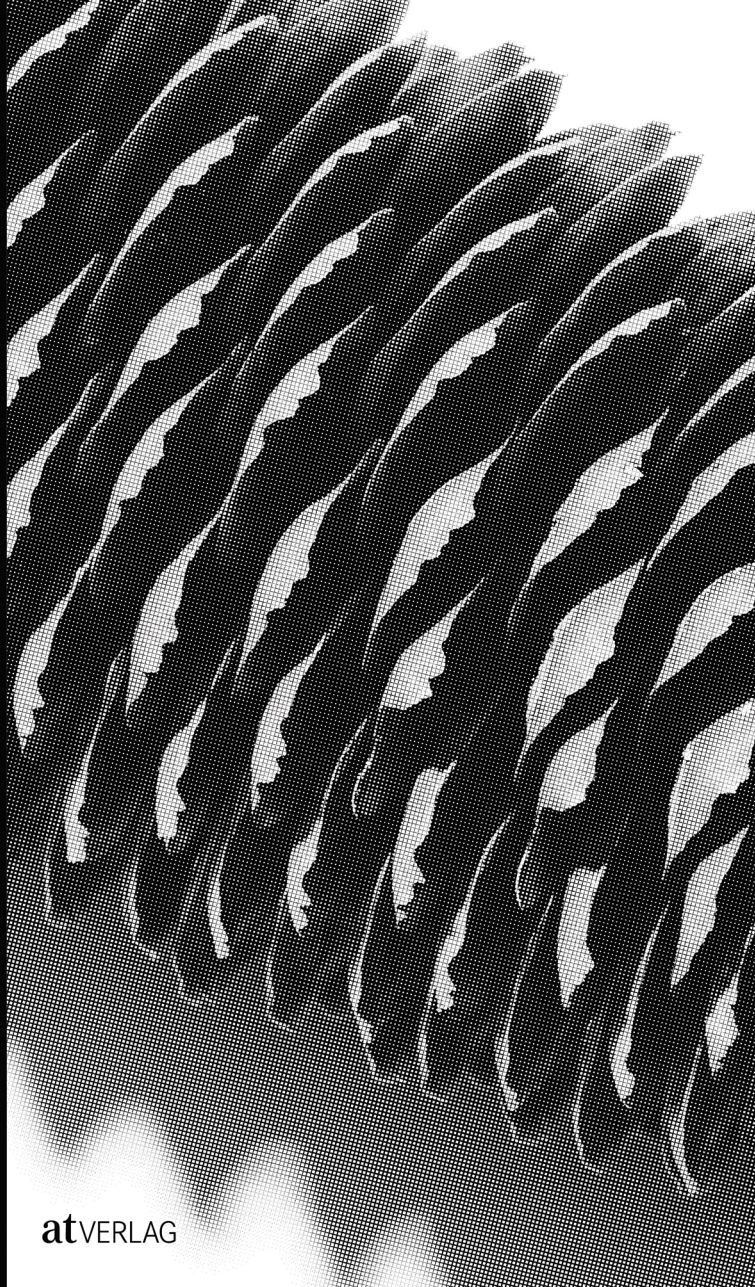


Meine Alpenküche
Rezepte, Geschichten
und Produkte

Sven Wassmer

atVERLAG



Sven Wassmer

Meine Alpenküche
Rezepte, Geschichten
und Produkte

Fotografie Lukas Lienhard
Texte David Schnapp

atVERLAG

INHALTSVERZEICHNIS

7	Meine Heimat, meine Alpenküche Über die Rezepte in diesem Buch
29	Frühlingserwachen
79	Alpsommer
125	Herbstblüte
167	Winterwende
215	Basisrezepte Fermentieren Einlegen Fonds und Jus Öle Pâtisserie
233	Danke
237	Rezeptverzeichnis



MEINE HEIMAT, MEINE ALPENKÜCHE

Heimat ist kein Ort, sondern ein Gefühl, heißt es. Dieses Buch handelt zum einen davon, dass eine Idee und ein Gefühl des Verbundenseins mit dem Ort, an dem ich lebe, der Ausgangspunkt für meine Arbeit als Koch sind. Die Produkte der Alpen und die Natur dieser faszinierenden Region mit ihren intensiven Ausprägungen im Sinne von Jahreszeiten und klimatischen Wechseln prägen meine Küche. Wo Menschen, Tiere und Pflanzen hart dafür arbeiten müssen, dass etwas wächst und gedeiht, bin ich heute zu Hause, hier koche ich.

