

Benjamin Maerz

# HEIMAT

## WEITE WELT

Foodfotografie und Inhousefotografie: Lukas Kirchgasser

Outdoorfotografie: Michaela Klose

**MATTHAES VERLAG GMBH**  
Ein Unternehmen der dfv Mediengruppe



— Von Herzen widme ich dieses Buch unserem verstorbenen Vater –  
in der Hoffnung, dass wir sein kulinarisches Erbe in seinem Sinne  
weitergeführt haben und er heute stolz auf uns wäre.

Benjamin Maerz



## Inhalt

- Stall & Hof / 16
- Garten & Beet / 72
- Wiese & Feld / 116
- Fluss & See / 148
- Weinberg & Terroir / 184
- Weite Welt / 204

# Eine kurze Geschichte von allem

Es war nicht mein Traum, Koch zu werden. Als Kind einer Gastronomenfamilie wusste ich, wie wenig Freizeit und wie wenig Zeit für die Familie einem dieser Beruf lässt. Mich zog es mehr zur Archäologie und Paläontologie. Erst gesundheitliche Einschränkungen meiner Eltern haben mich dazu bewogen, nach dem Abitur eine Ausbildung als Koch im elterlichen Betrieb zu beginnen.

Anfangs konnte ich mich mit dieser Situation jedoch überhaupt nicht anfreunden, denn die Ausbildung war ja nicht mein Herzenswunsch. So war diese Zeit für alle Beteiligten nicht einfach. Im Elternhaus zu lernen hat viele Vorteile, aber auch viele Nachteile. Und es verlangt allen Beteiligten sehr viel Disziplin ab. Diese Disziplin konnte ich oft nicht aufbringen, ebenso wenig wie mein Vater. Wir schafften es nicht, Privates und Geschäftliches zu trennen. Heute sehe ich vieles anders und könnte mich für mein damaliges Verhalten ohrfeigen.

Die zwei (verkürzten) Ausbildungsjahre vergingen wie im Flug. Während dieser Zeit war ich meinen Eltern sicherlich eine große Hilfe und Entlastung, aber ich spürte auch, dass meine Reise noch nicht zu Ende war. So schrieb ich mich kurz vor Ende der Ausbildung an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg (DHBW) in Bad Mergentheim für das Studienfach „Food Management“ ein, um später im Bereich Management und Marketing tätig zu werden. Doch es kam anders: Eine Woche vor meiner praktischen Abschlussprüfung verstarb plötzlich unser Vater. Die Familie stand vor einem Scherbenhaufen, und der Betrieb wurde geschlossen. Meine Prüfung habe ich dann gerade so bestanden, weil ich mit den Gedanken woanders war.

Nach dem Tod unseres Vaters schmerzte jeder Gang durch die Küche. Damals habe ich mir geschworen, nie-mals mehr hier zu kochen. Ich versprach meiner Mutter, ihr zu helfen, aber in dieser Küche zu stehen, ertrug ich einfach nicht. Nach einigen Semestern und nach dem Versuch das Restaurant mit mehreren Küchenchefs

wieder zum Laufen zu bringen, kam der Moment der Wahrheit: Wir mussten feststellen, dass es so nicht funktionierte. Da entschied ich mich beides zu versuchen: den Betrieb zu führen, die Küche zu leiten und parallel dazu mein Studium zu beenden. Es begann eine harte Zeit mit vielen Stunden Fahrt zwischen Bietigheim und Bad Mergentheim, mit viel Stress und wenig Schlaf.

In diesem Zusammenhang hatte ich ein Schlüsselerlebnis, das ich hier kurz beschreiben will, denn es ist verantwortlich für unseren Betrieb, für mein Leben und am Ende auch für diese Zeilen. Nach dem Tod des Vaters gab es ein Treffen aller Beteiligten samt Vermieter und Steuerberater. Dabei ging es darum, wie es weitergehen kann, wie man den Betrieb aufstellen muss, damit es überhaupt weitergeht. Als ich mich angeboten habe, den Betrieb zu führen, haben alle in der Runde abgelehnt. Mir wurde offen gesagt, dass man mir das nicht zutraute, dass ich es nicht schaffen würde und mit meinen Ideen niemals Erfolg haben würde. In diesem Moment habe ich mir geschworen, alles zu tun, um diese Runde vom Gegenteil zu überzeugen.

Heute kann ich sagen: Wir haben es geschafft. Wir als Familie Maerz mit meinem Bruder, meiner Frau und natürlich dem ganzen Team. Als Koch stehe ich oft im Rampenlicht, doch was wäre ich ohne die Unterstützung meines Bruders und meiner Frau!

Aus all den Jahren könnte ich noch viele Geschichten erzählen, manche schöne und manche traurige. Jede Erfahrung und jedes Erlebnis haben Spuren hinterlassen und mich zu der Person geformt, die ich heute bin. In diesem Sinne sollten wir immer dankbar sein, für das, was uns geschenkt wird. Und dafür, dass wir unseren Traum jeden Tag so leben können, wie wir es tun. Das ist meine Geschichte von fast allem.

