Leidenschaft, wie er selbst sagt. Am Wochenende hilft er hinter der Theke im Fischverkauf aus. Er ist 31, ein zupackender Mann, Berg- und Seemensch zugleich. Seine Eltern haben ein Wirtshaus am Ende des Sees. Spezialität des Hauses: Saibling. „Ich bin mit der Angel und am Kochtopf aufgewachsen. Ich weiß: Der beste Fisch ist immer der selbst geangelte“, sagt er. „Der wird höchstens noch übertroffen von dem Fisch, den man eigentlich nicht hätte angeln dürfen.“ Alexander lacht, seine Augen blinzeln verschmitzt. Jugendsünden, Angeln zur Schonzeit: Die Zeiten sind längst vorbei. Heute sorgt er dafür, dass die Fischerei am Grundlsee absolut nachhaltig betrieben wird. Mit Netzen dürfen nur die wenigen Berufsfischer die meist ein paar hundert Gramm schweren Saiblinge aus dem Wasser ziehen. „Wir holen niemals mehr als 1600 Kilogramm Saibling pro Jahr aus dem See. Anders geht es gar nicht. Du musst hier in den Gebirgsseen nachhaltig fischen. Sonst wäre der See nach zwei, drei Jahren leer.“

Der wild gefangene Saibling ist eine Delikatesse. Und eine echte Rarität. Der Grundlsee ist ein spektakulärer Naturraum, ein sensibles Ökosystem – und genau wegen dieser Kombination einer der Orte, an denen man einen der besten Süßwasserfische im Alpenraum beziehen kann. „Genussregion Ausseer Land“ sagt man auch zu der Gegend rund um 



### EINE DELIKATESSE AUS DER STEIERMARK


*Der Ausseer-Land-Seesaibling kommt im Grundlsee, im Toplitzsee und im Altausseer See vor und hat sich an die rauen Bedingungen der alpinen Gewässer angepasst. Der Fisch ist ein hundertprozentiges Naturprodukt: weil er im Wildfang gefischt wird, die Zuflüsse der Seen direkt aus den Bergen kommen und die Fische nicht gefüttert werden dürfen. Der Ausseer-Land-Seesaibling ist für sein hellrosa Fleisch bekannt.*

*Dafür sorgt ein Seeplankton, das zur Hauptnahrung des einstigen Räubers geworden ist. Eine typische Zubereitung des Ausseer Seesaiblings: Zur „Lechpartie“, bei einem überdachten Grillen im Herbst, wird der Fisch eingesalzen und über schmalen Buchenholzscheiten in Uferhütten über dem offenen Feuer gegrillt. Nach dem Seesaibling wird seit dem 13. Jahrhundert gefischt.*

Bad Aussee und Grundlsee. Und das hat viel mit dem Seesaibling zu tun.

Die beste Art, einen Saibling zuzubereiten? „Das Wichtigste ist natürlich ein gutes Produkt“, sagt der Fischer. „Man braucht dann nicht mehr viel. Ich nehme grundsätzlich nur Butter und Salz. Ich brate oft nach dem Fischen einen Fisch in der Pfanne. Oder grille ihn über dem Lagerfeuer.“

Alexander Scheck kann schimpfen über die „Sünde“, einen Fisch mit Knoblauch zu würzen. „Dann kann ich auch gleich ein Brathendl oder ein Fischstäbchen essen.“ Er lacht. Meint das aber sehr ernst. Alexander Scheck, der Fischer, steht für Freude am echten Geschmack, für unverfälschten Genuss. Er lebt Slow Food – ohne dass er es selbst so nennen würde.

Fisch wird im Ausseer Land viel gegessen. Fast immer gilt in der Zubereitung: Weniger ist mehr. In der Region wird der Saibling sogar als Saiblings-Sashimi oder Tatar gegessen. Aber was ist sie nun, die Königsmethode der Zubereitung? Alexander Scheck sagt: „Am besten schmeckt der Fisch gegrillt über schmalen Buchenholzscheiten am Lagerfeuer. Wie bei den traditionellen Lechpartien.“ Das waren die spontanen Grillnachmittage der Fischer, wenn sie zur Laichzeit im Herbst mittags ein paar frische Saiblinge am Ufer grillten. Heute trifft man sich zur Lechpartie in einer Hütte am Ufer. „Man reibt den Fisch eineinhalb Stunden vorher mit viel Salz ein, dann streift man die Flüssigkeit und das Salz ab und lässt ihn 12–15 Minuten ungefähr 30 Zentimeter über dem Feuer garen. Wichtig: Die Haut muss — 







AM BESTEN  
SCHMECKT DER  
FISCH GEGRILLT  
ÜBER SCHMALEN  
BUCHENHOLZ-  
SCHEITEN AM  
LAGERFEUER  
WIE BEI DEN  
TRADITIONELLEN  
LECHPARTIEN.



1. Vor dem Grillen wird jeder Fisch dick mit Salz eingerieben. 2. Dann wird er auf Buchenholzstangen aufgezogen. 3. Über dem offenen Feuer gegrillt schmeckt er am besten. 4. Absolut nachhaltig: Nur wenige Fischer dürfen ihre Netze in den Bergseen auslegen.

WER IST

ALEXANDER SCHECK?

ER FISCHT ZWAR, ÜBERWACHT  
ABER AUCH, DASS DIE  
POPULATION NICHT AUSSTIRBT.



