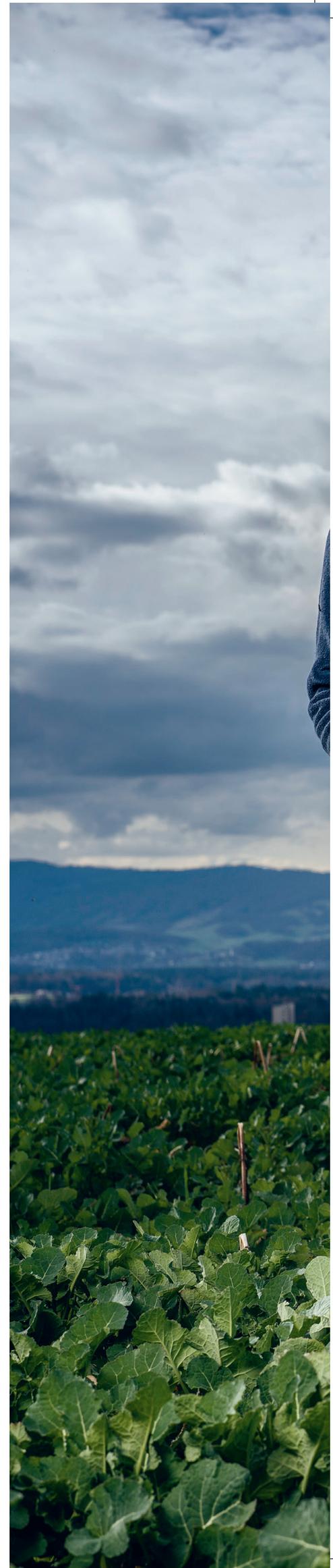


Der Boden, der uns nährt

Mutter Helvetia verfügt über die verschiedensten Böden. Reichhaltige, karge, saure, vom Menschen gemachte. Ihr Charakter prägt, was auf unseren Tisch kommt. Vier Reisen, vier kulinarische Begegnungen.

Text:
Sara Witmer, Alex Kühn
Fotos:
Monika Fischer,
Mathias Braschler





Lenzburg, Aargau, 440 m ü. M.



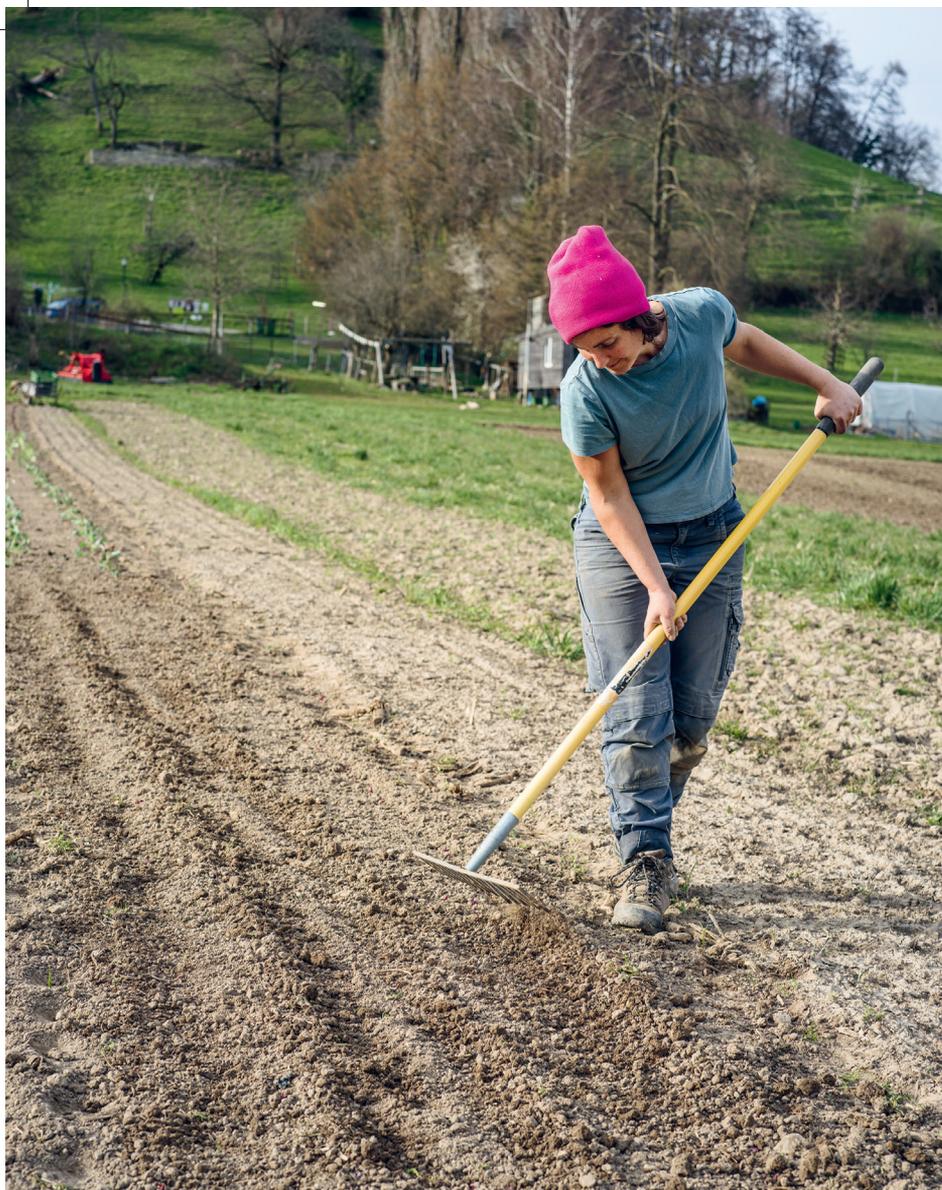
Am südöstlichen Stadtrand von Lenzburg liegen zwei markante Hügel. Auf dem einen thront die Burg, die der Stadt ihren Namen gibt. Auf dem anderen, gleich dahinter, liegt das Rapsfeld von Marion Sonderegger und Lukas Häusler. Dieses Land haben die Landwirtin und der Landwirt gepachtet. Ihr eigenes Land und ihr Hof liegen gleich unterhalb des Hügels in einem kleinen Talkessel.