**Benjamin Maerz**





## Die Heimat

Der Begriff „Heimat“ oder „regionale Küche“ ist mittlerweile in aller Munde und weit verbreitet. Es geht mir hier aber nicht darum, zu zeigen, was Heimatküche bedeutet. Das kann ich auch nicht. Für mich ist Heimat mehr als nur ein geografischer Begriff. Für mich bedeutet Heimat ein Gefühl der Geborgenheit, des Zuhauseseins und die Identifikation mit der Region, in der man auch seine Kinder aufwachsen sehen möchte. So hat jeder Mensch seine ganz eigene Definition von „Heimat“. Und das ist auch gut so. Eine Person auf Sylt füllt diesen Begriff sicherlich mit anderen Inhalten als eine aus Baden-Württemberg.

Ich möchte hier zeigen, was „Heimat“ für mich bedeutet und wie ich meine Küche damit verbinde. Für mich war der heimatliche Bezug schon immer allgegenwärtig. Ich war noch nie über längere Zeit von zu Hause weg – teilweise freiwillig, teilweise gezwungenermaßen.

Doch ich habe mich hier in der Region auch immer am wohlsten gefühlt, bin hier verwurzelt. Lange Zeit habe ich mich gedanklich dagegen gewehrt, aus unserem „Hotel“ auszuziehen. Natürlich war mir klar, dass ich nicht mein Leben lang darin wohnen kann. Aber schon der Gedanke, nach fast 27 Jahren nicht mehr hier im Haus zu sein, löste bei mir Magengrimmen aus.

Heute bin ich froh darum, dass ich mit meiner Frau den Schritt gewagt und ein eigenes Haus gekauft habe. Damit hat für mich in vielen Dingen ein Prozess begonnen, der letztendlich auch zu diesem Buch geführt hat. Wir wohnen nur 10 Minuten entfernt von unserem Unternehmen. Doch ist dieser räumliche und zeitliche Abstand groß genug, um aus der Distanz viele Dinge anders wahrzunehmen. Seien es unternehmerische Abläufe oder aber der Blick auf die eigene Küche und auf die eigene Handschrift.

— Raus aus der Stadt und aufs Land, direkt an den Neckar, Weinberge, Wald, Wiesen und Felder direkt vor der Haustüre. Durch unser neues Zuhause halten wir uns mehr an der frischen Luft auf. Im Freien begegnen uns ganz automatisch viele neue Eindrücke. So habe ich gelernt, aus der Natur das zu nehmen, was vor Ort zur Verfügung steht und mich mit dem Thema „Heimat“ kulinarisch auseinanderzusetzen.

Das ist es, was meine Küche und mein kulinarisches Dasein seit Anfang 2018 wirklich ausmacht.

# Die weite Welt

Mir ist es sehr wichtig, mich als Koch an der Heimat zu bedienen. In jeder Region der kulinarischen deutschen Landkarte gibt es spannende Projekte, Produzenten und Lieferanten. Es macht auch großen Spaß, mit Menschen neue Produkte zu entwickeln und deren Philosophie kennenzulernen. Schließlich lernt man als Koch niemals aus, das macht unseren Beruf so spannend. Doch auch an anderen Ecken der Welt warten noch neue Produkte und Dinge.

Wir reisten schon immer gerne. Auch wenn meine Eltern sehr eingebunden waren und nie viel Zeit hatten, waren sie bei Urlauben und Reisen stets großzügig. Bis ins Jugendalter waren wir in der ganzen Welt unterwegs. Für meine Eltern war das „Wegfahren“ eine Flucht aus dem Alltag – so wie für uns heute auch. Da meine Frau und ich noch bis Anfang 2018 im „Hotel“ gewohnt haben, hatten wir erst wirklich Urlaub, wenn wir weit weg waren. Im „Hotel“ zu bleiben war selbst während der Betriebsferien kein Urlaub. Man war immer irgendwie eingespannt und hatte keine Möglichkeit abzuschalten.

Aus diesem Grund habe ich mit meiner Familie das Reisen so übernommen, wie meine Eltern es vorgelebt haben. Sie entwickelten zuletzt eine wahre Leidenschaft für fremde Kulturen, andere Länder und fremde kulinarische DNA. Auch ich empfinde es als sehr inspirierend zu sehen, wie in anderen Kulturen gekocht und gearbeitet wird. Wie verschiedene Kochtechniken letztendlich zu gleichen Ergebnissen führen und wie meist die Gerichte, die mit einfachsten Mitteln zubereitet werden, am besten schmecken.

Es geht mir nicht darum, Produkte über den halben Erdball in meine Küche einfliegen zu lassen, nur weil ich auf einer Reise etwas Neues entdeckt habe. Wir verwenden nur sehr selten Produkte, die einen weiten Weg hinter sich haben. Meist handelt es sich dabei um spezielle Gewürze oder Früchte. Der Anteil an nicht-regionalen Produkten liegt in meiner Küche bei knapp 10 Prozent. Aber die sind es mir wert. Sie sind meine Art den Gästen zu zeigen, wo ich schon überall war.

Durch unsere Reiselust fanden wir letztendlich auch den Kontakt zu AIDA Cruises. Während unserer Hochzeitsreise 2014 lernten wir Sascha Quast kennen, den damaligen Küchenchef im ROSSINI Restaurant auf der AIDA Diva. Er zeigte uns seine Schiffswelt und nahm uns mit an Land zu den Märkten und kulinarischen Hotspots. Ihm habe ich auch einen Aha-Moment zu verdanken, der meine Betrachtungsweise nachhaltig verändert hat. Er hatte uns in Istanbul auf einen Markt mitgenommen, um für das Restaurant einzukaufen. Dort gab es einen Stand mit frischem Honig und wir kosteten ihn mit türkischem Joghurt. Ein ganz schlichtes Gericht, aber es hat sich in mein Gedächtnis gebrannt. Natürlich haben wir uns etwas Honig mitgenommen. Zu Hause angekommen, wollten wir davon essen und machten es wie auf dem Markt in Istanbul. Aber mit Erschrecken stellten wir fest, dass der Honig überhaupt nicht schmeckte.

