



Ein Haus mit langer Geschichte: Der «Löwen» in Bangerten ist seit fast hundertzwanzig Jahren in der Hand der Familie Pfäßli.



Das Dessert bringt Gross und Klein an einen Tisch: Ruth und Hans Pfäßli führten den «Löwen» und den angegliederten Bauernhof während fünfunddreissig Jahren. Heute sind ihre Töchter Anja Winkelmann-Pfäßli (an ihrem Stuhl hält sich ihr Söhnchen Valentin) und Julia Pfäßli am Ruder.

Kochen mit Julia Pfäßli
Einfach aus dem Vollen schöpfen

Ob Sonntagsbraten, Wild, Metzgete oder «Öpfuchüechli»: Julia Pfäßli kocht in der **Wirtschaft zum Löwen** in Bangerten BE ihre berühmten Gerichte wie zu Grossmutterns Zeiten. Ihre Zutaten stammen immer aus nächster Nähe. Und dafür reisen manche Gäste gerne von weit her an.

Text **Sabrina Glanzmann** Fotos **Winfried Heinze**

Zeit für ehrliche Gerichte ohne Chichi

B

Behutsam streicht Julia Pfäßli mit ihren Händen durch das üppige sattgrüne Blattwerk des Feigenbaums. So wie jeden Morgen ist sie auch an diesem noch taufrischen Tag im Frühherbst gerade auf kurzer Gartentour. «Es ist immer wieder eine kleine Überraschung, ob ich reife Früchte finde. Manchmal keine einzige, manchmal fast eine Schüssel voll», sagt sie und pflückt das erste Exemplar. Dann das zweite, das dritte, das vierte ... «Wow! Heute scheint ja ein richtig guter Feigentag zu sein!», freut sie sich und lächelt zufrieden. Keine fünf Minuten später hat sie ihre Ernte in der Küche bereits in Portwein eingelegt. In Einmachgläsern warten die Feigen nun darauf, bald das fruchtige i-Tüpfelchen auf chüschtigen Wildgerichten zu sein.

Nicht nur der Weg zum Feigenbaum ist für Julia Pfäßli kurz. Als sie 2012 die Wirtschaft zum Löwen in Bangerten BE übernahm, stand der persönliche Hauslieferant nämlich buchstäblich schon vor der Tür. Dank des angegliederten, von ihrer Schwester Anja Winkelmann-Pfäßli geführten Bauernbetriebs kann die Köchin zu jeder Jahreszeit so richtig aus dem Vollen schöpfen. Hier liefern die Freilandhühner von den Eiern bis zur Geflügelbouillon. Hier wachsen im Frühling grüne Spargeln, die morgens geschnitten werden und mittags schon auf dem Menü stehen. Hier verwandelt sich eine Hochstammhostet mit Apfel-, Birnen- oder Zwetschgenbäumen zur Erntezeit in ein üppiges Fruchteparadies, das unter anderem für die Kirschen für Julias hausgemachten Essig sorgt.



Alles fest im Griff: Julia Pfäßli führt den «Löwen» seit 2012 mit viel Herz, Charme und Bodenständigkeit.

Hier werden pro Saison tonnenweise Kartoffeln ausgegraben für knusprige Rösti und Pommes frites – zwei «Löie»-Klassiker, für die viele Gäste von weit her anreisen.

In der Küche seit Kindesbeinen
Stammt eine Zutat nicht vom familiären Hof, dann von ausgewählten Produzentinnen und Lieferanten aus der Region. Kalb zum Beispiel vom Viehhandel, den Anjas Mann in Bützberg BE betreibt. Das Tier kauft Julia ganz ein, und erst wenn sie alles davon verarbeitet hat, gibt es ein neues. «Schnell ein Kalbsfilet posten, das wird dem Tier einfach null gerecht. Das kann ich mit mir nicht vereinbaren.»