Sonderegger und Häusler haben einen Biobetrieb, und ihr Hof, der Mooshof, ist ein kleines, sich in vielen Digen selbsterhaltendes System. Auf den Böden, die zum Hof gehören, wachsen in Fruchtfolge Weizen, Roggen, Raps, Hafer, Hirse, Konserven- und Freilandgemüse sowie Heu und Gras für die Kühe. Immer wieder sind einzelne Parzellen mit einer Gründüngung bewachsen oder werden als Weide genutzt. Damit das Ökosystem im Boden nicht gestört wird, achtet man auf dem Mooshof darauf, den Boden nur oberflächlich und wenn es trocken ist, zu bearbeiten. Zur Lockerung des Unterbodens vertraut man auf die Mitarbeit von Regenwürmern und Pflanzenwurzeln. Den Boden, den man vom Stubenfenster des Hofes überblicken kann, beschreibt Lukas Häusler als lehmigen Sandboden, der nicht allzu schwer ist und sich leicht bearbeiten lässt. Der Boden am Hügelhang, auch er gepachtet, ist tendenziell trocken, aber beherbergt ein ganz beson-

deres Ökosystem: eine artenreiche Weide. Hier grasen im Frühling und Herbst die Mooshof-Kühe. Dieses Beweiden ist wichtig, es trägt zur Pflege und Erhaltung dieses Lebensraums bei. Die kleinen, geländegängigen Grauvieh-Rinder haben neben der Boden- und Landschaftspflege noch eine weitere Funktion auf dem Mooshof: Sie liefern den Mist, der in einem Biobetrieb als Dünger auf die Böden kommt. «Das ist ein zentraler Grund, warum wir Tiere halten», so Marion Sonderegger, die an den Tieren hängt, aber auch klarstellt, dass diese das Aufwendigste an der ganzen Hofarbeit sind. Eine Konsequenz der Tierhaltung ist ein weiteres Produkt, das man auf dem Mooshof, wie Gemüse, Getreide oder Rapsöl, selbst vermarktet: Rindfleisch aus Mutterkuhhaltung und Hofötung.