Die Erkenntnis daraus ist ganz einfach: Es kommt nicht darauf an, wie aufwendig, kreativ und verspielt man ein Gericht konzipiert. Nein, sondern es geht darum, Emotionen ins Gericht zu verpacken, Geschichten damit zu erzählen und den Gästen einen Eindruck zu geben, was man als Koch in solchen Momenten gefühlt hat. Immer dann, wenn ich Emotionen in meine Gerichte packe, werden sie zu einem ganz besonderen Erlebnis.

Heute verbindet uns mit Sascha eine echte Freundschaft. Wir sehen uns regelmäßig und haben durch ihn auch mehrfach die Möglichkeit erhalten, als Gast-Gastronomen an Bord mit seiner Crew zu arbeiten. Allein die Marktbesuche sind für mich immer wieder absolute Highlights: die Produktauswahl zu sehen und mich von visuellen und olfaktorischen Eindrücken kreativ inspirieren zu lassen. So sind wir noch immer dabei, die weite Welt kennenzulernen. Was wir dabei aus kulinarischer oder kochtechnischer Sicht entdecken, bauen die wir dann zu Hause in unsere Küche ein und verbinden es mit regionalen Produkten.

Das ist die perfekte Harmonie zwischen HEIMWEH und FERNWEH, zwischen HEIMAT und der WEITEN WELT.

# Zu den Gerichten

Die vorgestellten Kreationen wurden innerhalb eines Jahres entwickelt und für das Kochbuch fotografiert. Der Aufbau folgt dabei keiner expliziten Menüsammensetzung oder Menüfolge. Deshalb können sich einzelne Zutaten wiederholen oder einzelne Bestandteile in mehreren Gerichten vorkommen.

Die Portionsgröße der einzelnen Gerichte spiegelt das Maß in unserem Restaurant wider. In der Regel genießen unsere Gäste zwischen fünf und sieben Gänge. Die hier vorgestellten Rezepte sind also nicht groß genug, um von einem einzigen Gang satt zu werden. Aber es war mir wichtig zu zeigen, was der Gast bei uns im Restaurant erwarten kann.



# Zu den Rezepten

Als Profi kuche ich ja eigentlich nie nach Rezept, denn für mich bedeutet kochen Intuition, Bauchgefühl und Spontanität. Das Kochen nach Rezept dagegen empfinde ich als gefühllos und starr. Zudem kostet es im täglichen Alltagsgeschäft auch einfach viel zu viel Zeit. Natürlich haben wir in unserer Küche Leitfäden für die Herstellung von gewissen Gerichten und Zubereitungen. Aber eben ohne genauen Fahrplan oder Mengenangaben. Das reicht Profis.

Alle Rezepte in diesem Buch sind für 4 Personen berechnet. Bei einigen Teilrezepten fallen die Mengen jedoch etwas größer aus und es bleibt etwas übrig. Das hat seinen Grund in der Küchenpraxis, denn für die Zubereitung von Gel, Sud, Vinaigrette und Öl braucht man einfach eine gewisse Menge, damit sie gelingen. So kommt es manchmal zu kleinen Abweichungen bei den fertigen Mengen. Bei den jeweiligen Rezepten finden Sie Hinweise, wie sich Reste verwenden oder haltbar machen lassen. Überhaupt verwerten wir in unserer Küche alle Produkte, Abschnitte und Reste so weit wie möglich. Sollte manchmal ein anderer Eindruck entstehen, so liegt das daran, dass hier leider nicht alle Nebenprodukte und Arbeitsschritte gezeigt werden können.

Eigentlich ist es selbstverständlich, aber trotzdem immer wieder eine Erwähnung wert: Wer beim Kochen ein exzellentes Ergebnis erzielen will, muss auch hoch-

wertige Zutaten verwenden. Schon ein einziges minderwertiges Produkt kann das ganze Gericht verderben. Wann immer möglich verwende ich regionale und saisonale Lebensmittel – am liebsten in Bio-Qualität. Das ist bei den Rezepten meist nicht mehr explizit erwähnt, aber ein wichtiger Teil meiner Philosophie. Denn was gibt es Sinnvolleres als Lebensmittel zu kaufen, die in bester Qualität in der Region erzeugt werden. Suchen Sie sich also Direktvermarkter und kleine Bauernhöfe in Ihrer Umgebung. Dort können Sie sich von Anbau, Aufzucht und Haltung selbst ein Bild machen.

Wir alle tragen Verantwortung für unser Handeln gegenüber der Umwelt und der Natur. Bitte achten Sie beim Einkauf darauf, so wenig Plastikmüll wie möglich zu produzieren. Das ist nicht immer leicht, aber Sie können Ihren Teil dazu beitragen. Auf unseren Reisen haben wir leider schon oft gesehen, wie die Verwendung und Verschwendungen von Plastik die Natur und den Lebensraum von Menschen an anderen Orten der Welt zerstört.

