inRide CUISINE

mit Friederike Meyer zu Bexten

Aus dem eigenen Garten frisch auf den Tisch. Bei **Friederike Meyer zu Bexten** ist das Mittagessen gesund und fester Treffpunkt für Familie und Mitarbeiter. **inRide**-Autorin **BETTINA HALBACH** war eingeladen.

MEET & EAT

Von der Haustüre des rund 200 Jahre alten Wohnhauses der Familie ***Meyer zu Bexten*** geht es gerade aus durch den Flur in die gemütliche Küche.
Hier ist das Reich von Friederike Meyer zu Bexten, die Hauswirtschaftsmeisterin ist: Rechts von der Küchentüre ist eine lange, helle Küchenzeile, mit Ober- und Unterschränken, Herd, Spülmaschine und Arbeitsplatten, links befindet sich ein großer Esstisch aus einfachem Holz, mit Eckbank und Stühlen. An den Wänden hängen gerahmte Bilder mit Pferden, aber auch mit anderen Motiven und natürlich Familienfotos. Gegenüber der Küchentüre ist ein großes Fenster und die Türe zur Terrasse, wo sich die Familie im Sommer gerne aufhält. „Sich einmal am Tag gemeinsam an den gedeckten Tisch zu setzen, ist schon ein wichtiger, täglich wiederkehrender Ablauf für uns alle. Wir sind beim Essen daher oft zu fünft oder zu sechst", erzählt Friederike Meyer zu Bexten.
Mittagszeit ist bei den Bexters in der Regel ab halb eins. Heute sitzen Friederikes Mann, Ulrich Meyer zu Bexten, ihre 88 jährige Schwiegermutter Hanna, Lars und Sandra Gregor, eine Mitarbeiterin, am Tisch. „Manchmal kommen noch unsere Auszubildende, Caroline Tiemann sowie Kai und Nina Schäfer hinzu." Vor jedem stehen bereits zwei einfache, weiße Teller, ein flacher und einer für die Suppe, auf hellbraunen Untersetzern, daneben Glasschälchen.
Heute tischt die Hausherrin frische Bärlauchsuppe, Speckknudeln und zum Nachttisch

Feine Kräuter-Küche

VORSPEISE: BÄRLAUCHSÜPPCHEN

Aus kleingeschnittenen, gekochten und pürierten Kartoffeln, Möhren und Sellerie eine Gemüsegrundsuppe herstellen, mit Gemüsebrühe abschmecken. Große Handvoll frisches, kleingeschnittenes Bärlauch kurz vor dem Servieren in die Suppe geben, pürieren, mit Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken.

HAUPTGANG: NUDELN MIT SCHINKENSPECK

Butter und Schinkenspeck in einer großen Pfanne etwas auslassen, gekochte Nudeln dazu geben, mit Salz, Pfeffer, und frischem Knoblauch sowie mit frischen Kräutern, wie Schnittlauch, Petersilie, Sauerampfer und mit Parmesankäse verfeinern.

NACHTISCH: QUARKSPEISE MIT HOLUNDERBLÜTENSAFT

Quark mit Joghurt, Milch, Holunderblütensaft und etwas Zucker cremig schlagen.

*** Bärlauch ist eine altbekannte Gemüse-, Gewürz- und Heilpflanze, die bei Bauchweh hilft und gut gegen Bluthochdruck ist.**

FotoPrivat • Fotolia

Quarkspeise mit Holunderblütensaft auf. Bärlauch wächst auf dem Bexterhof natürlich im eigenen Garten. „Wir legen großen Wert auf ausgewogene, abwechslungsreiche Kost. Da sollte meine 88-jährige Schwiegermutter, unsere jungen, körperlich arbeitenden Azubis und die Mitarbeiter, mein Mann und ich ausreichend mit Vitaminen, Mineralstoffen und mit Energie versorgt werden und natürlich auch Lars, wenn er hier ist. Da meine Damen im Team ziemlich eigen sind in der Gemüseauswahl, suche ich oft eine wohlschmeckende Abwandlung, verstecke zum Beispiel das Gemüse in der Suppe. Eigentlich hätte ich zu den Nudeln gerne noch einen frischen Salat gemacht, als Vitaminstoß, doch dazu fehlte mir heute die Zeit."