So stehen auf der Karte auch mal Nierli oder Herz – aber nur, solange es halt hat. Falls mal akuter Salat- oder Kräuterengpass herrscht, ist auch die Nachbarin Lisebeth eine verlässliche Quelle. «Sie macht zudem feines Baumnußöl. Es ist eine tolle Ergänzung zu unserem Rapsöl, das wir im Keller auf der Schneckenpresse selber herstellen.» Die Nähe zu den Produkten, der Respekt vor Saisonalität und die Liebe für traditionelle Gerichte – das alles wird an der Deisswilstrasse 1 in Bangerten seit jeher ganz selbstverständlich gelebt. Bevor mit Julia und Anja die fünfte Generation ans Ruder kam, betrieben ihre Eltern Hans und Ruth Pfäßli den Hof und die

Rohschinken auf geröstetem Vollkornbaguette mit Kürbismayonnaise

Zutaten (für 4 Personen)

▪ 200 g Hokkaidokürbis ▪ wenig Rapsöl ▪ 2 Eigelb
▪ 7 g Kräutersalz ▪ 1 TL Senf ▪ 2-3 dl Rapsöl oder Sonnenblumenöl (warm gepresst) ▪ 1 TL Zitronensaft ▪ 12 Scheiben Vollkornbaguette, je ca. 1 cm dick ▪ 24-36 Scheiben Rohschinken (je nach Grösse braucht es 2-3 Stück pro Baguettescheibe)

Zubereitung

Den Kürbis waschen, entkernen und in 1 Zentimeter grosse Stücke schneiden. Mit wenig Rapsöl bei niedriger Temperatur zugedeckt in einer Pfanne weich dünsten. Auskühlen lassen, mit dem Stab-

mixer pürieren oder mit einer Gabel zerdrücken. Die Eigelbe mit dem Kräutersalz und dem Senf verrühren. Das Rapsöl im Faden in die Eigelbe einrühren, bis alles bindet und eine Mayonnaise entsteht. Nach Belieben kräftig mit Zitronensaft abschmecken. 1 Esslöffel vom ausgekühlten Kürbispüree darunterrühren, je nach Geschmack auch mehr. Die Brotscheiben beidseitig in einer beschichteten Bratpfanne oder im Toaster goldbraun rösten. Einen grosszügigen Löffel Kürbismayonnaise daraufstreichen. Mit dem Rohschinken belegen. Dazu passt frischer Marktsalat. **Tipp** Das restliche Kürbispüree lässt sich gut einfrieren und für die nächste Kürbissuppe verwenden.



Bei Julia Pfäßlis herbstlicher Vorspeise wird Kürbispüree zum saisonalen Farb- und Aromengeber für die frisch zubereitete Mayonnaise. Darauf bettet sich der von Vater Hans geräucherte Rohschinken noch so gerne.



«Ich koche gerne Geschmortes. In diese Gerichte kann ich viel Input geben», sagt Julia Pfäffli. Die «Mohnchnöpfli» lernte sie in der Ausbildung bei «Chrüteroski» Oskar Marti.

Täglich frisches Brot aus eigenem Weizen

Wirtschaft im beschaulichen Berner Seeländer Dorf während fünfunddreissig Jahren. Noch heute packen die beiden tatkräftig mit an. Ruth hilft im Service aus und bäckt täglich frisches Brot – aus eigenem Weizen notabene, den Pfäffli in der Mühle Hindelbank BE mahlen lassen. Hans wirkt vor allem im Garten und auf den Feldern mit, brennt mit Anja hauseigene Schnäpse und unterstützt Julia und ihr Team an geschäftigen Tagen in der Küche. So wie es früher Julia, die Älteste seiner fünf Töchter,

gerne gemacht hat. «Kochen war mir von Kindesbeinen an vertraut. Ich merkte, dass es mir liegt und Freude macht.»