Dieses Kochbuch will unsere Arbeit in der Küche vorstellen und natürlich zum Nachkochen anregen. Manche Rezepte sind sehr leicht, manche etwas komplexer. Nehmen Sie solche Herausforderungen ruhig an und kochen Sie kreativ drauflos, denn genau das ist das Spannende am Beruf des Kochs. Probieren Sie aus, seien Sie mutig und haben Sie einfach Spaß beim Nachkochen.



## Nierenzapfen vom schwäbischen Rind

— Kopfsalat | Zwiebeln

## Nierenzapfen

- 1 Nierenzapfen
- 50 g Butter
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zweig Thymian

Den Nierenzapfen parieren und von Sehnen und Häutchen befreien. Die Butter in einer Pfanne schmelzen und Knoblauch und Thymian darin schwenken. Alles mit dem Fleisch in einen Vakuumierbeutel geben und vakuumieren. Im 56 °C heißen Wasserbad 45 Minuten garen.

Den Beefer auf voller Stufe anheizen. Den Nierenzapfen aus dem Beutel nehmen, die Garflüssigkeit in einen Topf gießen und einreduzieren lassen. Das Fleisch im Beefer (oberste Schiene) von beiden Seiten etwa 20 Sekunden grillen. Mit der Reduktion bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen und im 68 °C heißen Hold-o-mat 5 Minuten ruhen lassen.

## Zwiebeljus

Ergibt 700 ml

- 1 kg gesägte Kalbsknochen
- 1 kg Ochsenschwanz
- 2 kg Zwiebeln
- 200 g Karotten
- 200 g Selleriekolle
- 1 Knoblauchkolle
- 3 Zweige Thymian
- 200 g Tomatenmark
- 1 l Rotwein
- 2 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren
- 1 Bund Schnittlauch

Kalbsknochen und Ochsenschwanz auf einem Backblech verteilen und im 200 °C heißen Backofen 30 Minuten rösten. Zwiebeln, Karotten und Sellerie schälen, in Würfel schneiden und in einem Bräter in Pflanzenöl stark anrösten. Die Knoblauchkolle quer halbieren und in einer Pfanne anrösten. Knochen und Ochsenschwanz zum Gemüse geben, Knoblauch und Thymian zufügen. Das Tomatenmark in den Bräter geben und kurz anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen. Lorbeerblätter und Wacholderbeeren zufügen und reduzieren lassen, bis der Rotwein verkocht ist. Mit 4 l Wasser auffüllen und 10 Stunden kochen lassen, dabei entstehenden Schaum abschöpfen.

Den Fond passieren, in einen kleineren Topf gießen und auf 700 ml reduzieren. Mit Salz abschmecken. Kurz vor dem Servieren den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und in die Jus geben.

## Kopfsalatherzen

- 2 Mini-Kopfsalatherzen

Die äußeren Blätter vom Salat ablösen, den Strunk putzen und halbieren. Den Hälften von beiden Seiten in einer heißen Pfanne in etwas Pflanzenöl scharf anbraten. Mit 3 EL Zwiebeljus ablöschen und sofort aus der Pfanne nehmen. Der Kopfsalat darf nicht zerfallen.

## Zwiebelcreme

- 3 Zwiebeln
- 400 ml Gemüse-Umami-Fond (→ Seite 62)
- 100 g Sahne
- 1 EL Zwiebelessig

Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. In einem Topf in etwas Pflanzenöl stark anrösten. Sobald die Zwiebelwürfel dunkelbraun geröstet sind, mit dem Fond ablöschen und die Flüssigkeit fast vollständig einreduzieren lassen. Die Sahne dazugießen, die Mischung in den Thermomix geben und auf Stufe 10 pürieren, bis ein feines Püree entstanden ist. Mit Zwiebelessig und Salz abschmecken und durch ein Sieb passieren. In eine Spritzflasche füllen und abkühlen lassen.

— Ein Rind hat noch viel mehr zu bieten als nur sein Filet. Das beweist kaum ein Fleischteil so gut wie das Hanging Tender. Der Cut ist auch unter den Bezeichnungen Nierenzapfen, Hanger Steak oder Kronfleisch bekannt. In Österreich nennt man das Stück Herzzapfen, in Frankreich Onglet. Der Nierenzapfen wird aus dem Bauchbereich des Rindes geschnitten. Genau genommen handelt es sich dabei um den Stützmuskel des Zwerchfells. Pro Tier ist nur ein einziges Stück verfügbar. Der Nierenzapfen ist ein x-förmiger, maximal 2,5 cm dicker und stark marmorierter Muskel. Das sorgt für einen intensiven Eigengeschmack, sodass dieses Steak kaum mehr als etwas Salz oder Pfeffer braucht, um geschmacklich zu überzeugen. Früher bekam man den Nierenzapfen nur bei Metzgern, die auf die Verarbeitung und den Verkauf von Innereien spezialisiert waren. Heute liegt es in der Verantwortung von uns Profis, sie zu verwenden und so einen nachhaltigen Umgang mit Tieren vorzuleben.

Hinter diesem Gericht steckt die Idee, den schwäbischen Rostbraten neu zu interpretieren. Dabei haben wir bewusst auf klassische Beilagen wie Spätzle oder Bratkartoffeln verzichtet und stattdessen den „Grünen Salat“, den man in Schwaben immer gerne zum Rostbraten isst, ins Gericht eingebaut.