Andächtige Stille

Friederike Meyer zu Bexten stellt Schüsseln mit noch heißem, dampfenden Inhalt auf den Tisch, dann nimmt sie selber Platz. Alle greifen ordentlich zu, sind in heiterer Stimmung. Sie sprechen nun über Lars neue Facebook-Seite, über das geplante, große Turnier im August, die Bexter-Open und über die Pferde, die Lars nach dem Essen noch reiten wird. Doch dann, als die Schüssel mit dem Nachttisch die Runde macht, wird es schlagartig still in der Runde – Quarkspeise mit Holundersaft schmeckt einfach zu gut. Nachdem die Schüssel leergeputzt ist, stellen alle gemeinsam das Geschirr zusammen, stehen vom Tisch auf. Zeit für ein gemütliches Zusammensein ist auf dem Bexter Hof mittags nur selten, schließlich stehen Geschäftstermine an, die Pferde müssen gearbeitet werden und es kommen Reiter zum Unterricht.

So bleibt Friederike Meyer zu Bexten alleine in der Küche zum aufräumen: „Das gehört dazu", sagt sie und lächelt.

Schöne Aussichten für Pferde. Der 200 Jahre alte Bexterhof.

MEET & RIDE

Der Bexter Globus: Hufeisen aus aller Welt.

Lars (links), Ulrich und Friederike Meyer zu Bexten mit Schwiegermutter Hanna.

Bis zur nächsten *German Friendships* ist es noch eine Weile hin, aber Vorfreude ist bekanntlich die schönste Freude. Schließlich hat das Turnier den Bexterhof in der ganzen Welt bekannt gemacht, seit ***Ulrich Meyer zu Bexten*** und ***Frank Rothenberger*** es 1999 erfunden haben. Sohn ***Lars Meyer zu Bexten*** erinnert sich: „2011 kamen aus 33 Nationen rund 110 Kinder und Jugendliche zu uns auf den Bexter Hof, ritten und knüpften internationale Freundschaften."

Der Bundestrainer der Jungen Reiter und Junioren schult Springreiter systematisch vom Einsteigerniveau bis zu schwerten Springprüfungen. Sein Trainingszentrum Bexter Hof liegt am Stadtrand von Herford, nahe der Autobahn A2. Fährt man auf das weitläufige Gelände des Hofes mit den malerischen, gut 200 Jahre alten Gebäuden, bleibt der Verkehrslärm zurück. Es umfängt einen die Art von Ruhe, die es braucht, um Pferde auf Springen mit zehn bis elf rund anderthalb Meter hohe Hindernisse vorzubereiten. Schatten spendende Bäume, ein kleiner Teich, gepflegte Grünflächen und die beiden ganzjährig bereitbaren Außenplätze, ein weitläufiger Rasenreitplatz, eine Longierhalle und eine großzügige Reithalle geben dem Betrieb Flair.

Der Bexter Hof ist sei Generationen in Familienbesitz. Ob ***Mynou Diederichsmeier*** oder ***Frank*** und ***Andreas Ostholt***: Lars Meyer zu Bexten und sein Vater, der ehemalige Nationenpreisreiter und Pferdewirtschaftsmeister Ulrich Meyer zu Bexten, bildeten die eigenen und die Berittpferde aus, unterrichteten ihre internationalen Schüler.

Jetzt erweiterten die Bexters die Trainingsmöglichkeiten, der Nationenpreisreiter und angehende Pferdewirtschaftsmeister ***Kai Schäfe***r bietet Unterricht und Beritt an. „Ich bin viel unterwegs, auf Lehrgängen und Vorträgen, in Deutschland und im Ausland, daher bin ich froh, dass Kai Schäfer mich unterstützt. So bleiben alle Pferde und Reiter kontinuierlich in Arbeit", sagt Lars Meyer zu Bexten. Außer seinem Amt als Bundestrainer baut er im Namen der Internationalen Reiterlichen Vereinigung (FEI) ein internationales Coaching System auf, bildet im Ausland Reitlehrer fort. **BETTINA HALBACH**

Fotos http://www.foto-design-feldhaus.de