Marion Sonderegger und Lukas Häusler sind immer irgendwie mit dem Boden beschäftigt. Mal sehr direkt, mit den Händen in der Erde. Mal unterstützt von Werkzeugen und Maschinen. Manchmal im übertragenen Sinne, wenn sie rüsten, mahlen, pressen, backen und verkaufen. Und trotz oder vielleicht auch wegen dieser Allgegenwart empfindet Lukas Häusler den Boden nicht als etwas Mütterliches. «Es stimmt», sagt er, «wir leben vom Boden. Aber für mich hat er eher etwas von einem Kind, um das wir uns kümmern. Man hat eine grosse Verantwortung, und es ist eine Aufgabe, die nie endet.» (sw) mooshof.ch





Mitte März erwachen die Böden im Schweizer Mittelland langsam aus der Winterruhe. Dann beginnt auch für Marion Sonderegger und Lukas Häusler vom Mooshof in Lenzburg die Arbeit auf den Feldern wieder.



Alex Lussi ist der Herr der Pilze. Im Rotzloch züchtet er neben den gelben Austernpilzen deren grau gefärbte Verwandte sowie Kräutersaitlinge. Zu seinem Betrieb gehören zwei weitere Standorte, an denen auch Shiitake produziert werden.





Stansstad, Nidwalden, 436 m ü. M.



Die Adresse klingt nicht gerade verheissungsvoll: Rotzloch 1, 6362 Stansstaad. Und doch wächst hier Köstliches heran. In einem Stollen, der einst für den Abbau von Bahnschotter in den Berg gesprengt wurde, züchtet Alex Lussi Edelpilze in Bioqualität. Neben Kräutersaitlingen graue und gelbe Austernpilze. Möglich machen dies ausgeklügelte Substrate. Der Nährboden für die Austernpilze besteht aus gehäckseltem Weizenstroh, dem Wasser, verschiedene Energieträger sowie Gips und Kalk beigemischt werden. Jener für die Kräutersaitling enthält Buchen- und Eichenholzspäne. Beide Substrate werden pasteurisiert und schliesslich mit auf Roggenkörnern angesiedelten Pilzsporen vermischt. Dann beginnt die Magie. Die fadenförmigen Zellen der Pilze, Pilzmyzel genannt, verwachsen langsam mit ihrem Untergrund. Sechs Wochen später schiessen kleine Pilze aus dem Substrat und wachsen in der Folge exponentiell, bis sie nach weiteren 14 Tagen die gewünschte Grösse erreichen.

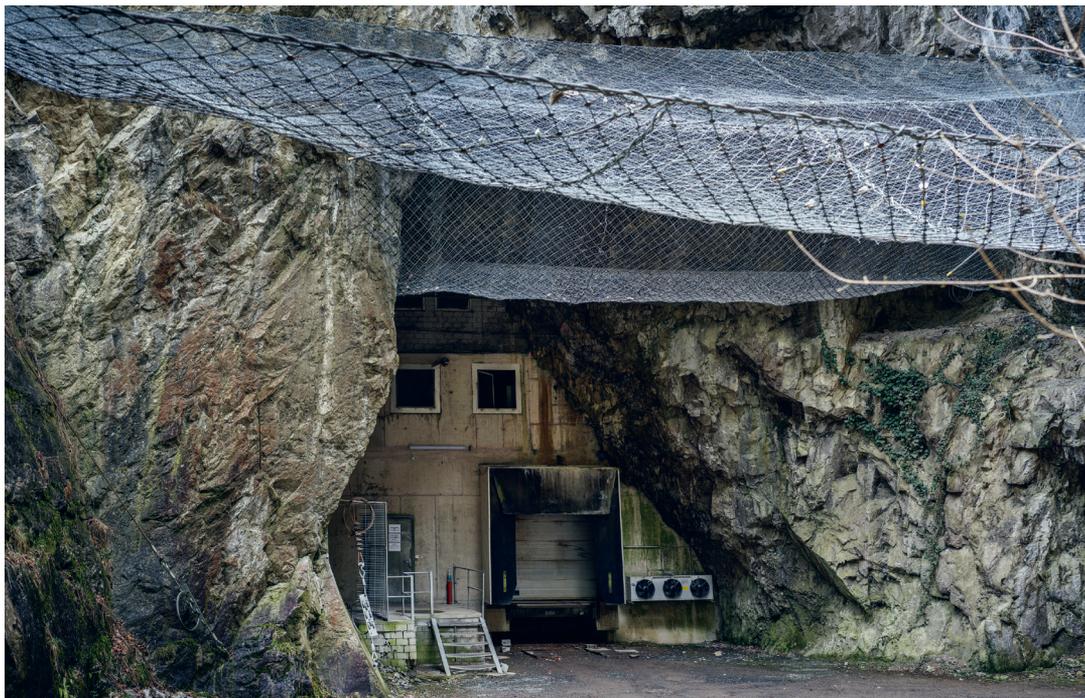
«Die Bedingungen im Rotzloch sind ideal für die Pilzzucht, das ganze Jahr über herrscht eine Temperatur von etwa 13 Grad, die Luftfeuchtigkeit beträgt rund 90 Prozent», erklärt Alex Lussi. Anhand des für das Austernpilzsubstrat verwendeten Strohs zeigt er auf, wie perfekt in seiner Pilzzucht der Kreislauf der