Ich bin nicht in den Bergen aufgewachsen, sondern in Stein-Säckingen, Kanton Aargau – im Grünen am Rhein. Die Verbundenheit mit der Natur, die mich umgibt, hat mich geprägt. Unser Zuhause war das letzte Häuschen in einer kleinen Seitenstraße, links und rechts umrahmt von Kornfeldern, im Garten der Großeltern gleich gegenüber standen verschiedene Apfel-, Kirsch- und Walnussbäume. Beeren, Salat, Gemüse oder Kartoffeln kamen aus den Beeten vor unserem Haus.

SAUERTEIGBROT

Ergibt 2 Laibe

200 g reifer Sauerteig
 700 g Wasser [28 Grad warm]
 900 g Weizenmehl
 100 g Weizenvollkornmehl
 [z. B. Gran Alpin]
 25 g Maldonsalz
 50 g warmes Wasser
 Mehl und Reismehl zum Bearbeiten

Den Sauerteig mit einem Schneebesen in den 700g Wasser auflösen. Anschließend die beiden Mehlsorten hinzugeben. Mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten und diesen mit einem Küchentuch abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

Nun das Salz und die 50g Wasser hinzufügen und beides so lange in den Teig einarbeiten, bis er glatt ist. Den Teig wieder mit dem Küchentuch abdecken und bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Die nächsten 4 Stunden im Halbstundentakt mit feuchten Händen den Teig von unten ziehen und oben wieder zusammenfallen.

Sobald sich das Volumen um 30–40 Prozent vergrößert hat, den Teig auf die Arbeitsfläche legen und in zwei Laibe portionieren. Mit den Händen und einer Teigkarte die Portionen rund wirken, ganz leicht bemehlen und nochmals eine halbe Stunde abgedeckt ruhen lassen.

Nun den Teig umdrehen und von vier Seiten wieder übereinanderfalten, um Spannung in dem Teig aufzubauen, weiter rund wirken und dann mit der geöffneten Seite nach oben in einen leicht mit Reismehl ausgekleideten Gärkorb setzen. Mit einem Tuch abgedeckt über Nacht bei etwa 4 Grad weiterarbeiten lassen.

Am nächsten Tag den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech stürzen und mit einer Rasierklinge 3–4 mm tief längs einschneiden.

Im Ofen bei 230 Grad Umluft etwa 55 Minuten sehr dunkel backen, dabei in den ersten 20 Minuten eine feuerfeste Schale mit Wasser in den Ofen stellen. Vor dem Anschneiden das Brot komplett auskühlen lassen.

»Dieses Sauerteigbrot servieren wir seit dem ersten Tag und das ganze Jahr über. Es ist so zu einem der wichtigsten Elemente meiner Küche geworden.«



GERÖSTETE GERSTENKOJI-CREME MIT GEGRILLTER KAROTTE UND KAROTTENGRÜN-PESTO

Karotten

4 mittelgroße Karotten mit Grün
15 g Calx [Calciumhydroxid, Online-Handel]
500 g Wasser
Salz

Karottengrün-Pesto

12 g Karottengrün [s.o.]
12 g Sauerampfer
12 g glatte Petersilie
2 g Knoblauch
60 g Bio-Sonnenblumenöl
20 g geschälte Hanfsamen, geröstet
3 g Salz

Sanddornvinaigrette

40 g Sanddorn-Ursaft
2,5 g Zucker
50 g Essigmarinade [Basisrezepte, Seite 223]
0,1 g Xanthan
105 g Bio-Sonnenblumenöl

Geröstete Gerstenkogi-Creme

180 g Gerstenkogi [Basisrezepte, Seite 216]
250 g Rahm
250 g Milch
30 g Shiokoji [Basisrezepte, Seite 217]
0,4 g Xanthan

Außerdem

Sanddornkosho [Basisrezepte, Seite 221]
rohe Karotten, gehobelt
Salz
Karottengrün-Spitzen, gewaschen
Sanddornöl

Die Karotten schälen, das Grün wegschneiden und aufbewahren. Das Calx in das Wasser geben und die geschälten Karotten 3 Stunden darin einlegen. Gelegentlich rühren, da sich das Pulver am Boden absetzt. Durch eine Reaktion des Calx mit den Pektinen in der Karotte entsteht eine Art Haut um das Gemüse. Nach den 3 Stunden die Karotten unter kaltem Wasser abwaschen und 10 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Nun 1 Stunde bei 160 Grad und voller Luftfeuchtigkeit (alternativ eine feuerfeste Schale mit Wasser in den Ofen stellen) im Ofen fertig-garen. Die noch warmen Karotten leicht kneten, um das Innere leicht breiig zu machen.

