



GENUSS- VERSTÄRKER

Schon möglich, dass auch Laktose- und Fleischverzicht glücklich machen. Jetzt aber tritt eine NEUE GENERATION von Küchenchefs in Deutschland den Beweis an, dass man sich ebenso ohne Einschränkung mit gutem Gewissen ernähren kann. Wir stellen drei Restaurants und FÜNF FOOD-TRENDS vor, die den Spaß am Essen zurückbringen Text: CORINNA GÖTZ; Fotos: CHRISTIAN KERBER

Fu(h)rioses Team: Fabian Ehrich (li.) mit Eileen Schellwald und Björn Hochkreppel vom Hamburger „FuH“. Das Restaurant war früher ein Milchgeschäft und wurde einfach, aber liebevoll mit Vintage-Mobiliar eingerichtet (s. li. Seite)

Auerochse
mit bunten
Möhren, roten
Zwiebeln und
Kartoffeln
gnocch

NACHHALTIG: DAS „FUH“ IN HAMBURG

Weißer Karotten, Topinambur, Auerochse, Fabian Ehrich und sein Team verarbeiten lange vergessene Gemüse- und Fleischsorten – nach Möglichkeit ohne Reste. Das regionale Netzwerk (Nah:türlich genießen e.V.), das die Frische seiner Zutaten garantiert, hat der Slow-Food-Anhänger (s. S. 80) selbst mitaufgebaut.

Bedeutet regionale Küche, dass alle Zutaten aus der Umgebung kommen?

Fabian Ehrich: „Wenn es sinnvoll ist, ja. Bei manchen Obst- oder Gemüsesorten wäre es aber aufwendiger, sie hier zu züchten. Ich sehe das nicht dogmatisch, sonst dürfte ich nicht einmal Pfeffer verwenden. Und extreme Einschränkungen führen nur irgendwann dazu, dass sich wieder alle davon abwenden.“

Sorten wie weiße Karotten findet man aber nicht überall, oder?

„Als ich vor fünf Jahren angefangen habe, musste ich dafür an den Wochenenden die Höfe in der Umgebung abfahren. Damals wirtschaftete noch jeder kleine Bauer für sich, viele konnten nicht selbst ausliefern. Mittlerweile haben wir ein Netzwerk, das die regionalen Waren vertreibt. Dadurch

trauen sich auch mehr Landwirte, nicht so gängige Sorten anzubauen.“

Und „ausgestorbene“ Rinderrassen wieder zum Leben zu erwecken?

„Unser Biofleisch vom Auerochsen stammt im Grunde genommen aus einem Umweltschutzprojekt aus dem Eidertal. Die Rinder sind dort komplett der Natur überlassen und quasi Landschaftspfleger. Getötet

werden sie nicht im Schlachthaus, sondern isoliert auf ihrer Weide, mit leisen Gewehren, möglichst ohne Stress. Für mich ist der Respekt vor den Tieren einfach genauso wichtig wie der vor den Menschen, die bei uns essen.“

„FuH – Ein Raum zum Speisen“, Fischers Allee 42, 22763 Hamburg, restaurant-fuh.de



Salz

KREATIV: DIE „BAR CORSO“ IN MÜNCHEN

Unter der Leitung von Geschäftsführerin Sophie Lloyd und Küchenchef Michael Meyerhofer entstehen traditionelle Gerichte mit modernen, oft auch asiatischen Einflüssen. Einschließlich der Cocktail-essenzen wird alles selbst und zum größten Teil aus regionalen Zutaten hergestellt.



Die „Bar Corso“-Familie: Geschäftsführerin Sophie Lloyd mit ihrem Küchenteam Daniel Bischof, Michael Meyerhof und Giuseppe Messina (v. li.)



Vorspeise mit Überraschungseffekt: frittiertes Blumenkohl, Salsa Verde, dazu rosa gebratenes Fleisch, das man nicht auf jeder Karte findet – in diesem Fall Bavette („Rinderlappen“)

Was zeichnet für Sie einen guten Koch aus?

Michael Meyerhof: „Ich finde es wichtig, außergewöhnlich, aber doch realistisch und mit dem Herzen zu kochen. Ein guter Koch sollte nicht nur sein Handwerk beherrschen, sondern auch darüber hinaus etwas erreichen wollen.“

Er muss die richtige Intuition besitzen. Ich habe schon als Junge, wenn ich mittags aus der Schule kam, einfach zusammengemischt, was ich im Kühlschrank gefunden habe – und es hat immer geschmeckt.“

Wie entstehen Ihre ungewöhnlichen Gerichte, z. B. Bavette mit Salsa Verde und frittiertem Blumenkohl?