Natur funktioniert: «Das Stroh stammt von ausgedroschenem Weizen, den wir hier in der Region selbst anbauen. Haben die Pilze das Substrat salopp formuliert ausgesogen, kompostieren wir es und streuen es als Humus wieder auf die Felder.» Es ist also durchaus kein künstlicher Boden, auf dem die Pilze wachsen, sondern ein Stück umgenutzte Natur. Upcycling heisst das auf Neudeutsch.

Ein 2,5-Kilo-Block Substrat wirft rund 500 Gramm Pilze ab – und man kann die Aktivität in seinem Inneren regelrecht spüren, da sie Wärme erzeugt. Zu grosse Säcke würden zu viel Hitze erzeugen und die Pilzstrukturen in ihrem Inneren zerstören. «Pilze sind omnipräsent in der Natur, nur sieht man sie meist nicht», erklärt Alex Lussi. «Dreht man einen gesunden Waldboden um, ist alles weiss vor Pilzstrukturen.» Derzeit unternimmt Lussi Versuche mit blauem Licht. Dieses soll das Wachstum animieren. «Ich habe das in Asien gesehen und war neugierig, bis jetzt habe ich aber keinen Unterschied festgestellt.» Die Produktion am Standort Stansstad liegt bei rund 600 Kilo pro Woche, wird aber bald auch ohne blaues Licht wachsen. Lussi hat an Weihnachtsbäume erinnernde Metallkonstruktionen mit drehbaren Elementen angeschafft, auf denen sich deutlich mehr Substratsäcke platzieren lassen als bisher. (ak) gotthardbiopilze.ch



Die gelben Austernpilze wachsen auf einem Substrat, dessen Basis Weizenstroh bildet. Sie besitzen wie ihre grauen Verwandten eine Struktur, die an Kalbfleisch erinnert. Sie schmecken in einer Rahmsauce oder paniert als Schnitzel hervorragend. Ob sie bei blauem Licht besser gedeihen, weiss Züchter Alex Lussi dagegen noch nicht. Im Bild unten ist der Eingang zum Rotzloch zu sehen.





Der Kräuterseitling ist die Diva unter den Zuchtpilzen. Wer das ideale Substrat für ihn finden will, muss länger tüfteln. Der Pilz dankt die Mühen mit wunderbar fester Konsistenz und herzhaft-kräftigem Aroma. Alex Lussi schneidet ihn am liebsten in Scheiben, legt ihn in eine rassige Marinade und brät ihn dann wie ein Steak auf dem Grill. Auch in einem Risotto mache sich der Kräuterseitling bestens. Wie der genügsame Shiitake sei er ein erstklassiger Geschmacksträger.

Trubschachen, Emmental, 1016 m ü. M.



Spricht man über Wein, fällt der Begriff «Terroir» ganz selbstverständlich. In Zusammenhang mit Käse hört man ihn bedeutend seltener. Dabei wirken sich Gras und Kräuter auf einer Wiese nicht nur auf den Geschmack der Milch aus, sondern auch auf das Aroma des Käses. Das hat Beat Reidy, Agronom und Professor an der Berner Agrarhochschule HAFL, nachgewiesen. Die sogenannten sekundären Pflanzenstoffe bleiben aber nur erhalten, wenn die Kühe auf einer ungedüngten Wiese weiden. Dünger tötet die aromareichen Stoffe ab.