## Perlzwiebeln

- 2 Perlzwiebeln

Die Perlzwiebeln schälen und halbieren. In einer heißen Pfanne in wenig Pflanzenöl auf der Schnittfläche stark anrösten. Die Pfanne zudecken, vom Herd nehmen und die Zwiebeln nachziehen und durchgaren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

## Anrichten

- 12 Spitzen Bronzefenchel
- 12 Spitzen Micro roter Senf (Keltenhof)
- 12 Verbenenblüten
- 1 Ringelblume, zerpfückt

Auf jeden Salatstrunk etwas Zwiebelcreme aufsprühen. Kräuter und Blüten darauf als Bukett garnieren. Etwas Zwiebelcreme auf die Teller spritzen und die Perlzwiebeln anlegen. Den Nierenzapfen aus dem Hold-o-mat nehmen, tranchieren und daneben anrichten. Jeweils etwas Zwiebeljus angießen.





## Schwäbische Umeboshi

— Schmand | Pflaume | Hafer | Fichte

#### Schwäbische Umeboshi

- 3 reife aromatische Pflaumen
- 200 ml Pflaumensaft
- 1 Handvoll rote Oxalis-Blätter (Keltenhof)
- ½ TL Gewürzmischung Purple Curry  
(Altes Gewürzamt)

Die Pflaumen waschen, vierteln und entsteinen. Pflaumensaft mit Oxalis und Purple Curry mixen und durch ein feines Sieb passieren. Die Pflaumen mit dem Sud in einen Vakuumierbeutel geben und soft vakuumieren. Mindestens 14 Tage ziehen lassen.

#### Schmandkugeln

- 200 g Schmand
- 1 EL Honig
- 2 Blatt Gelatine
- Silikonform für kleine Kugeln (3 cm Ø)

Den Schmand im Thermomix auf 70 °C erhitzen. Den Honig zugeben. Die Gelatine einweichen, ausdrücken und zur warmen Masse geben. Die Masse in die Silikonform füllen und Luftbläschen durch Klopfen daraus entfernen. Im Tiefkühlschrank mindestens 12 Stunden gefrieren lassen. Die Kugeln danach aus der Form lösen und bis zur Verwendung tiefkühlen.

#### Pflaumenvinaigrette

- 300 ml Pflaumensaft
- 2 EL gereifter Pflaumenessig
- 1 EL Basic textur (Herbacuisine)

Pflaumensaft und Pflaumenessig mixen und mit Basic textur binden. Die Flüssigkeit dann vakuumieren oder einige Stunden im Kühlhaus stehen lassen, um die Luft aus der Vinaigrette entweichen zu lassen. Dabei löst sich die durch das Mixen gebundene Luft und setzt sich als Schaum an der Oberfläche ab. Diesen Schaum vor dem Servieren mit einer Schaumkelle oder einem Löffel abnehmen.

#### Pflaumengel

- 200 ml Pflaumensaft
- 4 g Agar-Agar

Den Pflaumensaft aufkochen, das Agar-Agar dazugeben und nochmals sprudelnd aufkochen lassen. Dann in einem Standmixer zu einem Gel mixen und in eine Spritzflasche füllen.

#### Hafer-Crumbles

- 200 g Haferflocken
- 50 g weiße Schokolade
- 1 EL Speisestärke
- 4 EL Yopl Joghurt pulver (Texturas)

Die Haferflocken im Thermomix grob zerkleinern. Die Schokolade vorsichtig temperieren und schmelzen lassen. Haferflockenschrot und Schokolade mischen und mit der Speisestärke bestäuben. Die Masse durchkneten, auf ein Blech geben und etwas abkühlen lassen. Dann zwischen den Fingern zu Streuseln zerreiben. Die Crumbles in einen Dragierkessel geben und bei laufendem Kessel das Joghurt pulver dazugeben. Die Crumbles absieben und im Tiefkühlschrank aufbewahren.

**Tipp:** Im Dragierkessel bekommen die Crumbles eine schöne runde Form und bleiben nicht zu „kantig“.

#### Pflaumensorbet

- 500 g dunkle Pflaumen
- 200 ml Pflaumensaft
- 150 g Zucker
- 10 ml Zitronensaft

Die Pflaumen waschen, entsteinen und in grobe Stücke schneiden. Pflaumensaft mit Zucker mixen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Pflaumenstücke und Zitronensaft dazugeben, in einen Pacossierbecher füllen und im Tiefkühlschrank bei -22 °C 24 Stunden gefrieren lassen. Vor dem Servieren im Pacojet beliebig oft pacossieren.

#### Anrichten

- 1 reife aromatische Pflaume
- 1 TL Fichtensprossenpulver (Food Connection)
- Veilchenblüten, grüner Oxalis, Atsinakresse
- 1 TL Pflaumenkernöl

Die Schmandkugeln 30 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühlschrank nehmen und eine Kugel auf jedem Teller platzieren. Die Pflaume waschen, entsteinen und in dünne Scheiben schneiden. Die schwäbischen Umeboshi aus dem Sud nehmen und abtropfen lassen (den Sud aufbewahren und beim nächsten Ansatz mitverwenden). Auf die Teller verteilen. Drei Punkte Pflaumengel aufspritzen und die Crumbles vorsichtig zu den Schmandkugeln geben. Das Fichtensprossenpulver mit einem feinen Teesieb darüberstäuben. Das Pflaumensorbet pacossieren, pro Teller eine Nocke abstechen und vorsichtig anlegen. Mit Blüten, Oxalis, Kresse und Pflaumescheiben dekorieren. Die Vinaigrette erst am Tisch angießen und einige Tropfen Pflaumenkernöl mit einer Pipette daraufträufeln.