Das Karottengrün, den Sauerampfer und die Petersilie waschen, auf Küchenpapier trocknen und fein hacken. Den Knoblauch ebenfalls fein hacken und mit dem Öl und den Hanfsamen zu den Kräutern geben. Mit dem Salz abschmecken. Das Pesto sollte nicht zu früh hergestellt werden, da es oxidieren kann.

Alle Zutaten bis auf das Öl mit dem Stabmixer mixen. Dann bei laufendem Mixer das Öl langsam einlaufen lassen, um die Masse zu emulgieren.

Den Gerstenkogi im Ofen bei 160 Grad Umluft 25 Minuten rösten, in eine Schüssel geben und mit dem Rahm übergießen. Zugedeckt über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Am nächsten Tag mit der Milch im Standmixer fein mixen, mit dem Shiokoji abschmecken und mit dem Xanthan binden.

FERTIGSTELLEN: Die Karotten auf einem Holzkohlegrill anrösten und dabei mindestens dreimal mit der Sanddornvinaigrette bestreichen. Darauf achten, dass die Karotten nicht anbrennen. Die Karotten einschneiden, mit der Gerstenkogi-Creme füllen und auf den Teller legen. Mit etwas Sanddornkosho bepinseln. Das Pesto über die Karotten gegeben. Rohe, leicht gesalzene Karottenscheiben darüber verteilen und alles mit den Karottengrün-Spitzen garnieren. Am Tisch die Sanddornvinaigrette angießen und etwas Sanddornöl darüberträufeln.

»Das Ziel dieses Gerichts war es, ein scheinbar simples Produkt wie die Karotte auf überraschende Art und Weise zu veredeln.«





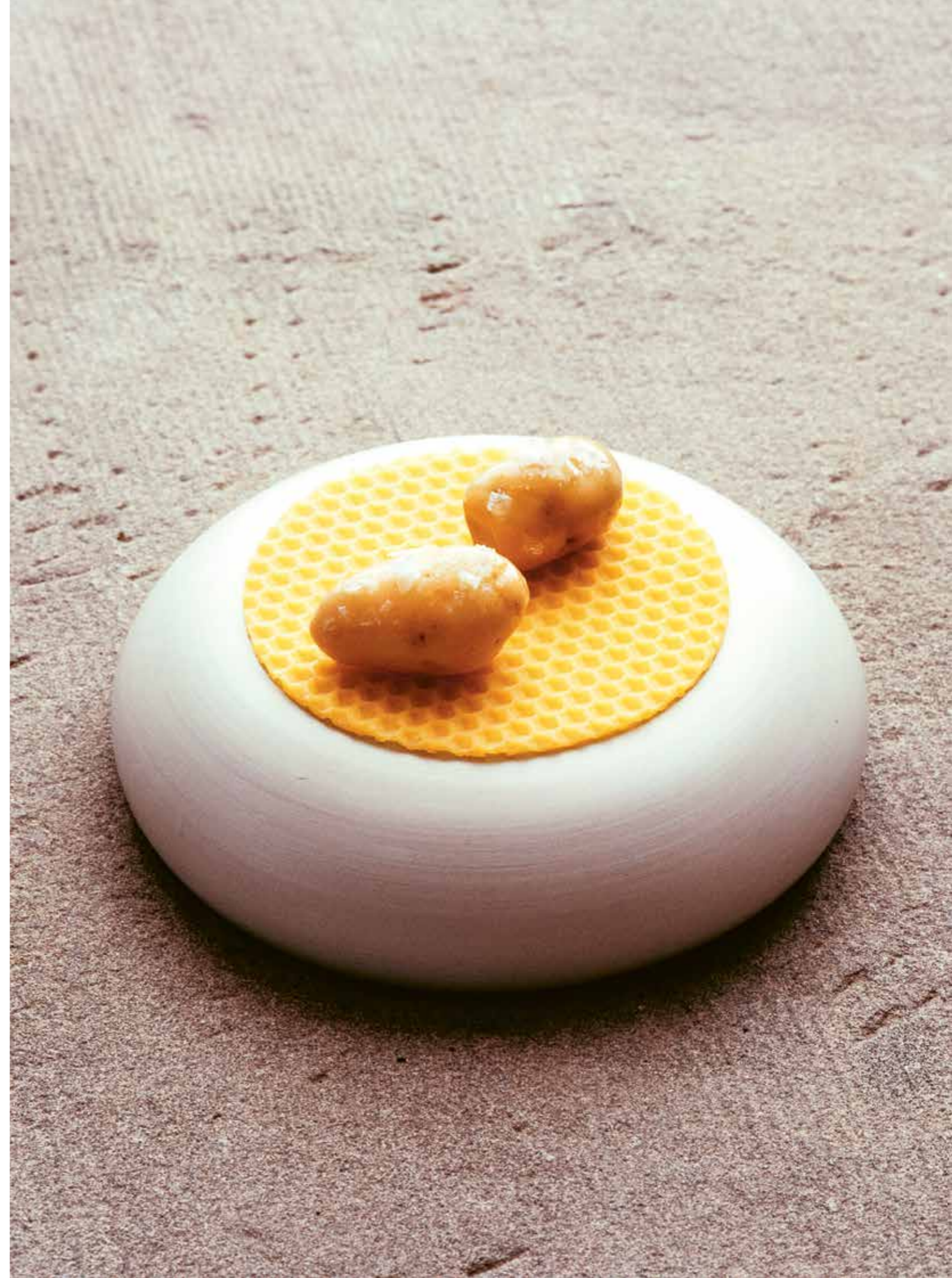
CORNE-DE-GATTE-KARTOFFELN IM BIENENWACHS