Bernhard Meier von der Käserei Hüpfenboden in Trubschachen verwendet für seinen berühmten Gotthelf-Emmentaler die Milch von sieben regionalen Bauernhöfen, die nicht weiter als zehn Kilometer von seinem Betrieb entfernt liegen. Die Wiesen der Höfe werden extensiv genutzt, sind also nicht gedüngt. «Das ist ganz wichtig für die Qualität», betont Meier, der die Käserei zusammen mit seiner Frau Marlies Zaugg führt. Der Gotthelf-Emmentaler ist aber nicht nur wegen der ungedüngten Wiesen und der kurzen Wege ein Terroirkäse der Superlative. Auch die eigenen Sirtekulturen, mit denen Meier arbeitet, bilden ihre Heimat im Käse ab. Zudem muss der Käse im Emmental selbst reifen – und zwar während mindestens zwölf Monaten, so will es die Organisation Slowfood, deren Label er trägt. Das Ergebnis ist ein charaktervoller, nussiger Rohmilch-

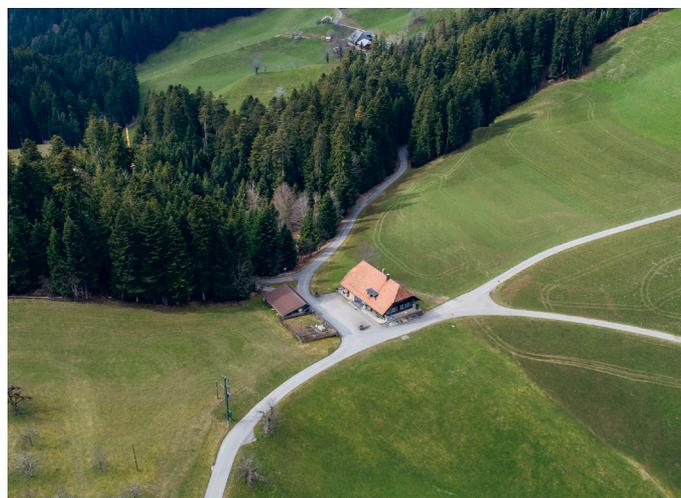
Emmentaler, der so gar nichts gemein hat mit der ausdruckslosen Massenware, die den Ruf des Käses mit den typischen grossen Löchern in den letzten Jahrzehnten tüchtig ramponiert hat.

Verziert sind die gewaltigen Laibe des Slowfood-Emmentalers mit Szenen aus Jeremias Gotthelfs Roman «Die Käserei in der Vehfreude». Das Werk des grossen Heimatdichters, das 1850 erschien, ist übrigens durchaus keine Schwärmerei über das Emmental, sondern setzt sich kritisch mit dem Einfall der Moderne in Gestalt des Baus einer Käserei auseinander. Vor allem die Frauen leiden in Gotthelfs Roman unter der Käserei in der Vehfreude, da diese den Erlös nur an die Männer auszahlt. Doch zurück zur Käserei Hüpfenboden: Die einzelnen Laibe wiegen stolze 95 Kilo und basieren auf 1200 Liter Rohmilch. Die frisch angelieferte Milch versehen Marlies Zaugg und Bernhard Meier im ersten Produktionsschritt umgehend mit der eigenen Sirtekultur und speziellen Bakterien. Anschliessend dicken sie die Milch ein, zerteilen sie mit der Harfe, bringen diese Emmentaler-Vorstufe in die passende Form und lassen sie im temperierten Keller gären. Hierbei entstehen die Löcher. Im zweiten Lagerkeller, dessen Temperatur tiefer liegt, wird der Gärprozess gestoppt. Sind vier Monate vergangen, kommt der Käse für mindestens acht weitere Monate ins Feuchtlager, wo sich sein Aroma herausbildet. (ak) huepfenboden.ch





Marlies Zaugg und Bernhard Meier verwenden neben regionaler Milch auch eigene Sirtekulturen.



Die Käseerei Hüfenboden liegt inmitten der Hügellandschaft des Emmentals mit ihren bisweilen gehörig stotzigen Hängen.

Die Milch, mit der Marlies Zaugg und Bernhard Meier arbeiten, verdankt ihren Charakter den ungedüngten Emmentaler Wiesen, auf denen die Kühe der Zulieferbetriebe weiden dürfen.



Stolze 95 Kilo wiegt ein einzelner Käselaib. Bernhard Meier verarbeitet dafür 1200 Liter Rohmilch. Mindestens zwölf Monate muss der besondere Emmentaler reifen.