— Während unserer Asienreise 2017 sahen wir auf der Insel Taketomi (Okinawa) wie dort in alter Tradition Umeplaumen eingelegt wurden. Klassisch werden sie unreif geerntet, gesalzen, fermentiert und dann mit rotem Shiso aromatisiert und getrocknet. Besonders bei Desserts lehne ich jedoch einen zu hohen Salzgehalt ab. Bei diesem Dessert war es unser Ziel, den Herstellungsprozess der Umeboshi zu beschleunigen, aber eine ähnliche Aromatik und Geschmacksvielfalt zu erzeugen. Gerhard Daumüller vom Keltenhof Stuttgart brachte uns auf die Idee, dafür roten Oxalis zu verwenden. Er sorgt für die Säure, die normalerweise bei der Fermentation entsteht, und bietet gleichzeitig eine große Aromenvielfalt.



# Lauch

— wilder Brokkoli | Senfsud

## Lauch

- 1 Stange Lauch
- 2 EL Reisessig
- 1 TL Honig
- 1 Prise Gewürzzubereitung „FETT“ (Altes Gewürzamt)

Wurzeln und Grün vom Lauch abschneiden und für die Lauchasche beiseitelegen. Das Mittelstück der Stange in 3 cm breite Scheiben schneiden und unter fließendem kalten Wasser abwaschen. Reisessig, Honig, Gewürzzubereitung „FETT“, 1 Prise Salz und 100 ml Wasser mischen und leicht erwärmen, bis sich der Honig aufgelöst hat. Die Marinade mit den Lauchstücken in einen Vakuumierbeutel geben und vakuumieren. Dabei darauf achten, dass alle Lauchstücke gerade und sauber im Beutel liegen, weil sie sonst zerfallen. Im 64 °C heißen Wasserbad 3 Stunden garen. Danach in Eiswasser abschrecken.

## Senfsud

- 1 Stange Lauch
- 1 Zwiebel
- 2 EL Albaöl
- 3 EL milder Senf
- 1 l Gemüse-Umami-Fond (→ Seite 62)
- 1 Sternanis
- 1 Gewürznelke
- 1 Blatt Kombu-Alge

Den Lauch in dünne Scheiben schneiden und waschen. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Das Albaöl in einem Topf erhitzen und beides darin stark anrösten. Sobald das Gemüse dunkelbraun geröstet ist, die Hitze reduzieren, den Senf dazugeben und kurz anschwitzen. Mit dem Fond ablöschen, Sternanis, Gewürznelke und Algenblatt zufügen und bei maximal 80 °C 2 Stunden ziehen lassen. Den Sud durch ein Passiertuch gießen, mit Salz abschmecken und bis zur Verwendung warm halten.

## Lauchasche

Den Holzkohlengrill anheizen. Die Abschnitte vom Lauch waschen und trocknen. Auf den Rost legen und grillen, bis sie komplett schwarz und verbrannt sind. Alternativ den Lauch im 250 °C heißen Backofen (keine Umluft) mindestens 1,5 Stunden verbrennen. Die verkohlten Lauchstücke dann weiter im Dehydrator 12 Stunden trocknen. In einem Mixer bei höchster Stufe zu feinem Pulver zermahlen. In einem Einmachglas luftdicht und trocken aufbewahren.

## Senfsaat

- 100 g Senfsaat
- 1 Prise Muskatnuss, gemahlen
- 1 EL Reisessig
- 1 EL japanisches Lauchöl (Food Connection)
- 1 Prise Salz
- 1 Msp. Xanthana (Texturas)

Die Senfsaat in einer Schüssel in Wasser 2 Stunden quellen lassen. Danach in ein Sieb abgießen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Senfsaat darin 10 Minuten kochen. Passieren und mit kaltem Wasser abschrecken. Die gekochte Senfsaat auf einem mit einem Tuch belegten Blech ausbreiten und anrocknen lassen. Dann in eine Schüssel geben. Reisessig, Lauchöl und Salz zufügen und umrühren. Xanthana zufügen und mit einem Schneebesen schlagen, bis die Körner leicht binden und eine homogene Masse entsteht.

**Tipp:** Die angegebene Menge ergibt mehr als für dieses Gericht benötigt wird. Übrige Senfsaat einmachen oder vakuumieren.

## Wilder Brokkoli

- 100 g wilder Brokkoli (Keltenhof)
- 1 EL Albaöl

Den Brokkoli unter fließendem kalten Wasser waschen und abtrocknen. Die Stängel mit einem kleinen Messer entfernen und den Brokkoli in mundgerechte Röschen schneiden. Das Albaöl in einer Pfanne erhitzen. Den Brokkoli darin stark anrösten, mit feinem Meersalz würzen und im 68 °C heißen Hold-o-mat warm halten.