Corne de Gatte

8 Corne-de-Gatte-Kartoffeln
300 g Bio-Bienenwachs
Butter, geklärt, flüssig
Meersalzflocken

Die Kartoffeln mit dem Bienenwachs vakuumieren und je nach Größe zwischen 12 und 16 Minuten bei 90 Grad im Steamer dämpfen. Anschließend bei Raumtemperatur abkühlen lassen, dann kühl lagern. Die Kartoffeln aus dem kalten Wachs brechen und schälen. Zum Servieren die Kartoffeln leicht erwärmen, mit flüssiger geklärter Butter bestreichen und leicht mit Meersalzflocken würzen.

»Diese Kartoffel gehört zu den schönsten ihrer Art; sie deshalb so pur wie möglich zu servieren, war mir ein wichtiges Anliegen.«



GEBRATENER REHRÜCKEN MIT APRIKOBOSHI, SELLERIE UND TANNENZAPFEN

Rehrücken

320 g Rehrücken, küchenfertig
Butter, geklärt
1 Wacholderzweig
Fleur de Sel

Aprikoboshi

500 g Aprikosen
40 g Salz

Selleriepüree

500 g Knollensellerie
150 g Milch
150 g Rahm
5 g Salz
75 g kalte Butter

Tannenzapfen

500 g Wasser
500 g Zucker
2 Handvoll unreife Tannenzapfen

Außerdem

eingelegte Tannenschösslinge
[Basisrezepte, Seite 225]
Tannenöl [Basisrezepte,
Seite 228]
100 g Rehjus [Basisrezepte,
Seite 227]

Den Rehrücken mit etwas geklärtter Butter in einer Pfanne kurz und sehr heiß rundherum anbraten, dann 2 Minuten im Ofen bei 160 Grad Umluft nachgaren. Herausnehmen und 3 Minuten ruhen lassen. Danach auf Holzkohle kurz grillen, nochmals etwas ruhen lassen und erneut kurz grillen. Dabei einen Wacholderzweig auf den Grill legen, um das Fleisch zu parfümieren. Die Kerntemperatur sollte bei 50–54 Grad liegen, damit das Fleisch nicht trocken und mehlig wird.

Die Früchte (mit Stein) mit einem mit Wodka getränkten sauberen Tuch abwischen, mit dem Salz vermengen und in einen sterilisierten Fermentationstopf (etwa für Sauerkraut) schichten. Einen Teller auf die Aprikosen legen, mit Gewichten oder Steinen beschweren, sodass der austretende Saft die Aprikosen bedeckt. Mit einem Gazetuch abdecken und 8 Wochen bei Zimmertemperatur fermentieren.

