



Sorgt für komplexe Geschmackserlebnisse, hilft Foodwaste vermeiden: Die uralte Konservierungsmethode der Fermentation feiert derzeit weltweit Renaissance und bereichert die Kulinarik.

Bilder: iStock

Reich an Aroma, spannende Textur

Fermentieren ist die Einmachetechnik der Stunde. Innovative Fachleute zeigen Profis, wie sich damit Überschüsse verwerten und neue Aromenwelten erkunden lassen.

FRANZISKA EGLI

Eigentlich beginnt sein Fermentationszyklus bereits im Mai, dann, wenn das erste Gemüse schiesst. Von Mairübschen und jungen Ränden über Peperoni und Tomaten bis zu Sellerie und Pastinaken – Olaf Schnelle besitzt in Grammentorf in Vorpommern (D) ein 2500 Quadratmeter grosses Anwesen, auf dem er für exklusive Kundschaft wie dem Berliner Restaurant Nobelhart & Schmutzig oder dem Frankfurter «Gustav» ausgewähltes Gemüse zieht und erntet. Den Überschuss jedoch, also alles, was liegen bleibt, kompostiert oder verschenkt der experimentierfreudige Gärtner und Wildkräuterpionier längst nicht mehr, sondern verarbeitet es roh in seiner «Fermentierkiste», wie er seine haus-eigene Manufaktur nennt, die er sich vor einem Jahr gebaut hat. Und in dieser gedeiht weit mehr als klassisches Sauerkraut oder



«Sauerkraut erhält dank Küstentanne mit der Zeit diese harzige Komponente.»

Olaf Schnelle
Schnelles Grünzeug, Grammentorf

koreanisches Kimchi: Da kreiert er mittels Gärung aus Peperoni, Tomaten und Chili eine pikante Salsa, vermählt Ränden mit Waldmeister und experimentiert mit Küstentanne, das er Sauerkraut beigibt. «Die älteste Version gärt seit eineinhalb Jahren, die jüngste seit zwei Monaten. Es ist eindrücklich zu sehen, wie unterschiedlich sie schmecken: wie mit dem Alter die harzige Komponente zunimmt und bei der jungen Ausgabe noch das Fruchtlige, das Grapefruitarige der Küstentanne dominiert», so der Fermentierexperte, der dieser Tage für je einen Kurs in der Schweiz weit und Branchenleute von Landwirten bis

Gastronomen in das uralte Wissen der Fermentation einweihet. Die Kunst der Fermentation, die Technik, mittels Bakterien- oder Pilzkulturen einen Gärprozess in Gang zu bringen, ist nicht nur von jeher eine der wichtigsten Formen, verderbliche Lebensmittel haltbar zu machen. Sie gehört auch zu den spannendsten Konservierungsarten. Zu Recht: Kaum ein innovatives, kreatives Restaurant, das derzeit

mentiertes – sei es nur einen Schuss Essig oder Miso. Fermentation, sagt denn auch «Noma»-Chef René Redzepi, sei die eigentlich tragende Säule des Restaurants: «Es sorgt dafür, dass einfach alles besser schmeckt.» Um nicht zu sagen: komplexer, vollmundiger, umami-lastig – denn Fermentiertes bringt Aromen und Texturen hervor, wie man sie mit der klassischen Küche, in der die Hitze die Hauptrolle spielt, nicht erreicht.

Selbst die Lake des Fermentierten eignet sich noch zum Würzen

Für Matteo Leoni war dies auschlaggebend, dass er sich heute Fermentista nennt und statt herkömmlich zu kochen sich ganz dem Fermentieren verschrieben hat. In seiner Fermentation Factory «Pure Taste» in Basel hat er letztes Jahr nicht weniger als 15 Tonnen Ausschuss-Gemüse, das er von Biobauern aus der Region bezieht, roh fermentiert und verkauft – Tendenz steigend. Dabei faszinieren ihn zwei Aspekte: «Die einzigartigen Geschmackserlebnisse und die Technik, diese zu erreichen.» Seine jüngste Innovation: ein Brotessig gewonnen aus hartem Brot mittels verschiedenen Gärungsmethoden. Dabei geht es ihm nicht nur um die Einzigartigkeit. «Wir suchen gleichzeitig auch nach Lösungen, um höchstmögliche Wertschöpfung zu erlangen und nutzen das Potenzial der zu verarbeitenden Rohstoffe voll aus, ohne Ver-

schwendung», so Leoni, der seine ersten Fermentationserfahrungen im «Joia» in Milano, einem Gourmetrestaurant für vegetarische und vegane Küche, gesammelt hat. «Selbst die Lake des Fermentierten eignet sich als Würze zum Marinieren oder als Geschmackszugabe in einem Dressing. Und kreative Barkeeper nutzen sie als ergänzende Aromen in Drinks.»