*Alexander Scheck ist mit der Angel in der Hand aufgewachsen. Er sorgt dafür, dass die Fischerei am Grundlsee absolut nachhaltig abläuft.*

*Niemals mehr als 1600 Kilogramm dürfen in die Netze. Pro Jahr, versteht sich – sonst wäre der See in Kürze leer.*

WO LIEGT

DER GRUNDLSEE?



*Der Grundlsee liegt im Ausseer Land, im Nordwesten der Steiermark. Der See ist 5,7 Kilometer lang und an seiner breitesten Stelle einen Kilometer breit. 1500 Menschen leben am Ufer des Sees – aber nur noch eine Handvoll lebt von der Fischerei. Der Grundlsee ist eingebettet in die Kalklandschaft des Toten Gebirges. In den Tälern wird seit Urzeiten reger Handel mit den Spezialitäten der Region betrieben. Die Steiermark ist für ihre Naturprodukte bekannt: für die „Wunderwurzel“ Kren aus der Südost-Steiermark, für das Salz aus den Stollen der Region, den Wein, das Wild oder die 165.000 Tonnen Äpfel, die jedes Jahr geerntet werden.*

man unbedingt dranlassen. Sie ist leicht gesalzen das Beste am Fisch! Und der Saibling hat ohnehin kaum Schuppen.“

Dazu trinkt man einen Schilcher. Einen Charakter-Rosé aus dem Süden der Steiermark, früher ein Allerweltswein, den die Steirer literweise tranken – und der so zu dem ungalanten Beinamen „Rabiatperle“ kam, weil sich die Genießer des Weins nach ein paar Gläsern oft nicht mehr riechen konnten. Ein Wein, der zu 100 Prozent aus Trauben der Blauen Wildbacher-Rebe gekeltert wird.

Aber was macht den Ausseer Seesaibling so besonders? Der Grundlsee und die anderen Seen der Region sind extrem sauber. So sauber, dass die Fische nur wenig Nahrung finden. „Der Saibling wird hier nicht besonders groß. Aber er hat sich perfekt an die nährstoffarmen Bedingungen in dem Bergsee angepasst. Der Fisch gehört eigentlich zur Familie der Lachse und hat hier seit der letzten Eiszeit seinen natürlichen Lebensraum gefunden.“ Die Saiblinge, die man südlich des Alpenhauptkamms bekommt, wurden dort alle von den Menschen irgendwann künstlich heimisch gemacht. „Der Saibling findet hier nicht viel Nahrung. Er muss viel schwimmen und nach Plankton suchen.“ Das hat auf die Qualität des Fisches zwei Auswirkungen: Das Fleisch ist extrem zart – und Bauch und Fleisch des Grundlsee-Saiblings sind zartrosa gefärbt. „Das kommt von dem Planktonkrebs, den der Saibling hier frisst.“ Hier gibt es zu wenig kleine Fische im See. So ist aus dem Jäger bei uns ein reiner Planktonfresser geworden.“ Und das Plankton macht Bauch und Fleisch des Saiblings hellrosa – das Charaktermerkmal des Ausseer Saiblings ist ein zu 100 Prozent natürliches Phänomen.



Am nächsten Morgen fahren wir zu den Netzen. Es ist sieben Uhr, aus dem sonnenmilden Spätsommer ist ein regnerisch grauer Herbst geworden. Alexander steht mit Regencap und Anglerhose auf seinem Boot und zieht Saibling für Saibling aus dem Wasser.

„Die Exemplare, die wir fangen, wiegen meist um die 300 Gramm – das ist eine perfekte Portionsgröße.“ Am Ende des Tages werden es rund 50 Fische sein. Ein solider Fang. An guten Tagen können es 200 Saiblinge im Wildfang sein. Alexander Scheck begutachtet jeden. Er schwärmt von seinem Fisch: „Das Fleisch ist viel feiner, man schmeckt einfach, wenn ein Fisch aus dem See kommt. Und man sieht es auch.“ Woran? „Die Frische eines Fisches erkennt man ja an der Rotfärbung der Kiemen und an den klaren Augen, das gilt ja für die meisten Fische – aber wir erkennen die Qualität auch an den Flossen.“ Er zieht das nächste Exemplar aus dem Netz, befreit den schnappenden Fisch aus dem grünen Garn und erschlägt ihn mit zwei geübten kurzen Schlägen an der Reling. Dann zeigt er auf die Flossen. „Wenn ein Fisch aus der Zucht kommt, hat er verkümmerte Flossen, weil er wenig Platz in den Becken hat. Ein echter Wildfisch hat starke, schöne Flossen. So wie dieser hier.“

Als die Fischerei auf dem Grundlsee begann, waren die Seesaiblinge aus dem Ausseer Land noch für den Adel reserviert. Sie wurden gefangen, haltbar gemacht und an den Wiener Hof geliefert. Gebraten, geräuchert oder in Essig eingelegt. Heute kann jeder einen frischen Seesaibling essen. Man muss nur rechtzeitig beim Fischverkauf sein. Oder in den Restaurants der Region – die Chefköche stehen für diesen besonderen Wildfang Schlange. —➤



1



2

3



1. Für Naturliebhaber: im Vordergrund die spiegelglatte Fläche des Grundlseen, dahinter das Massiv des Toten Gebirges.  
2. Unter fließendem Wasser wird jeder Fisch von innen und außen gesäubert. 3. Oben gefleckt, am Bauch hellrosa – der Look des Saiblings ist unverwechselbar.

DIE EXEMPLARE, DIE WIR FANGEN,  
WIEGEN MEIST UM DIE 300 GRAMM.  
DAS IST EINE PERFEKTE PORTIONSGRÖSSE.