Die Aprikosen abgießen und im Trockenautomat oder Ofen bei 45 Grad 12–16 Stunden antrocknen. Danach im Kühlschrank aufbewahren.

Den Sellerie schälen und in 1×1cm große Würfel schneiden. Milch, Rahm, Sellerie und Salz in einem großen Topf aufkochen, die Hitze reduzieren und den Sellerie etwa 25 Minuten weich köcheln. Abgießen, dabei die Flüssigkeit aufbewahren.

Im Standmixer mit der kalten Butter fein pürieren, eventuell etwas Kochflüssigkeit zugeben, um ein feines Püree zu erhalten. Bei Bedarf noch durch ein feines Sieb streichen.

Ende April bis Anfang Mai können unreife grüne Tannenzapfen gesammelt und eingekocht werden. Dafür das Wasser mit dem Zucker aufkochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Die Tannenzapfen dazugeben und etwa 1 Stunde im Sirup kochen, bis sie braun sind. Mit dem Sirup in ein Einmachglas geben, verschließen und im Steamer bei 86 Grad Dampf 15 Minuten sterilisieren.

FERTIGSTELLEN: Eine Scheibe Rehrücken mit etwas Fleur de Sel bestreuen und auf den Teller legen. Eine Nocke Selleriepüree und ein Stück Aprikoboshi dazugeben. Mit Tannenzapfen und eingelegten Tannenschösslingen garnieren. Etwas Tannenöl neben das Fleisch tropfen und dann 2 Esslöffel Rehjus angießen.

»Die fermentierten Aprikosen nach dem Vorbild der japanischen Salzpfäulen (Umeboshi) sind das besondere fruchtige Element auf diesem Teller. Wer es gern traditioneller (und einfacher) mag, kann stattdessen auch Preiselbeeren servieren.«





MADELEINES MIT BRAUNER BUTTER

4 Eier
2 Eigelb
135 g Zucker
125 g Mehl
5 g Backpulver
4 g Salz
150 g braune Butter [Basisrezepte,
Seite 228], flüssig

Die Eier und die Eigelbe zusammen mit dem Zucker leicht aufschlagen. Dann das Mehl zusammen mit dem Backpulver und dem Salz durch ein Sieb in die Masse geben und mit dem Flachrührer in der Küchenmaschine verrühren. Nun die flüssige Butter langsam dazugießen unditerrühren. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und mindestens 12 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Zum Backen die Masse in beschichtete Madeleine-Formen geben (ca. 8 g pro Portion) und im Ofen bei 180 Grad Umluft 8–9 Minuten backen.

Die Madeleines am besten lauwarm servieren, dazu passt etwas Mascarpone mit Konfitüre oder Sanddornöl.

»Warme Madeleines, die frisch aus dem Ofen kommen, sind eines der schönsten süßen Gebäcke überhaupt. Die Zubereitung ist einfach und lässt sich gut vorbereiten, sodass dieses Dessert schnell, aber warm auf den Tisch kommt.«





DANKE

Kochen ist privat und beruflich eine Team-sportart. Meine Küche und dieses Buch wären nicht möglich ohne den emotionalen Support meiner wunderbaren Frau Amanda und die fachliche Unterstützung meiner Sous-Chefs und Köche. Insbesondere möchte ich mich bei meinem langjährigen Mitarbeiter Benedikt Gerster für seine Unterstützung und seine präzise Arbeit herzlich bedanken. Mein Dank gilt außerdem dem großartigen Team im Restaurant Memories und im Grand Resort Bad Ragaz, das es jeden Tag möglich macht, eine Küche zu realisieren, die in Erinnerung bleibt. Sämtliche Bilder für dieses Buch wurden analog auf Film aufgenommen und im Foto-Labor entwickelt. Für diese außergewöhnliche Arbeit möchte ich mich bei Fotograf Lukas Lienhard, bei Grafikerin Zelia Zadra und bei Autor David Schnapp bedanken, die mit mir eng und lange an diesem Buch gearbeitet haben.