Diese Freude brachte ihr in den frühen Neunzigerjahren eine Kochlehre im nahen Münchenbuchsee ein, in der «Moospinte» bei Spitzenkoch Oskar Marti. Die Arbeit beim «Chrüteroski» prägte die heute 44-Jährige nachhaltig: «Mit seiner Naturküche rund um essbare Wildpflanzen und -kräuter galt er in der Branche damals als Pionier. Es war eindrücklich mitzuerleben, wie er für

neue Inspiration sorgte mit etwas, das eigentlich zum uralten Wissen gehört.»

Wurzeln statt Schäumchen

Nach der Ausbildung standen der Jungköchin die Türen der Gourmetgastronomie weit offen. Es folgten Stationen bei 19-Punkte-Koch André Jaeger in Schaffhausen, im Luxushotel Suvretta House in St. Moritz oder auf einem Passagierschiff zwischen Amsterdam und Budapest. Dereinst den elterlichen Betrieb übernehmen und in

Ragout vom Bucheggberger Reh mit «Mohnchnöpfli» und geschmortem Rotkraut

Zutaten für das Rehragout

(für 4-5 Personen)

- 100 g Saucenzwiebeln ▪ 60 g Rübli ▪ 60 g Lauch
- 60 g Knollensellerie ▪ 2 Wacholderbeeren ▪ 2 getrocknete Lorbeerblätter ▪ 1 Gewürznelke ▪ 1 kg Rehfleisch, von der Schulter
- Salz und Pfeffer ▪ Rapsöl zum Anbraten von Fleisch und Gemüse
- 6 dl kräftiger Rotwein ▪ 3-4 dl Wildfond ▪ Salz und Pfeffer
- 2 Thymianzweige ▪ wenig Rotwein ▪ 1-2 TL Speisestärke

Zubereitung

1. Die Saucenzwiebeln schälen und ganz belassen. Rübli, Lauch und Sellerie waschen, schälen und in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden. Die Wacholderbeeren mit einem Messer quetschen und mit den Lorbeerblättern und der Gewürznelke in ein Tee-Ei geben.
2. Das Rehfleisch in ca. 3 Zentimeter grosse Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Rapsöl in einer Bratpfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten gut anbraten. Fleisch herausnehmen und in einen feuerfesten Topf mit Deckel (Bräter) geben. Den Bratensatz mit einem Teil des Rotweins ablöschen und diesen Sud zum Fleisch geben. In der nun leeren Bratpfanne bei reduzierter Hitze in etwas Rapsöl die Zwiebeln sowie die Rübli- und Selleriewürfel anbraten. Etwas später den Lauch dazugeben.
3. Das angeröstete Gemüse zusammen mit dem Teesieb zum Fleisch in den Bräter geben. Den restlichen Rotwein mit dem Wildfond in einer Pfanne aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Fleisch geben. Den Topf verschliessen und das Fleisch auf dem Herd oder im Ofen bei 180 Grad (Unter-/Oberhitze) ca. 60 Minuten weich schmoren. Das Gemüse und das Fleisch aus der Flüssigkeit entfernen. Den Schmorfond etwas einkochen, allenfalls nochmals abschmecken und anschliessend mit der mit wenig Rotwein angerührten Speisestärke abbinden. Fleisch und nach Belieben auch das Gemüse zurück in die Sauce geben.

Zutaten für die «Mohnchnöpfli»

- 500 g Knöpflimehl ▪ 1 TL Mohnsamen ▪ 4 Eier ▪ 1,5 dl Milch
- 1,5 dl Wasser ▪ 25 g Salz ▪ wenig Pfeffer ▪ wenig Muskat
- Topf mit kochendem Salzwasser ▪ Rapsöl zum Anbraten

Zubereitung

Knöpflimehl und Mohnsamen in einer Schüssel verrühren. Eier, Milch, Wasser und Salz in ein Gefäss geben und mit dem Handmixer gut vermischen. Mit Pfeffer und Muskat zum Knöpflimehl geben und mit einem Schwingbesen schlagen, bis der Teig Blasen wirft. Portionsweise durch ein Knöpfli sieb direkt in einen Kochtopf mit kochendem Salzwasser streichen. Sobald die Knöpfli gar sind, steigen sie an die Oberfläche. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und abtropfen lassen. In einer Pfanne mit Rapsöl zugedeckt goldbraun braten, dabei ab und zu wenden.