## Anrichten

- 1 Zweig Bronzefenchel
- 4 lila Veilchenblüten, zerpfückt (Keltenhof)

Die gegarten Lauchstücke aus dem Vakuumierbeutel nehmen und abtropfen lassen. Die Oberseite mit einem Bunsenbrenner abflämmen. Die Lauchstücke auf ein kleines Blech legen und jeweils eine kleine Nocke Senfsaat daraufsetzen. Die Lauchasche mit einem Teesieb über die Lauchstücke stäuben. Auf jeden Teller drei Lauchstücke setzen, den Brokkoli daraufgeben und mit kleinen Zweigen vom Bronzefenchel und mit Veilchenblüten dekorieren. Den Senfsud mit einer Teekanne beim Servieren am Tisch angießen.



# Himbeere

— Kirschblüten / rosa Rettich

## Fermentierte Himbeeren

- 1 kg frische Himbeeren
- 25 g Zucker
- 15 g Salz

Himbeeren, Zucker und Salz vermischen, in einen großen Vakuumierbeutel geben und soft vakuumieren. Bei Raumtemperatur 4 Tage ruhen lassen. Anschließend im Kühlhaus bei 7 °C weitere 7 Tage ziehen lassen. Den entstandenen Saft durch ein Nylonseid passieren und kalt stellen. Die Beeren anderweitig verwenden.

## Kirschblütenessenz

- 250 g Zucker
- 250 g frische Kirschblüten

Den Zucker mit 700 ml Wasser in einem Topf aufkochen und wieder auf 70 °C abkühlen lassen. Die Kirschblüten dazugeben. Alles in einen iSi-Behälter füllen, mit einer Patrone begasen und kräftig schütteln. Im Kühlhaus 4 Tage stehen lassen. Danach das Gas aus der Flasche entweichen lassen, die Essenz durch ein feines Nylonseid passieren und in einem Einmachglas im Kühl-schrank lagern.

## Saft von rosa Rettich

- 350 g rosa Rettich
- 80 g Zucker
- 1 EL Himbeeressig

Den Rettich schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben mit Zucker und Himbeeressig vermischen und 30 Minuten ziehen lassen. Danach den ausgetretenen Saft beiseitestellen, den Rettich durch einen Entsafter geben. Beide Säfte vermischen und langsam durch ein feines Passiertuch tropfen lassen. Den rosafarbenen, klaren Saft kalt stellen und innerhalb von 12 Stunden verwenden, da er sonst „muffig“ schmeckt.

## Anrichten

- 50 g Himbeermark
- Eiswürfel
- 12 frische Himbeeren
- 4 rosa Löwenmäulchenblüten

Saft von fermentierten Himbeeren, Saft von rosa Rettich, 150 ml Wasser, Himbeermark und 3 EL Kirschblüten-essenz in einen iSi-Soda-Behälter geben und mit einer Sodakapsel begasen. Kräftig schütteln und bis zur Verwendung kalt stellen. Eiswürfel, Himbeeren und Blüten in die Gläser geben und den Menübegleiter direkt am Tisch ins Glas sprühen.



## — Weinberg & Terroir



# Weinbergpfirsich

— Käsekuchen | Zitronenverbene

## Käsekuchen

- 500 g Magerquark
- 40 g Speisestärke
- 5 EL Zitronenlikör
- Abrieb und Saft von 1 Bio-Zitrone
- 200 g Sahne
- 150 g Zucker
- 3 Bio-Eier
- Silikonform für Ringe

Quark, Stärke, Zitronenlikör, Zitronenabrieb und -saft, Sahne, Zucker und Eier in eine Aufschlagmaschine geben und bei mittlerer Stufe in 3 Minuten schaumig schlagen. Ein Backblech mit Backpapier belegen, die Masse daraufgeben und im 180 °C heißen Backofen 50 Minuten backen. Danach über Nacht im Kühlschrank komplett durchkühlen lassen.

Am nächsten Tag die Masse in den Thermomix geben und Stufe 10 mixen, bis eine glatte Creme entstanden ist. Die Creme in einen Spritzbeutel füllen, in die Silikonform spritzen und glatt streichen. Im Tiefkühlschrank mindestens 24 Stunden gefrieren lassen.

## Weinbergpfirsich

- 4 Weinbergpfirsiche
- 100 ml Weißer Pfirsichsaft (van Nahmen)

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und Eiswasser bereitstellen. Die Pfirsiche an beiden Enden mit einem Messer einstechen. Ins kochende Wasser geben und blanchieren, bis sich die Haut löst. Im Eiswasser abschrecken, die Haut abziehen und beiseitelegen. Aus den Pfirsichen mit einem Kugelausstecher Kugeln ausschneiden. Das restliche Fruchtfleisch mit dem Saft pürieren. Kugeln und Saft in einen Vakuumierbeutel geben, vakuieren und über Nacht marinieren lassen.

## Pfirsichhaut

Die Pfirsichhaut flach auf Backpapier ausbreiten und im Dehydrator 12 Stunden trocknen lassen.

## Zitronenverbeneöl

- 100 g Zitronenverbene (Keltenhof)
- 150 ml Traubenkernöl

Die Zitronenverbene waschen und trocken schleudern. Mit dem Öl in den Thermomix geben und 2 Minuten/Stufe 10 stark mixen. Anschließend den Thermomix 10 Minuten/70 °C/Stufe 3 laufen lassen. Die Ölmischung durch ein feines Tuch passieren und in eine Spritzflasche füllen.