„Wir versuchen grundsätzlich, regional und saisonal zu kochen, aber doch exotisch, mit Eigenkreationen, seltenen Fleischsorten vom Metzger unseres Vertrauens und viel Gemüse, von Grünkohl bis zu Pak Choi. Bei der Zusammenstellung der

wöchentlich neuen Karte experimentieren wir, ich diskutiere mit meinem Sous-chef Daniel Bischof, dem Küchenteam und unserer Chefin die Ideen, und wir entwickeln sie weiter, bis sich alle einig sind. Dann schauen wir, ob es ankommt.“

Und wie kommt es an?

„Meist sind die Leute überrascht, weil sie so eine hohe Qualität nicht in einem so ‚einfachen‘ Laden erwarten. Meiner Meinung nach ist das ‚Corso‘ das perfekte Restaurant: Es ist nicht zu groß, mit wenigen Tischen, dadurch kann man sich als Koch Zeit für die Gäste nehmen und den Kontakt pflegen. Das Publikum fühlt sich wohl, weil es nicht so schickieriamäßig bei uns ist. Und wir bringen gutes, ehrliches Essen zu moderaten Preisen auf den Tisch. Für mich ist das Essengehen, ohne verarscht zu werden.“

„Bar Corso“, Müllerstraße 51, 80469 München, barcorso.de

Klein, aber fein: Die wöchentlich wechselnde Karte passt auf eine Tafel, umfangreicher ist die Cocktailauswahl mit hausgemachten Essenzen





Hipster-Wohnzimmer:
Die Wohlfühl-Atmosphäre
des „Katz Orange“
bestimmen viel Holz
und bunte Kelim-Kissen.
Die Indianerbilder
erinnern an die Vorfahren
des Besitzers

EMOTIONAL: DAS „KATZ ORANGE“ IN BERLIN



Ludwig Cramer-Klett hat sein Restaurant in Mitte mit viel Liebe zum Detail und ähnlich wie seine eigene Wohnung eingerichtet, u. a. mit Souvenirs von Reisen um die Welt. Auch das Essen hat eine sehr persönliche Note.

Gebratener Grünkohl und Kartoffelstampf, Spareribs und Hummus – wie passt das alles auf einer Speisekarte zusammen?

„Unser Konzept ist regional, aber nicht dogmatisch. Wir leben in einer globalisierten Welt und wollen nicht die Zeit zurückdrehen. Der regionale Aspekt ist eher ein emotionaler Faktor, der vielleicht noch wichtiger ist als die Ökobilanz. Es geht darum, dass man weiß, woher das Stück Fleisch auf dem Teller kommt, also um mehr Nähe zwischen denen, die die Nahrung produzieren, und denen, die sie konsumieren.“
Trotz der Vielfalt passt die Karte auf eine Seite.

„Sie ist klein, weil wir versuchen, Reste zu vermeiden. Noch mehr Auswahl würde bedeuten, dass noch mehr nicht bestellt wird. Natürlich kann es sein, dass bei uns ein Gericht an einem Abend ausgeht. Nicht jeder Gast versteht das: In unserer Überflussgesellschaft ist man ja daran gewöhnt, dass von allem zu jeder Zeit genügend da ist.“

Dafür bieten Sie aber mehr als „nur“ gutes Essen an, z. B. mit Ihrem Projekt „Contemporary Food Lab“.

„Das Non-Profit-Projekt ist eine Art Thinktank, ein Austausch zwischen Fachleuten, Künstlern, Architekten, Städteplanern, Agrar- und

Naturwissenschaftlern und vielen anderen. Zugleich ist es sehr stark an die Öffentlichkeit gerichtet, die Themen werden in Formen übersetzt, die auch Laien verstehen, z. B. mit Workshops in unserem Eventraum, Ausstellungen, Lesungen, Filmvorführungen. Es geht dabei immer um das Verhältnis von Mensch und Natur, das durch unser Essen sehr stark geprägt ist. Wir wollen dazu inspirieren, seine eigene Haltung zu dem Thema Ernährung zu finden.“

„Katz Orange“,
Bergstraße 22, 10115 Berlin,
katzorange.com,
contemporaryfoodlab.com



Signature-Gericht:
das zwölf Stunden lang geschmorte
Duroc-Schwein „Katz Orange“
mit Zitronen-Knoblauch-Joghurt
und (saisonalen) Beilagen