Zutaten für das Rotkraut

- 800 g Rotkabis ▪ 1 Gewürznelke ▪ 2 getrocknete Lorbeerblätter
- 2 Wacholderbeeren ▪ 150 g Äpfel ▪ 100 g Zwiebeln ▪ 40 g Rapsöl
- 50 g Risottoreis ▪ Salz und Pfeffer ▪ 2 dl roter Kochwein
- 5 dl Gemüsebouillon ▪ 50 g Johannisbeergelee ▪ 20 g Rotweinessig ▪ Salz und Pfeffer ▪ etwas Zimt (nach Belieben)

Zubereitung

Den Rotkabis waschen, vierteln, den Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden oder hobeln. Die Nelke, die Lorbeerblätter und die Wacholderbeeren zu einem Gewürzsäcklein zusammenbinden oder in ein Tee-Ei geben. Die Äpfel schälen. Die Zwiebeln rüsten, fein schneiden und in einer Pfanne im Rapsöl glasig dünsten. Das Rotkraut nach und nach beigegeben und mitdünsten, den Reis ebenfalls dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Rotwein ablöschen. Bouillon und Gewürzsäcklein dazugeben und zugedeckt schmoren lassen. Kurz bevor das Rotkraut weich geschmort ist, den Deckel entfernen, damit die Flüssigkeit noch etwas einreduzieren kann. Gewürzsäcklein entfernen, Johannisbeergelee und Rotweinessig dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben mit etwas Zimt verfeinern.

Das Rehragout mit den Knöpfli und dem Rotkraut auf einem Teller anrichten.

Tipp Dazu passen eingelegte Quitten, Feigen und Marroni.



In der «Löie»-Küche wird noch richtig eingefeuert. Das Holz stammt aus dem Wald der Familie Pfäffli.



Wo Kartoffeln ein kostbares Gut sind: Verarbeitet werden sie hauptsächlich zu den «Löie»-Klassikern Rösti und Pommes frites.



Bereit für viele durstige Gäste: Authentische Beizenstimmung herrscht auch hinter dem Büffet.



Der hauseigene Garten zum Glück ist das Reich von Hans Pfäffli. Hier kümmert er sich während der Saison täglich um jedes Gewächs.

Vom Hof auf den Teller in wenigen Minuten

ihr Heimatdorf zurückkehren? Nichts lag ihr damals ferner. Sie wollte in die Welt hinaus, etwas anderes sehen. Dann zog es Julia 2012 doch zurück zu ihren Wurzeln, und zwar gleich doppelt. Zum einen merkte sie, dass Schäumchen, ausgefallene Techniken oder das Anrichten mit Pinzette herzlich wenig mit ihrer kulinarischen Prägung zu tun hat. Zum anderen wollte die mittlerweile alleinerziehende Mutter näher bei ihrer Familie sein und das Private mit dem Beruflichen enger verbinden.

Also zog sie mit ihrer damals sechsjährigen Tochter Jaël in die Wohnung, die direkt über dem Restaurant und unter dem Stock ihrer Eltern liegt. In der Küche führte Julia Pfäffli die Philosophie weiter, die sich durch das Haus, dessen Geschichte und Umgebung von selber ergibt: einfache, traditionelle, ehrliche Gerichte ohne Chichi, viele davon wie zu Grossmutterns Zeiten zubereitet. «Meine Familie kochte zwar schon immer so, aber damals vor neun Jahren lagen Begriffe wie Terroirküche oder die Verarbeitung eines Tiers von Kopf bis Fuss eben erst wieder in der Luft. Ich spürte, dass da noch viel mehr Potenzial drinsteckt.»