## ENTGRÄTEN, LEICHT GEMACHT

FILETIEREN IM RESTAURANT  
IN SECHS EINFACHEN SCHRITTEN.



1.

Entfernen Sie die Rücken- und die Bauchflosse des Fisches mit dem Messer.



4.

Greifen Sie den Fisch an der Schwanzflosse und ziehen Sie die Gräten nach oben hin weg, inklusive des Kopfs.



2.

Schneiden Sie in den Rücken ein und ziehen Sie danach die Haut nach oben hin ab.



5.

Nun können Sie das untere Filet von der Haut wegschieben ...



3.

Schneiden Sie den Fisch entlang der Mittellinie ein und schieben Sie die oberen Filets zur Seite.



6.

... und den Fisch grätenfrei genießen!



## POTAUFEU MIT SAIBLING

1.



SAIBLINGSFILÉTS SCHNEIDEN

ZUTATEN SCHICHTEN



2.

### ZUBEREITUNG

1. Den Backofen mit der Fettpfanne auf Einschubhöhe 1 auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Karotten, Fenchel und Lauch waschen. Karotten schälen und mit einem Hobel in feine

Scheiben schneiden. Den Strunk der Fenchelknollen herauschneiden, eventuell holzige Teile und zähe Fäden entfernen, die Knollen ebenfalls dünn hobeln. Den Lauch in sehr feine Ringe schneiden.

Die Champignons mit einem Küchentuch abreiben und in feine Scheiben schneiden. Alles abwechselnd in die Gläser schichten und fest hineindrücken. Etwas salzen und pfeffern.

2. Das Kurkumapulver in der heißen Gemüsebrühe auflösen und in die Gläser gießen. Die Saiblingsfilets jeweils in 3 Stücke schneiden, wer möchte, kann die Haut mit einem scharfen Messer entfernen. Die Saiblingsstücke mit einigen Blättchen Estragon in die Gläschen legen.

Mit etwas Zitronen- und Orangenschale parfümieren. Jeweils 1 EL Noilly Prat und Butterflöckchen darübergeben. Mit wenig Kräutersalz und Pfeffer würzen.

3.



MIT NOILLY PRAT  
VERFEINERN

3. Die Gläser fest verschließen und auf die vorgewärmte Fettpfanne stellen. Mit kochend heißem Wasser bis zum Blechrand auffüllen. Ca. 25 Min. im Backofen garen. Den Potaufeu direkt in den Gläschen servieren. Wer möchte, kann jetzt die Haut der Saiblingsfilets leicht abziehen.

### ZUTATEN

#### FÜR 6 PERSONEN

- 200 g Karotten
- 200 g Fenchelknollen
- 1 kleiner Lauch
- 150 g braune Champignons
- 1/4 TL Kurkumapulver
- 1-2 EL Butterschmalz
- 300 ml kräftige heiße Gemüsebrühe
- 6 Saiblingsfilets à ca. 100 g
- 2 Stängel Estragon
- 6 EL Noilly Prat (franz. Wermut)
- 70 g Butter
- Kräutersalz
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Schalensabrieb von je 1/2 Biozitrone und Orange

#### DIE PASSENDE NEFF ZUTAT: SLIDE&HIDE®

Gute Idee! Slide&Hide® ist die einzige Ofentür, die vollständig unter dem Backofen verschwinden kann. Und den sich mitdrehende Türgriff garantiert eine erstklassige Ergonomie beim Öffnen und Schließen der Tür. Das schafft nicht nur mehr Komfort und Handlungsfreiheit beim Kochen, sondern auch mehr Platz für neue Ideen.

# TECHNIK – EINFACH SCHÖN.



DAS NEUE DESIGN IST KLAR UND DURCHDACHT. UND WENN ES AUCH NOCH BEDIENUNGSFREUNDLICH IST, FREUT SICH DER KOCH.

## HEDONISTEN- FISCHSUPPE

4–6 Personen, 45 Minuten Zubereitungszeit

### ZUTATEN

400 g Hechtfilet, 300 g Barschfilet, 400 g Zanderfilet,  
1 kg Karkassen vom Zander und Hecht, 400 g Suppengemüse,  
0,5 l Weißwein, 1 EL Butter, 2g Safran, 1 Lorbeerblatt, ½ TL  
Fenchelsamen, ½ TL weiße Pfefferkörner, Salz

### ZUBEREITUNG

1. Für den Fond zunächst die gründlich gewaschenen und zerkleinerten Karkassen (Fischgräten und Gerippe) in Butter in einer Pfanne anschwitzen.
2. Geputztes Suppengemüse, Weißwein, Fenchelsamen, Lorbeer und Salz dazugeben. Alles mit kaltem Wasser bedecken und bei mittlerer Hitze zum Köcheln bringen. Schaum und Trübstoffe immer wieder abschöpfen.
3. Den Fond vorsichtig durch ein Tuch in einen Topf gießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Fischfilets in Stücke schneiden und mit Fleur de Sel für ca. 15 Minuten im Dampfgarbehälter auf Einschubebene 2 bei 80 Grad garen.
5. Eine Teekanne mit frischen Kräutern wie Zitronenmelisse, Thymian und ein paar Chilifäden füllen. Fond aufkochen und in die Teekanne gießen.
6. Den Fisch auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen, mit dem Fond aus der Teekanne begießen und mit ein paar Kräutern und Blättern dekorieren.

### UNSER EXPERTE

CHRISTOPH HIMMEL STEHT AUF  
INSZENIERUNGEN – IN DER KÜCHE.