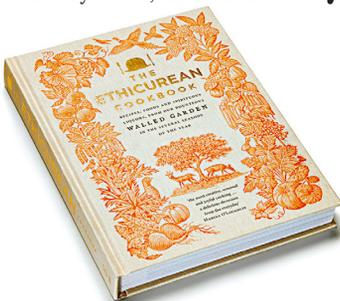
5 FOOD-TRENDS

und Gastronomie-Konzepte, die uns jetzt Spaß machen

„LOCAL FOOD“ SCHÄFFT VERTRAUEN

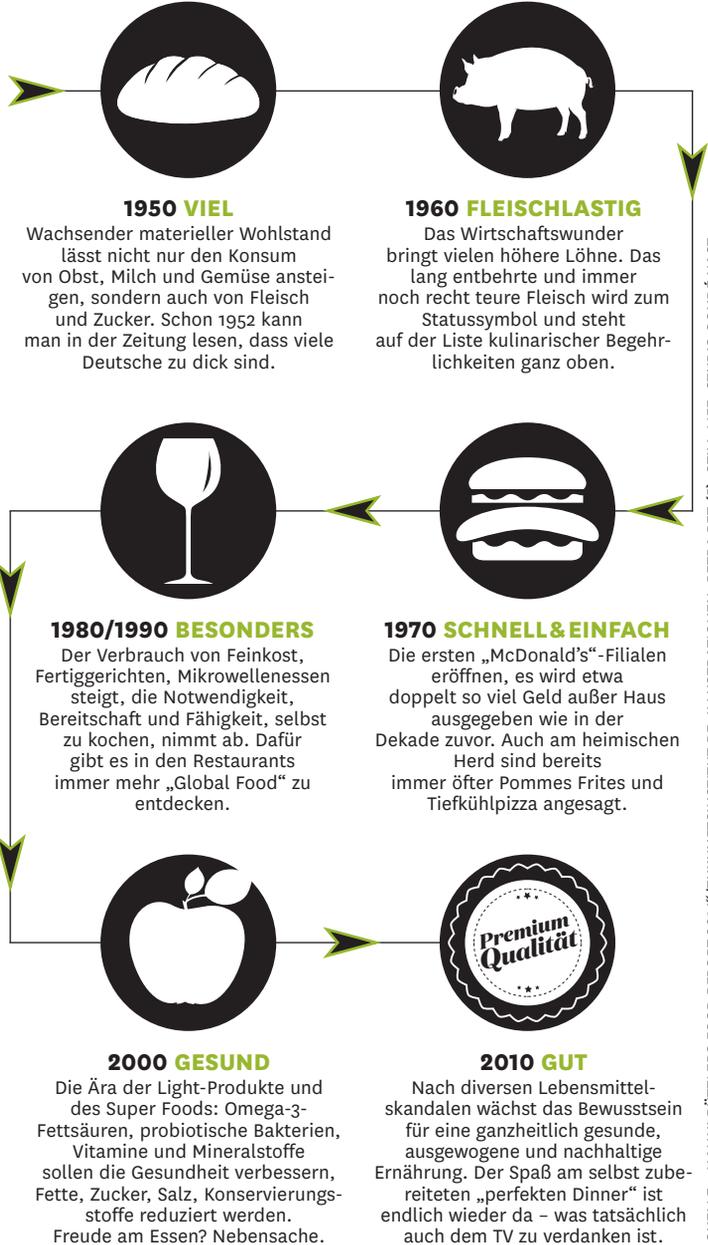
Der von der neuen nordischen Küche inspirierte Trend revolutioniert weltweit nicht nur die gehobene Gastronomie. Egal, wie dogmatisch das Konzept umgesetzt wird, letztlich geht es stets um mehr Nachhaltigkeit, Frische und Authentizität beim Essen. Joshua Skenes, Besitzer des neuen Zweiterne-Tempels „Saison“ in San Francisco etwa, sammelt Kräuter und Salate wild im Golden Gate Park, von der Echtheit der Produkte kann man sich selbst überzeugen:

Das „Saison“ hat eine offene Küche, in der sich Skenes auf die Finger schauen lässt. Auch der Frankfurter Sternekoch Matthias Schmidt pflückt seine Zutaten vor der Tür, er verarbeitet von Wildrosen bis zu Tannentrieben nur das, was die Umgebung hergibt. Das sinnlichste „Local Food“-Erlebnis aber liefert das „Restaurant im Gewächshaus“, wie „The Ethicurean“ in England: Selbst gezüchtetes Obst und Gemüse landen vor den Augen des Gasts auf direktem Weg in der Küche. Zur Inspiration: „The Ethicurean Cookbook“, Ebury Press, um 26 Euro. ➔



VON VIEL ZU GUT

Was bei uns auf den Tisch kommt, ist nicht nur Geschmackssache: die Ernährungsgewohnheiten der Deutschen im Wandel der Zeit



QUELLE: „HANNI RÜTZLERS FOOD REPORT 2014“/ZUKUNFTSINSTITUT.DE; ILLUSTRATIONEN: PETRA PET (5); STILL-LIFE: STUDIO CONDÉ NAST

„SLOW FOOD“ SORGT FÜR VIELFALT

Dem Italiener Carlo Petrini war irgendwann der Appetit auf Fast Food, industriell hergestelltes Brot, normiertes Gemüse, Konservierungsstoffe und künstliche Aromen vergangen. 1986 gründete er seine Bewegung „zur Wahrung des Rechts auf Genuss“. Mittlerweile hat diese allein in Deutschland rund 12000 Unterstützer, z.B. Gastronomen wie Fabian Ehrich und Ludwig Cramer-Klett. In Zusammenarbeit mit regionalen Landwirtschaftsbetrieben setzt sich die „Slow Food“-Organisation für gutes, sauberes und gerechtes Essen, traditionelle und faire Produktionsweisen ein. Und dafür, dass wir heute in jedem Supermarkt grüne Tomaten und lila Kartoffeln kaufen können.