Überhaupt, der nachhaltige Gedanke, er ist es, der viele Fermentierende antreibt, so auch Ingrid Palmethofer. Ursprünglich Shiatsu-Praktikerin, hat die Österreicherin aus gesundheits-

und ernährungstechnischem Interesse die Fermentationsschule «Blubbergarten» gegründet und sich über Wien hinaus einen Namen als Lacto-Fermentations-Expertin gemacht mit Kontakten zu Spitzenköchen wie Richard Rauch, Drei-Hauben-Koch aus der Steiermark und selber ein Fermentationsprofi. «Ofmals», findet Palmethofer, «fehlt es nicht nur Hobbyköchen, sondern auch Profis an Wissen, was sich mit Fermentiertem alles anstellen

lässt – ob als eigenständige Komponente wie auch als ergänzende Würze.» Das beobachtet auch die Bündner Köchin Rebecca Clopath, die Anfang Februar einen Kurs zum Thema organisiert. Dabei wird es um Basiswissen bis hin zu experimentellen Ideen aus dem asiatischen Raum gehen. «Mittlerweile gedeihen ja auch bei uns Chinakohl, Soja oder Chili. Das ermöglicht selbst uns exotische Kreationen, aber mit Produkten aus heimischen Gefilden.»



Evah Sünig/Kunstmann Verlag

Fermentation à la «Noma»: Die salzig-saure Schärfe von milchsauer vergärten Bärlauchkapern bereichert das Markbein.

Events und Kontakte Vom Kurs in der Sauerkrautfabrik bis zu Koji-Fermenten

Der deutsche Fermentierexperte **Olaf Schnelle** ist heute und morgen zu Gast in der Schweiz beim Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) mit je einem Kurs für Branchenleute:

Abendkurs «Faszination Fermentieren», 10. Januar bei Bio Partner Schweiz in Seon AG

Tageskurs «Faszination Fermentieren», 11. Januar in der Sauerkrautfabrik Schöni, Oberbipp BE schnelles-gruenzeug.de

Die Bündner Köchin **Rebecca Clopath** führt gemeinsam mit dem Österreicherischen Fermentationspezialist **Sanjay Bösch** einen Kurs in Julia's Loft Kitchen in Chur durch, der je nach Nachfrage der Teilnehmenden am 2.

oder 3. Februar stattfinden wird. rebecca-clopath.ch

Japanspezialist **Shinwazen** in Zürich wartet regelmässig mit Koji-Fermentationskursen auf, die stets innert Kürze ausgebucht sind. Früh reservieren! shinwazen.ch

Matteo Leoni und **Petra Körner** bieten in ihrer Fermentation Factory «Pure Taste» in Basel auch Produkte-Entwicklung und Schulung für Profis. puretaste.ch

Die Wienerin **Ingrid Palmethofer** betreibt ihren «Blubbergarten» als Schule, Equipment-Labor und Experimentier-Küche für Fermentiertes: blubbergarten.work

«Fermentieren bietet mir die Möglichkeit der höchstmöglichen Verwertung.»

Matteo Leoni
Pure Taste, Basel

Buch Noma in Kopenhagen setzt auch beim Fermentieren neue Massstäbe

Ende März erscheint es auf Deutsch, das «Handbuch», was natürlich eine glatte Untertreibung ist: Über 400 Seiten stark ist das «Noma-Handbuch Fermentation», in dem «Noma»-Chef René Redzepi und David Zilber, Leiter des Fermentation Lab, Einblick geben in ihre jahrelang erforschten Techniken, mit denen das Restaurant in Kopenhagen regelmässig für Aufsehen sorgt. Die Fermentation ist denn auch das Fundament des aussergewöhnlichen Aromenspektrums des Restaurants. Mit 500 Fotos bebildert und Schritt für Schritt erklärt ist die Herstellung für milchsauer eingelegte Früchte und Gemüse, Kombucha, Essig, Koji, Miso, Shoyu, Garum sowie schwarze Früchte und Gemüse beschrie-

ben. Weitere über 100 Rezepte zeigen auf, wie man mit den fermentierten Lebensmitteln kocht und seine Küche bereichert. Ein Muss für jeden Fermentista. fee

René Redzepi, David Zilber, **Das Noma-Handbuch Fermentation**, Verlag Antje Kunstmann, 456 Seiten, ISBN 978-3-95614-293-2, Fr. ca. 55.90

Das Buch ist erhältlich auf hotellerieuisse.ch/buchshop