*Nach einer kurzen Etappe im Filmgeschäft und auf einer Zirkusschule wurde er Restaurantchef: „Da geht es auch um Inszenierung.“ Sein Fischgericht macht sehr viel her – ein Augenschmaus.*





# FULL TOUCH CONTROL



## Kochen mit Fingerspitzengefühl.

Das innovative FullTouch Display setzt Maßstäbe in Sachen Komfort, schneller Navigation und einfacher, präziser Bedienung. Erstmals bedient man den Backofen intuitiv über ein hochauflösendes, gut lesbares TFT-Farbdisplay. Durch Fingertip auf die glatte Bedienoberfläche, ist eine schnelle Steuerung durch das Gerätemenü möglich.



Keine Lust auf  
Muffin-Fisch-Geschmack?  
Mit CircoTherm® kann das  
nicht passieren.

# CIRCO THERM®



## Gleichzeitiges Garen auf mehreren Ebenen.

Mit CircoTherm® lassen sich auf drei Ebenen unterschiedlichste Speisen zusammen garen, backen und braten. Und doch schmeckt alles so, wie es soll. Ganz ohne Aromavermischung. Braten schmeckt nach Braten. Und Muffins nach Muffins. Bei flachen Speisen, wie Plätzchen, gelingt das sogar auf vier Ebenen.



# DER PERFEKTE LOOK.



WENN KLEINE KUNSTWERKE IM BACKOFEN SIND, KOMMT ES VOR ALLEM AUF EINES AN: DASS MAN PERFEKT SEHEN KANN.



## UNSERE EXPERTIN



LAURA SEEBACHER HAT MODEDESIGN STUDIERT UND EINE SCHWÄCHE FÜR SÜSSE SACHEN.

*Wie sie beide Leidenschaften verbindet? Mit »Cookie Couture«, kleinen Backkunstwerken, die sie in ihrem Café »Liebes Bisschen« in der Hamburger Schanze und als Auftragsarbeit für Hochzeiten und feierliche Firmenanlässe zaubert. Inzwischen ist auch ihr erstes Buch erschienen. Es trägt den gleichen Namen wie ihr Café: „Ich mache Kunstwerke für Zuckersüchtige“, sagt sie. Eines davon stellen wir hier vor.*





## BAISER-PAVLOVA

4–6 Personen, 45 Minuten  
Zubereitungszeit

### ZUTATEN BAISER

120 g Zucker, 1 TL Stärke, 4 Eiweiße,  
1 TL Zitronensaft, ¼ TL Salz.

### ZUTATEN

#### RHABARBERCREME

1 Pfund geputzten und in Stücke geschnittenen Rhabarber, 250 g Himbeeren, 250g Frischkäse, 170 g Zucker, 30 g Pistazien, 1 TL Vanilleextrakt, 1 TL Zitronensaft, 15 g Salz

### ZUBEREITUNG

1. Den Zucker mit der Stärke vermischen und beiseitestellen. Parallel das Eiweiß mit Zitronensaft und Salz auf niedriger Stufe mit dem Handrührgerät schaumig rühren.
2. Anschließend die Zucker-Stärke-Mischung unterziehen und alles auf höchster Stufe des Handrührgerätes mixen.
3. Die Masse mit einem Teigschaber auf einem Backblech verteilen und dabei eine Mulde in der Mitte bilden. Den Baiser auf einem Blech auf Einschubebene 1 mit CircoTherm® bei 90 Grad für ca. 120–150 Minuten backen. Anschließend über Nacht abkühlen lassen.
4. Für den Kompott den Rhabarber in Stücke schneiden und mit Himbeeren, Wasser, Zucker, Salz und Zitronensaft vermengen. Die Masse in einer Schale auf Einschubebene 1 bei 100 Grad ca. 10–20 Minuten dämpfen. Anschließend abkühlen lassen.
5. Die Vanillecreme aus Frischkäse und Vanilleextrakt cremig rühren und auf den abgekühlten Baiser schichten.
6. Den Rhabarberkompott darübergeben (Hinweis: ggf. den Saft vorher etwas abschöpfen) und abschließend mit Pistazien garnieren.



## NEFF LIGHT®



Die brillante Lichtführung im gesamten Backofeninnenraum.

Rhabarber-Pavlova – inszeniert mit NeffLight®. Die besondere Lichtführung mit LED-Lichtleitern sorgt dafür, dass selbst der hinterste Winkel des Backofeninnenraums ausgeleuchtet wird. Strahlend hell und blendfrei.



## BACK- & BRATASSISTENT



Ein echter Helfershelfer.

Einfacher geht es nicht: Ein Fingertip auf das Display genügt und schon „serviert“ der Back- und Bratassisstent einen Zubereitungsvorschlag für eine große Anzahl von Gerichten. Er übernimmt die geeignete Einstellung der Heizart, Temperatur, Garzeit und der Zugabe von Dampf – wenn gewünscht. Nur essen muss man noch selbst.

# DAS GRÜNE GOLD.



OLIVENÖL IST KEIN NAHRUNGSMITTEL. ES IST EHER EIN SEHNSUCHTSMITTEL. MAN DENKT AN EINEN SOMMERABEND IN EINER LAUSCHIGEN TRATTORIA. AN SONNE, MEER UND URWÜCHSIGE BÄUME. UND WENN WIR DEN GRÜNGOLDENEN SAFT ÜBER UNSERE SPEISEN TRÄUFELN, FLIESST DER TRAUM VOM EINFACHEN LEBEN MIT.