„CULINARY MISFITS“ WECKEN HEIMAT- GEFÜHLE

Eingekochtes Sommerobst, konserviertes Gemüse: Früher verstaubten sie in Einweggläsern in Omas Vorratskeller. Heute werden sie von Spitzenköchen wiederentdeckt, die Wert auf Regionalität und Nachhaltigkeit legen (s.o.). Natürlich geht es dabei auch um kulinarische Experimente. Vor allem aber lassen sich auf diese Weise sowohl in der Gastronomie als auch in der eigenen Küche Reste und (die für den Handel üblicherweise unbrauchbaren) „krummen Gemüse“ sinnvoll verwerten – und ganz nebenbei Heimatgefühle auf die Teller zaubern.

„FUSION FOOD“ LÖST ALLE GRENZEN AUF

Die Globalisierung hat unsere Geschmacksvorlieben erweitert. Was einst als exotisch galt, existiert gleichberechtigt neben heimischen Zutaten und Zubereitungsarten. Selbst der bayerische Schweinebraten wird mit Ingwer verfeinert. Nach der Ära asiatischer Einflüsse kommen derzeit die spannendsten Innovationen aus Südamerika: Spätestens seit der Begründer der Molekulküche, Ferran Adrià, in Barcelona ein peruanisch-japanisches „Nikkei“-Restaurant eröffnet hat, ist Ceviche (roher, in Limettensaft marinierter Fisch) in aller Munde.

„FOOD TRUCKS“ BRINGEN QUALITÄT AN JEDE STRASSENECKE

Noch nie gab es so viele gute Alternativen zu „McDonald’s“ und Co.: Der Hype um New Yorks legendäre Food Trucks hat auch bei uns Gourmet-Imbisse auf vier Rädern ins Rollen gebracht. Das vielfältige Angebot reicht von Bio-Currywurst und -Burgern über asiatische Nudelsuppen bis zu mexikanischen Tacos, alles frisch zubereitet und authentisch. Beste Anlaufstellen sind nach wie vor der „Streetfood Thursday“ (markthalleneun.de) und der „Bite Club“ (biteclub.de) in Berlin. **G**



6 EXTRA- TIPPS

Wo man jetzt saisonal, regional, nachhaltig genießen und sich dabei wie zu Hause fühlen kann

LA SOUPE POPULAIRE

BERLIN

In seinem neuesten Restaurant serviert Zwei-Sterne-Koch Tim Raue Eintöpfe, Senfeier und andere Hausmannskost – auf Gourmet-Niveau, aber zu moderaten Preisen. **Prenzlauer Allee 242, lasoupepopulaire.de**

LOKAL BERLIN

Ganzheitliche Tierverwertung gehört zum Konzept, deshalb stehen auch mal Innereien auf der Karte. In dem puristisch eingerichteten Lokal wird trotzdem auch an Vegetarier und Veganer gedacht. **Linienstraße 160, lokal-berlin.blogspot.de**

VOM EINFACHEN

DAS GUTE BERLIN

Das sympathische Betreiberpaar verkauft in seinem Edel-Tante-Emma-Laden Wurst, Käse, Brot, Fleisch aus nachhaltiger Produktion in Mecklenburg-Vorpommern und Hessen, aber auch Spanien und Italien. **Invalidenstraße 155, vomeinfachendasgute.com**

LOKAL 1 HAMBURG

In dem Slow-Food-Restaurant ist fast alles bio und/oder aus fairem Handel. Die Mittags- und „Abendbrot“-Karten wechseln täglich, das Brot kommt stets frisch aus dem Ofen. **Kampstraße 25-27, lokal1.com**

MUTTERLAND HAMBURG

Bio-Käse, tagesfrische Kuchen, Pausenbrote: Hier kann man heimische Delikatessen für zu Hause kaufen (auch im Onlineshop). Oder aber man probiert in der Shopping-Pause im zugehörigen Café gute deutsche Küche „wie bei Mutti“. **Ernst-Merck-Straße 9-11, mutterland.de**

NUDO MÜNCHEN

Kleines sympathisches Lokal, in dem der Slow-Food-Gedanke großgeschrieben wird. Schwerpunkte sind Pasta-Gerichte und (vegane) Salate. **Amalienstraße 53, nudo-pastabar.de**