SVEN WASSMER,
BUCHS, IM SOMMER 2022



REZEPTVERZEICHNIS

Alpendashi 186

Bergheueis mit Joghurtschaum
und Cassis 210

Bergkartoffel-Flan mit Spitzkohl
und Kaviar »Oona« 194

Bergkäsecreme mit Apfelmarmelade
und Sauerteigcookie 96

Buchweizen, gepuffter,
mit Bergkäse und Tanne 52

Corne-de-Gatte-Kartoffeln
im Bienenwachs 142

Croissants mit Lardo
und Trüffel 184

Ente, gebratene, mit Preiselbeeren
und Bergwacholder 200

Entrecôte von der alten Kuh
mit Püree aus weißen Lötschentaler
Kartoffeln 114

Erbsenflan mit Spargelsauce
und Salanova-Salat 54

Felchen mit Sauerampfercreme
und Meerrettich 100

Fingerkarotten mit Karottengrün
und Hanfsamen 50

Forelle mit Gurke
und Sauerampfer 64

Gerstenkaji-Creme, geröstete,
mit gegrillter Karotte
und Karotten-Grünpesto 102

Hanf nougat 122

Kartoffelbrezeln mit »Bergfichte«
und Zwiebel-Apfel-Marmelade 160

Kirschkerneis mit Waldsauerkeel
und Kaffee-Shoyu 118

Knollensellerie mit Arvennadeln
und Pouletjus 108

Knöpfe mit gerösteter Hefe,
Käsewasser und Trüffel 148

Kohlrabi mit weißen Johannisbeeren
und fermentiertem Spargel 104

Lammkoteletts mit Fööla-Brot
und Brennesselpüree 112

Lauch in der Milchhaut
mit Trüffel 66

Madeleines mit brauner Butter 212

Milcheis mit Gurken-Dill-Granité
und Fenchelpollen-Baiser 74

Milcheis mit Karotte
und Bergsanddorn 208

Muskatkürbis mit Quitten
und Schweizer Shrimps 146

Negroni, fassgereifter, mit Eis
aus weißen Johannisbeeren 72

Oxalis-Sorbet mit kandierten
Steinpilzen und Schokolade 162

Pfifferlinge mit Pilzsud,
Lardo und Tagetes 106

Pilzartelette 144

Rehrücken, gebratener,
mit Aprikoboshi, Sellerie
und Tannenzapfen 158

Ribelmais-Pouletflügel,
gefüllte, mit Serviettenknödel
und Bärlauch 68

Rib Eye von der alten Kuh
mit »Tasty Paste« 70

Rindertatar mit Blumenkohl
und Wiesenkräutern 56

Rohmilcheis, fermentiertes,
mit Erdbeeren und Estragon 120

Rosenkohl mit Nusscreme
und Korianderkapern 98

Rote Bete mit Crumble
und Pouletjus 152

Rotkohl mit Lorbeer
und Milchhaut 188

Saibling, geräucherter, mit gebranntem
Rahm und Tannenöl 192

Sanddornkaramell 76

Sauerteigbrot 48

Sauerteigporridge
mit Chicorée und fermentierten
Champignons 154

Schlorzifladen 164

Schlossermatt-Meerrettich
mit Alpenkaviar »Oona« und
Schnittlauch 190

Schokolademousse, »Arriba
Nacional«, mit Heidelbeeren
und Süssholz 206

Schweinebacke, geschmorte, mit
Radicchio und Schweizer Mole 204

Schweineschwanz, geschmorter,
mit Bohnen und Meerrettich 110

Schweizer Shrimps
mit Grünkohl und X.O.-Sauce 150

Schweizer Wagyu
mit Steinpilzen und Garumjus 156

Spargel im Bienenwachs und
Holunderblüten-Hollandaise 62

Spargel mit Erbsensalsa
und Bohnenkraut 58

Svens Raclette: Corne de Gatte
mit Käse und Albatrüffel 198

Taube, gebratene,
mit Heumandeln und Maronen 202

Zander, confierter, mit fermentierten
Champignons, Feldsalat
und Walnusskaji 196

Zander, gebratener, mit fermentiertem
Spargel und Salzzitrone 60

Ziegenfrischkäse mit Bergkräuter-
Brioche und Aprikoboshi 116

© 2022

AT Verlag AG, Aarau und München

Texte: David Schnapp

Fotografie: Lukas Lienhard

Lektorat: Nicola Härms

Konzept und Gestaltung: Zelia Zadra in Kollaboration mit Piera Wolf

Satz: Zelia Zadra

Bildbearbeitung: Christian Spirig, bilderbub.ch

Druck und Bindearbeiten: Graspö CZ, a.s.

Printed in Czechia

ISBN 978-3-03902-151-2

www.at-verlag.ch

Der AT Verlag wird vom Bundesamt für Kultur
für die Jahre 2021-2024 unterstützt.