**K**aum eine Kulturpflanze ist so alt und mythenumrankt wie der Ölbaum: Hippokrates empfahl Olivenöl bei Bronchitis und Erschöpfung. Die Olympiasieger des klassischen Altertums wurden mit Ölbaumkränzen statt Medaillen gekürt. Im Mittelalter schwor Hildegard von Bingen auf die Heilkraft des Öls. Jesus betete nach dem letzten Abendmahl im Garten Gethsemane, einem Olivenhain am Fuße des Jerusalemer „Ölbergs“, zu seinem Vater. Es wird vermutet, dass einige der Bäume, die heute noch dort stehen, schon den Weg von Jesus und seinen Jüngern säumten. Es steckt also viel Tradition, Romantik und Mystik in den Wurzeln der alten Olivenhaine. Aber auch viele Missverständnisse.

Josep-Maria Mallafré interessiert sich weniger für die Vergangenheit. Umso mehr interessiert er sich für Oliven. Hört man ihm zu, bekommt man das Gefühl, die Geschichte des Öls würde gerade erst beginnen. Und

das will etwas bedeuten: Dort, wo er herkommt, wird seit Generationen Olivenöl produziert. In Riudoms, einem kleinen katalanischen Dorf gute 100 Kilometer südlich von Barcelona, hat fast jede Familie einen eigenen kleinen Olivenhain und produziert daraus Öl.

Die Art, wie es gemacht wird, hat sich über Jahrhunderte kaum verändert: Geerntet wird ab Mitte November bis Dezember. Von Hand, versteht sich. Die ganze Familie hilft bei der Ernte mit. Mit kleinen Harken werden die Früchte Ast für Ast vom Baum gekämmt. Ein unter dem Baum ausgebreitetes Netz fängt die fallenden Oliven auf. Eine mühselige Arbeit. Am Ende des Erntetages wird die Ausbeute zur Mühle der örtlichen Kooperative gebracht. Dort werden die Oliven gewogen und die Bauern nach Gewicht bezahlt. Das Öl, das sie bekommen, ist also nicht das Öl aus ihren eigenen Oliven. Sondern, wenn man so will, ein Cuvée aus den Anlieferungen des Tages. —▶



## WER IST JOSEP-MARIA MALLAFRÉ?

SEINE OLIVENÖLPRODUKTION IST SEIT GENERATIONEN IN FAMILIENHAND. GEERBT HAT ER DIE LEIDENSCHAFT SEINER VORFAHREN, ABER MODERNE TECHNIK HÄLT ER FÜR UNVERZICHTBAR.



*Josep-Maria Mallafré ist ein Visionär. Als erster Ölmacher Spaniens begann er, aromatisierte Öle herzustellen, indem er Kräuter und Gewürze in die Pressung integrierte. Heute verkauft er seine Aromaöle in die ganze Welt. Darüber hinaus arbeitet Mallafré an Verfahren, die Qualität des Olivenöls weiter zu verbessern. Und: Bauern können jetzt wieder wie früher eigenes sortenreines Öl produzieren lassen.*

## WO LIEGT RIUDOMS?



*Das kleine katalanische Dorf Riudoms liegt in der Provinz Tarragona, gut 100 Kilometer südlich von Barcelona. Fast jede Familie hat hier einen kleinen Olivenhain und produziert ihr eigenes Öl. Das ist mühselige Arbeit. Abends wird die Ausbeute zur Mühle gebracht, gewogen und bezahlt. Das Öl, das entsteht, ist eine Mischung aus allen Lieferungen des Tages.*



1

Ab Anfang November ist auch in der Mühle von Josep-Maria Mallafré Hochbetrieb: Bis in die Dunkelheit hinein stehen die Erntetrecker mit ihrer frischen Ladung Schlange. Sobald sich die Dämmerung über die Ebene senkt, sieht man ihre blinkenden Warnlichter durch die Felder und Dörfer wandern. Trotz der regen Betriebsamkeit auf dem Hof und der Wartezeit kommt kein Stress auf. Man kennt sich hier und nutzt die Zeit. An kühlen Tagen feuert Josep Marias Mutter drinnen in der kleinen Halle den Holzofen an und serviert ein paar Tapas zum Wein. Es gibt immer genug zu besprechen. Die Bilanz des neuen Trainers des FC Barcelona wird hier genauso ausgiebig erörtert wie die jüngsten Initiativen der katalanischen Unabhängigkeitsbewegung. Die Gesichter der älteren Bauern erzählen noch etwas von der bewegten Geschichte der Region.

Die Mühle der Mallafrés selbst ist Schauplatz gewesen. Ein paar alte Mühlsteine und schwere gusseiserne Pressen auf dem Hof erinnern noch an die Zeit, als Josep Marias Großvater,

der die Mühle aufgebaut hatte, mit seiner Familie vor Francos Truppen nach Frankreich fliehen musste. Um die Mühle nicht an das Militärregime zu verlieren, schickte der überzeugte Republikaner seinen kleinen Sohn, Josep Marias Vater, regelmäßig über die Grenze, um in Riudoms nach dem Rechten zu schauen. Als Kind brauchte er sich nicht auszuweisen und konnte so ungehindert die Anweisungen des Vaters überbringen. Später kehrte die Familie in die Mühle zurück. Josep-Marias Vater übernahm die Leitung der Geschicke der Firma und baute sie weiter aus. „Mein Vater war die Mühle. Das Wichtigste, was er mir mitgegeben hat, ist seine Leidenschaft.“ Josep Maria zeigt auf ein Schwarz-Weiß-Foto an der Wand. Man erkennt drei Männer in schmutziger Arbeitskleidung zwischen hohen Stapeln von großen, kreisrunden Strohmatte, auf denen sie gemahlene Olivenpaste verteilen. Im Hintergrund eine riesige Ölpresse. Einer von ihnen schaut in die Kamera. Es ist sein Vater. Für einen kurzen Augenblick spürt man ein Innehalten beim sonst eher quirligen Josep Maria. Als sein Vater