Die Arvenzweige für seine kulinarischen Kreationen sammelt Dario Cadonau höchstpersönlich.

Brail, Unterengadin, 1636 m ü. M.



Mit ihren weitreichenden Senkerwurzeln klammert sich die Arve selbst an steil abfallende Gebirgshänge. Bis auf 2800 Meter über Meer wächst sie, das schafft kein anderer Baum im Alpenraum. Nährstoffarme Böden wie hier im Unterengadin halten sie in keinsten Weise davon ab, prächtig zu gedeihen, ebenso wenig wie sengende Hitze oder klirrende Kälte. Nur eines ist für sie unverzichtbar: dass der Boden mit einer ausreichend sauren Rohhumusschicht bedeckt ist. Ihren Übernamen – «Königsbaum der Alpen» – verdankt die immergrüne Arve aber nicht allein ihrer Unbeugsamkeit. Seit Jahrhunderten betört und beruhigt ihr Duft die Menschen, und die kleinen Kerne, die sich in ihren Zapfen verbergen, sind ein wohlschmeckender Energielieferant. Auch die Urform der Engadiner Nusstorte soll mit Arvennüssen zubereitet worden sein. Doch die Arve gibt kulinarisch noch viel mehr her. Das weiss keiner besser als Dario Cadonau, dessen Restaurant Vivanda im wunderschönen Hotel In Lain in Brail mit 17 Gault-Millau-Punkten und einem Michelin-Stern ausgezeichnet ist. Schon der Begrüssungsdrink duftet und schmeckt nach Arve: In prickelnden Champagner kommt ein wohldosierter Schuss Arvensirup. «Unser ganzes Hotel ist aus Arvenholz erbaut, da ist dieser Aperitif eine passende Ergänzung», sagt

der Sternekoch, dessen Familie seit 45 Jahren eine Holzbaufirma betreibt. Mit dem Arvensirup begann vor zwölf Jahren die kulinarische Auseinandersetzung mit dem Königsbaum, bald darauf servierte Cadonau seinen Gästen ein Rindsfilet im Arvenholzmantel. «Vakuumiert man beides zusammen, ziehen die Aromen des Holzes ins Fleisch ein, und man schmeckt sie deutlich heraus.» Zu viel des Guten soll es aber auf keinen Fall sein. «Jeder Teil des Baums schmeckt unterschiedlich stark nach Arve. Die Intensität des Harzes ist mir zu hoch – auch wegen der damit einhergehenden Bitternoten.» Arvenzapfen, in denen das typische Aroma ebenfalls stark verdichtet ist, halbiert der Engadiner Kochkünstler, legt sie in Öl ein und gibt alles für rund zwei Wochen in einen Vakuumierbeutel. Das fertige Öl giesst er schliesslich portionsweise zu flüssiger Schokolade und baut so eine Arvenganache auf. Auch dem eingangs erwähnten Arvensirup liegen die Zapfen zu Grunde. Will Dario Cadonau eine Suppe mit Arvengeschmack parfümieren, greift er zu den Nadeln. Deren Intensität ist weniger ausgeprägt, variiert jedoch von Jahreszeit zu Jahreszeit. «Im Frühling, wenn der Baum seinen ganzen Saft und seine ganze Kraft herauschiesst, schmecken die Nadeln deutlich stärker nach Arve als im Winter, wirken harziger und frischer.» (ak) inlain.ch



Kein Baum dringt in den Alpen in so grosse Höhen vor wie die Arve. Auch im Engadin prägt sie das Landschaftsbild und klammert sich mit ihren Senkerwurzeln an die Hänge.

Das Rindsfilet im Arvenholzmantel ist einer der Signature Dishes von Sternekoch Cadonau. Vor dem Braten kommen Fleisch und Holz zusammen in einen Vakuumierbeutel.





Der Königsbaum der Alpen begleitet Dario Cadonau schon ein Leben lang. Auch in seinem Hotel, dem zauberhaften In Lain, ist die Arve allgegenwärtig. Der moderne Anbau und die Möbel sind aus ihr gefertigt, im Begrüssungs-Champagner steckt sie in Form von Sirup, und auch manche Kreation im Gourmetrestaurant Vivanda veredelt sie.

Anders als in den Zapfen ist das Arvenaroma in den leuchtend grünen Nadeln eher dezent. Daher eignen sie sich hervorragend, um eine Suppe zu parfümieren.