Metzgete mit Kultstatus

Julia Pfäffli sollte Recht behalten. Die eigenen Spargeln sind jeden Frühling der Renner im anerkannten Slow-Food-Betrieb (übrigens auch im liebevoll hergerichteten Hofladen ihrer Schwester Anja). In der Wildzeit gilt der «Löie» schweizweit als eine der besten Adressen für Rehrücken, -ragout, oder -schnittel von einheimischen Tieren – dabei versteht es sich für die Köchin von selbst, dass sie einmal pro Saison eine Jagdgruppe zum Treiben im benachbarten Solothurner Bezirk Bucheggberg begleitet. Sonntags können die Gäste hier noch klassischen Braten geniessen, auch in vegetarischen Varianten wie etwa aus Grünkern. «Auch vegan koche ich gerne. Wichtig ist einfach, dass die Gäste es



«Öpfuchüechli»

Zutaten (für 4 Personen)

- 100 g Weizenweissmehl, gesiebt
- 1 dl Bier
- 1 Eigelb
- 20 g Sonnenblumenöl
- 1 Eiweiss
- 1 Prise Salz
- 4 mittelgrosse säuerliche Äpfel (z. B. Boskoop)
- etwas Weizenweissmehl
- Erdnussöl
- Zimtzucker

Zubereitung

Für den Bierteig Mehl, Bier, Eigelb und Sonnenblumenöl verrühren. Das Eiweiss zusammen mit dem Salz steif schlagen und unter den Teig

ziehen. Die Äpfel schälen und das Kerngehäuse austechen. Anschliessend in 1 cm dicke Ringe schneiden. Apfelringe im Mehl wenden, durch den Bierteig ziehen und im 180 Grad heissen Öl in der Fritteuse oder in einem breiten, hohen Brattopf goldgelb ausbacken (zwischen durch wenden). Die Chüechli auf Küchenpapier etwas abtropfen lassen, anschliessend im Zimtzucker wenden. Mit Rahm, Vanilleglace oder Vanillesauce servieren.

Runde Sache: Die «Öpfuchüechli» werden im «Löwen» nach altem Familienrezept zubereitet.

anmelden, damit wir uns entsprechend vorbereiten können.» In Bangerten kommen also nicht nur Fleischfans auf ihre Kosten. Aber jeweils im Dezember, Januar und Februar sind für sie einige wenige Tage reserviert: dann, wenn die berühmte Metzgete über die Bühne geht. Laut Julia gibt es keine Beiz in der Gegend, die noch wie ihre Familie eine ganze Sau selber verarbeitet. So hat die «Löie»-Metzgete weit über die Region hinaus Kultstatus. Wer einen Tisch ergattert, hat im wahrsten Sinn des Wortes Schwein gehabt.

Allmählich verbreitet sich ein verführerischer Duft im Lokal. Während das Rehragout noch vor sich hin köchelt,

kümmert sich Julia Pfäffli um die Vorspeise beim Dreigangmenü, das sie für uns zubereitet. Sie reicht ein paar Scheiben Rohschinken zum Probieren – natürlich selbst geräuchert von Vater Hans. Mit seinen harzig-süsslichen Wacholdernoten passt das Fleisch wunderbar zur nussigen Kürbismayonnaise, die Julia gerade aufs Brot streicht. Ein weiteres köstliches i-Tüpfelchen aus Produkten direkt vor ihrer Haustür.

...

Adresse Deisswilstrasse 1, 3256 Bangerten BE, Tel. 031 869 02 30. **Öffnungszeiten** Mi–Fr 10–23.30 Uhr, Sa 14.30–23.30 Uhr, So 10–17 Uhr (bis 16 Uhr warme Küche) www.loewen-bangerten.ch