2



3



4



5

1. Josep-Maria auf dem Weg in seinen knorrigen Olivenhain. Manche Bäume sind über 100 Jahre alt. 2. Kein Stress: Für einen kleinen Schwatz ist immer Zeit. 3. Handarbeit: Die Oliven werden von einem Baum gekämmt und von Netzen aufgefangen. 4. Über ein Transportband werden die Oliven in eine Presse befördert. 5. Das sortenreine Olivenöl wird per Hand in Flaschen abgefüllt und verpackt.

vor neun Jahren bei einem Autounfall starb, musste er von heute auf morgen die Mühle übernehmen. Ein harter Schlag für Familie und Firma.

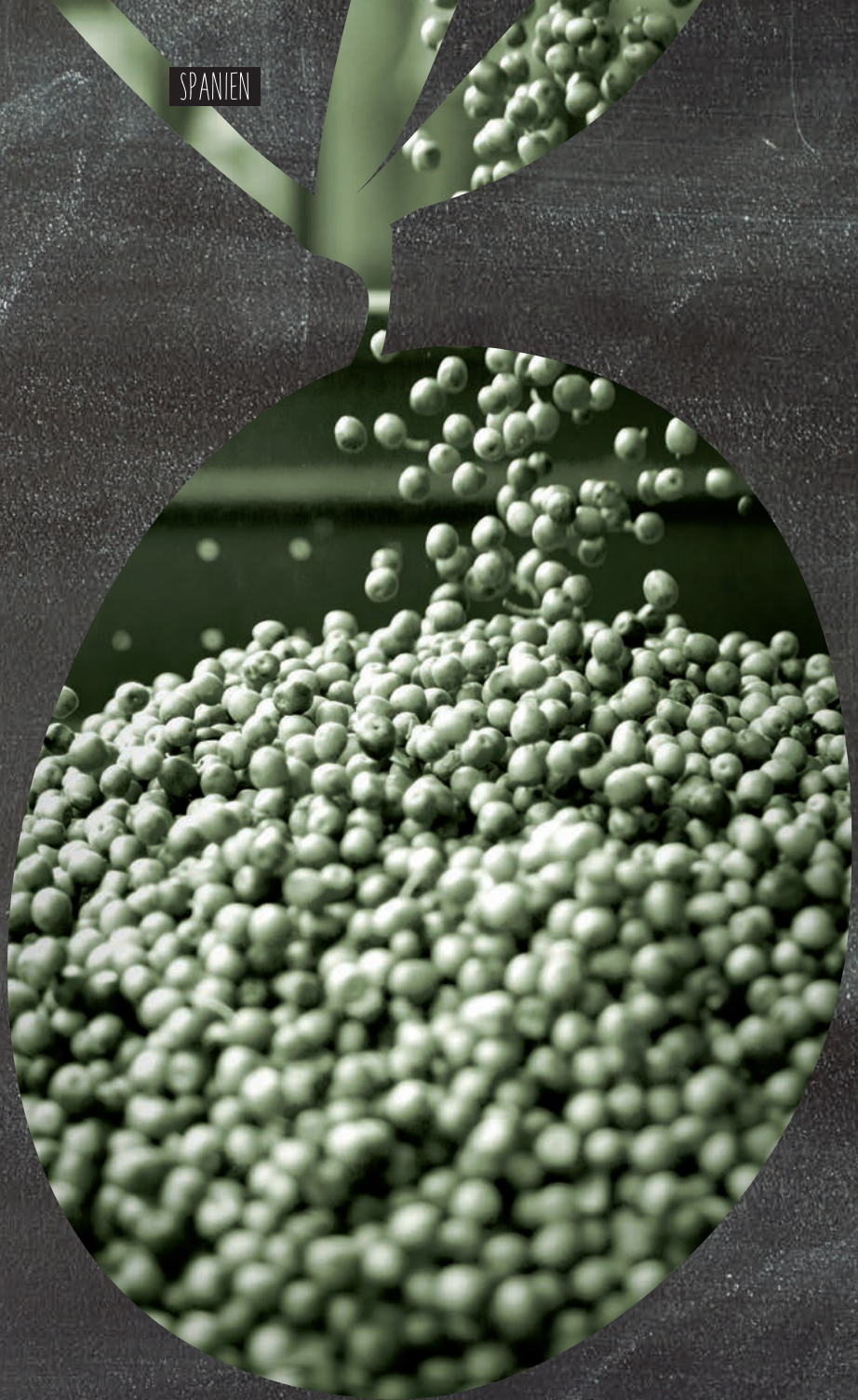
Die Begeisterung seines Vaters hat er übernommen, sonst hätte er vieles verändert. Neben den älteren Maschinen steht seit einiger Zeit eine neue Mühle. Kleiner als die alte, aus blitzendem Edelstahl. „Tradition ist uns schon wichtig, aber die Qualität des Öls ist wichtiger“, sagt er mit einem Schulterzucken. Die Technik der Ölproduktion hat sich bis in die neunziger Jahre des letzten Jahrhunderts so gut wie nicht verändert: Die Oliven wurden zuerst von Blättern und Schmutz befreit, um dann von zwei rotierenden Mühlsteinen zu einer homogenen Paste zerkleinert zu werden. Die Paste wurde auf mehrere Lagen Strohmatte verteilt, die von einer riesigen Maschine zusammengepresst wurden. Das Öl quoll an den Seiten der Mattentürme heraus und wurde aufgefangen. Viele Produzenten wehrten sich gegen neue Verfahren. Josep Maria hatte seinen eigenen Kopf. Oder einfach etwas mehr Mut. Als