**Tipp:** Die Menge an fertigem Öl ergibt mehr, als für dieses Gericht benötigt wird. Übriges Öl vakuumieren oder in einem Schraubglas im Kühlschrank aufbewahren.

## Pfirsich-Vinaigrette

- 200 ml Weißer Pfirsichsaft (van Nahmen)
- 1 TL Pfirsichlikör
- 1 TL Pfirsichessig

Saft, Likör und Essig mixen und 20 Minuten stehen lassen. Den Schaum abschöpfen und in einer tiefen Form zweimal vakuumieren, sodass alle Luftblasen entweichen. In eine Spritzflasche füllen.

## Anrichten

Die Käsekuchenringe aus der Form lösen, auf die Teller legen und 20 Minuten temperieren lassen. Die Pfirsichkugeln aus dem Vakuumierbeutel nehmen und abtropfen lassen. Auf die angetauten Ringe setzen. Die getrocknete Pfirsichhaut in Stücke brechen und auf die Kugeln legen. Die Vinaigrette mit 1 TL Zitronenverbeneöl in einer Schüssel aufschlagen und vorsichtig mit einem Löffel in die Mitte des Rings gießen.



— Weite Welt



# Jakobsmuschel im eigenen Sud

— Fingerlimetten | getrockneter Roggen

## Jakobsmuscheln

- 4 frische XXL-Jakobsmuscheln

Die Jakobsmuscheln sauber abbürsten, putzen und mit kaltem Wasser abspülen. Mit einem Messer öffnen und ausbrechen. Das Nüsschen von Roggen und Bart befreien. Alle Innereien unter fließendem kalten Wasser spülen. Nüsschen, Roggen, Bart und Innereien kühnen.

Die Muschelschalen nochmals innen und außen abbürsten und abspülen. Die Deckel (flache Schale) auf ein Backblech legen und im 200 °C heißen Backofen 20 Minuten rösten. Die tiefen Schalen zum Anrichten beiseitelegen.

## Muschelsud

- 50 g Karotten
- 50 g Zwiebeln
- 50 g Fenchel
- 50 g Lauch
- 2 TL Traubenkernöl
- Bart und Muschelinneien
- 500 ml trockener Weißwein
- 1 TL Pimentkörner
- 2 Sternanis
- 1 Zimtstange
- 1 TL Wacholderbeeren
- geröstete Jakobsmuschelschalen
- 70 g getrocknete Flechten

Karotten, Zwiebeln, Fenchel und Lauch schälen oder waschen und in kleine Würfel schneiden. Das Traubenkernöl in einem Topf erhitzen. Gemüsewürfel, Bart und Muschelinneien darin anschwitzen. Mit 2,5 l Wasser und Weißwein ablöschen und alle Gewürze in die Brühe geben. Muschelschalen und Flechten zufügen und die Brühe bei schwacher Hitze 3 Stunden leicht köcheln lassen. Anschließend passieren, in einen separaten Topf geben und weiter auf die Hälfte einreduzieren lassen.

## Fingerlimetten

- 2 frische Fingerlimetten

Die Limetten längs halbieren. Die inneren Kugelchen (Fruchtfleisch) mit einem kleinen Löffel auslösen und in einem kleinen Gefäß bis zur Verwendung kühnen.

## Getrockneter Roggen

- 4 Jakobsmuschelrogen
- 1 TL Apfelholzspäne
- Räucherpfeife

Den Roggen waschen, säubern und auf einem Küchentuch abtrocknen. In ein Gefäß geben. Die Apfelholzspäne in die Räucherpfeife geben und anzünden. Den Rauch in das Gefäß geben, mit Frischhaltefolie verschließen und 15 Minuten ziehen lassen. Dann öffnen und den Rauch entweichen lassen. Den Roggen anschließend im Dehydrator bei 55 °C 48 Stunden trocknen lassen.

## Anrichten

- 1 EL Butter
- 2 TL Fingerlimetten, ausgelöst
- 12 Blätter Borage Cress (Koppert Cress)

Die Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die ausgelösten Jakobsmuschelnüsschen darin anbraten. Sobald der gewünschte Garpunkt erreicht ist, aus der Pfanne nehmen. Den getrockneten Roggen fein über die Nüsschen reiben und mit Meersalzflocken würzen. Die Nüsschen jeweils in drei Scheiben schneiden und in den tiefen Muschelschalen platzieren. Jeweils 3 EL Muschelsud angießen. Die Fingerlimetten auf die Jakobsmuscheln geben und die Borage Cress mit einer Pinzette anlegen.

— Die Kombination aus geräucherten Jakobsmuschelrogen und Flechten lehnt sich an die japanischen Produkte Bonitoflocken und Kombu-Algen an – nur eben in einer regionalen Variante. Informieren Sie sich vorab über die Genießbarkeit der Flechten. Essbar sind das in Europa verbreitete Isländische Moos (*Lichen islandicus*) und die Mannaflchte (*Lecanora esculenta*), die in Nordafrika, im Nahen Osten und Kleinasien beheimatet ist. Sie wachsen häufig auch in unseren Wäldern. Das Sammeln der Flechten ist für uns eine spannende Angelegenheit. Diese Flechten haben dieselbe Wirkung bzw. einen ähnlichen Geschmack wie Kombu-Algen.