erster Ölmacher in Spanien begann er, aromatisierte Öle zu produzieren. Ein Affront für die Oliventraditionalisten. Selbst seine Mutter war skeptisch. Er integrierte Kräuter und Gewürze in die Pressung, ein Verfahren, das es vorher nicht gab. Heute verkauft er seine Aromaöle in die ganze Welt und hat das Vertrauen der Kritiker zurückerobert. Auch weil es ihm gelingt, die Brücke aus der Tradition in die Zukunft des Olivenöls zu bauen. Er nutzt neueste wissenschaftliche Erkenntnisse, um die Qualität des Öls zu verbessern. Dank der neuen Mühle können die Bauern wieder wie früher sortenreines Öl produzieren lassen, nur in noch besserer Qualität. Eine schöne Tradition, neu interpretiert. Überhaupt wirbt er dafür, Olivenöl neu zu betrachten: „Man muss es wie Wein behandeln. Der unterscheidet sich geschmacklich nach Erntezeitpunkt, Rebsorte, Lage und Terroir. Auch jedes Öl hat eine eigene Charakteristik.“

In der Abfüllanlage werden jetzt die ersten Flaschen von Hand abgefüllt. Ein dicker Strahl sattgrünes Öl fließt aus dem Stahltank in die etikettierten Flaschen.

„Am Anfang der Ernte sind die Oliven noch grün und schmecken bitter“, sagt Josep Maria. „Das Öl, das wir daraus gewinnen, nennen wir ‚Primario‘. Vom Geschmack her ist es fruchtig, grasig und scharf. Es ist wie der erste Wein, der ‚Primeur‘ oder Federweißer. Weil das Öl nicht zentrifugiert wird, ist es reich an schwebenden Fruchtsäften. Genau wie der Federweißer muss es frisch verkostet werden. Später, wenn die immer noch starke Herbstsonne die Früchte dunkler gemacht hat, schmeckt auch das Öl milder und reifer. Ein Schluck und man merkt: Mit dem Öl aus dem Supermarkt hat das nicht viel zu tun – Es schmeckt eher nach Fruchtsaft als nach Öl. Lecker. Frisch auf ein Stück geröstetes Brot mit Tomate und Knoblauch geträufelt und fertig ist das ‚Pan Catalan‘, das hier vor jedem Essen gereicht wird.“ Josep Maria schmunzelt. „Viele vergessen, dass die Olive eine Frucht ist, wie der Apfel. Sortenreiner Direktsaft schmeckt auch besser als die verzuckerten Industriesäfte. Die meisten Leute sind das leider gewohnt.“ Es liegt noch viel Aufklärungsarbeit vor Josep Maria. —▶

TRADITION IST  
UNS SCHON  
WICHTIG, ABER  
DIE QUALITÄT  
DES ÖLS  
IST WICHTIGER.



## DAS OLIVENÖL-ABC

WARUM OLIVENÖL NICHT GLEICH OLIVENÖL IST.

**O**livenöl ist gesund. Das weiß man heute. Es ist Teil der viel zitierten mediterranen Diät. Schließlich werden die Menschen rund ums Mittelmeer im Durchschnitt älter als ihre nördlichen Nachbarn. Aber warum ist das so? Das wissen wiederum nur wenige. Fortgeschrittene Olivenkenner können von den mehrfach ungesättigten Fettsäuren berichten, die das Öl so gesund machen. Die besseren Olivenöle haben einen besonders hohen Anteil davon. Genauso wie vom ebenfalls enthaltenen Vitamin E.

Als Radikalfänger neutralisiert es schädliche Oxidationsprozesse und wirkt wie ein Wellnessprogramm für die Zellen des stressgeplagten Großstadtkörpers. Ähnlich wie der Rotwein enthält Olivenöl auch sogenannte Biophenole, die dafür sorgen, dass unsere Adern und Gefäße bis ins hohe Alter elastischer bleiben.

Seinen Ruf als potenzielle Wunderwaffe gegen die typischen Zivilisationskrankheiten wie Arteriosklerose verdient es sich außerdem

durch die Fähigkeit, den Cholesterinspiegel positiv zu beeinflussen.

Leider gilt das alles nicht für jedes Öl. Um seine positiven Eigenschaften zu erhalten, muss das Öl sehr sorgfältig hergestellt werden. Wie bei jeder Frucht wird mit der Ernte der natürliche, biologische Verfallsprozess in Gang gesetzt: Deshalb muss das Öl schnell und möglichst unter Einfluss von wenig Sauerstoff produziert werden. Sauerstoff bedeutet Oxidation und die zerstört alle wertvollen Inhaltsstoffe.





Olivenpflücken ist mühsame Handarbeit. Danach werden die Früchte von Blättern befreit, die schlechten aussortiert.

Die Oliven verschiedener Bauernhöfe landen nicht mehr zusammen in der Presse, sondern werden sortiert und mit Namensetiketten versehen.



Um das höchste Qualitätssiegel „Extra Vergine“ oder „Natives Olivenöl Extra“ zu erreichen, darf das Öl auch nur kalt bei unter

**27°**

rein mechanisch aus gesunden, Oliven extrahiert werden. Eine höhere Temperatur im Produktionsprozess würde alle gesunden Pflanzenstoffe zerstören. Bei einem Öl der höchsten Güteklasse darf der Anteil freier Fettsäuren außerdem die Marke von

**0,8 %**

nicht überschreiten.


Zur Einordnung: Richtig gut wird das Öl erst unter

**0,5 %**

Säureanteil. Mit einem Säuregehalt unter

**2 %**

darf es sich immerhin noch „nativ“ nennen und ist durchaus verzehrbar, mit Abstrichen beim Geschmack natürlich. Darunter wird's kritisch: Unter dem Etikett „Olivenöl“ dürfen raffinierte, gemischte Öle verkauft werden, die kaum noch die typischen Geschmacks-

eigenschaften der Olive haben. Was im Supermarktregal als natives Olivenöl extra steht, ist nicht selten minderwertig: Verschnitte unterschiedlichster Sorten und Herkünfte, teilweise sogar noch mit Tresteröl, das aus der zweiten Pressung gewonnen wird, gestreckt. Die EU-Richtlinien für die Produktion erlauben hier viele Grauzonen. Die enorme weltweit steigende Nachfrage macht Olivenöl zu einem profitablen Geschäftsfeld, auf dem die Qualität geopfert wird. Das führt dazu, dass der Olivenölgeschmack, auf den unsere Geschmacksnerven gepolt sind, gar nicht dem eigentlich typischen Geschmack entspricht – sondern nur dem des industriellen Massenproduktes. Gutes Öl schmeckt nicht zu ölig und schon gar nicht ranzig, sondern scharf und fruchtig. Aber wie soll man den Unterschied erkennen, wenn man keinen Vergleich hat? Da hilft nur probieren. Es ist wie mit dem Wein: Man fängt vielleicht mit einem billigen Chianti an. Aber man bleibt besser nicht dabei. 



# IMPRESSUM

## **CONSTRUCTA-NEFF VERTRIEBS-GMBH**

Carl-Wery-Straße 34  
81739 München  
Deutschland

[www.neff.de](http://www.neff.de)

## **POSTANSCHRIFT**

Postfach 83 01 01  
81701 München  
Deutschland

T +49 89 45 90-04

## **SITZ MÜNCHEN**

Amtsgericht München, HRB 89689  
WEEE-Reg.-Nr. DE 57986696

## **KONZEPT UND REDAKTION**

Philipp und Keuntje GmbH  
Bei St. Annen 2  
20457 Hamburg  
Deutschland

T +49 40 28 00 70-0

F +49 40 28 00 70-100

[kontakt@philippundkeuntje.de](mailto:kontakt@philippundkeuntje.de)

[www.philippundkeuntje.de](http://www.philippundkeuntje.de)

## **REDAKTION/TEXT**

Oliver Zacharias-Tölle, Franziska Wischmann,  
Jan Kirsten Biener, Vito Avantario

## **ARTDIREKTION/ILLUSTRATION**

Franziska Scholz, Anika Hollwedel,  
Astrid Schulz, Claudia Ehrhardt

## **FOTOGRAFIE**

Ailine Liefeld, Dan Jones

Copyright © 2014, Neff, München.  
Alle Rechte vorbehalten



# APPETIT BEKOMMEN? NOCH MEHR INSPIRATION FINDEN SIE AUF NEFF.DE

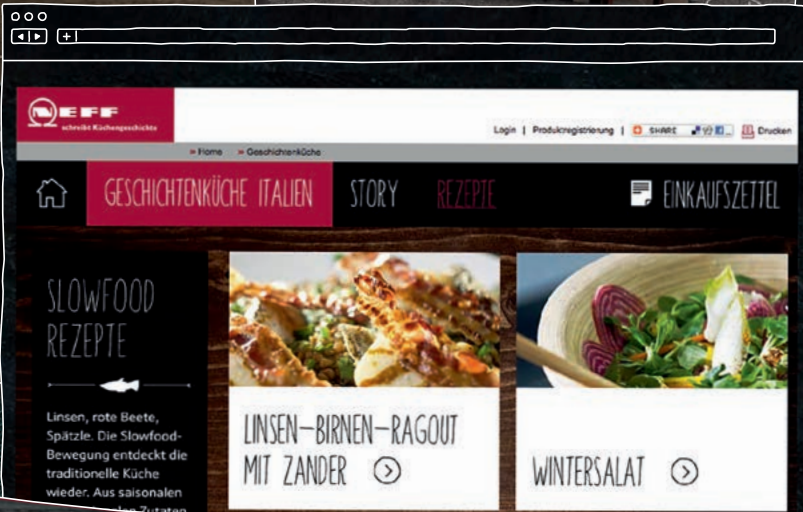
1. Die ganze Geschichte unserer Koch-Persönlichkeiten. 2. Alles rund um die neuen Neff Backöfen übersichtlich aufbereitet. 3. Inspirierende Rezepte zum Nachkochen. 4. Exklusive Produkte aus der Neff Geschichtenküche im Webshop.



1.



2.



3.



4.

JETZT AUCH AUF  
FACEBOOK UND PINTEREST:  
[facebook.com/NeffHomeDeutschland](https://facebook.com/NeffHomeDeutschland)  
[pinterest.com/NeffHomeDe](https://pinterest.com/NeffHomeDe)

KOCHEN IST DER WEG,  
GENUSS DAS ZIEL — MIT ALLEN  
SINNEN GENIESSEN.

