



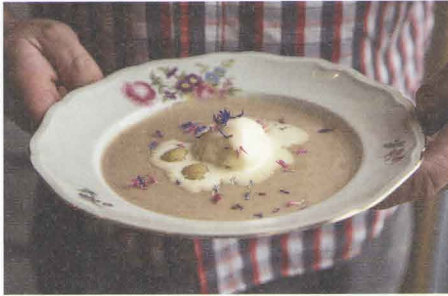
Die Schweiz als Bioland?
Bruno Muff und Stefan Winiger sind
bewegende Menschen und zeigen
zusammen, wie Ultraregionalität in
der Küche aussieht.



DIE BIO- ALCHEMIE DER AROMEN

TEXT
Alexander Künzle
BILDER
Mojca Vidmar

Vom Software-Entwickler zum Biobauern:
Bruno Muff lebt und arbeitet auf dem Haldihof bei Weggis nach seinen ganz persönlichen Vorstellungen von Luxus. Er wirtschaftet durch und durch bio, öko und nachhaltig und stellt rund 300 verschiedene Lebensmittel und Produkte her. Ein Nachmittag in der Zentralschweiz.



Vorspeise – einfach, Vorbereitung 45 Min., Zubereitung 30 Min.

MARRONI-SUPPE

mit Rigi Gin vom Haldihof

400 g frischen Marroni

4 dl Bouillon

2,5 dl Rahm

Gin,

Salz und Pfeffer

1 EL Schlagrahm

essbaren Blüten

Bei

Schale beidseitig einritzen und im Backofen bei 180 Grad 30–40 Min. weich schmoren, noch warm schälen.

Oder tiefgekühlte, geschälte Marroni verwenden.

Marroni in

weich garen, pürieren und mit verfeinern. Mit

abschmecken.

Achtung: Der Gin-Geschmack sollte jenen der Marroni nicht überdecken. Lieber mit wenig Gin beginnen und tropfenweise zugeben.

Suppe in Gläser oder Teller füllen und je

auf die Suppe geben. Mit dekorieren.

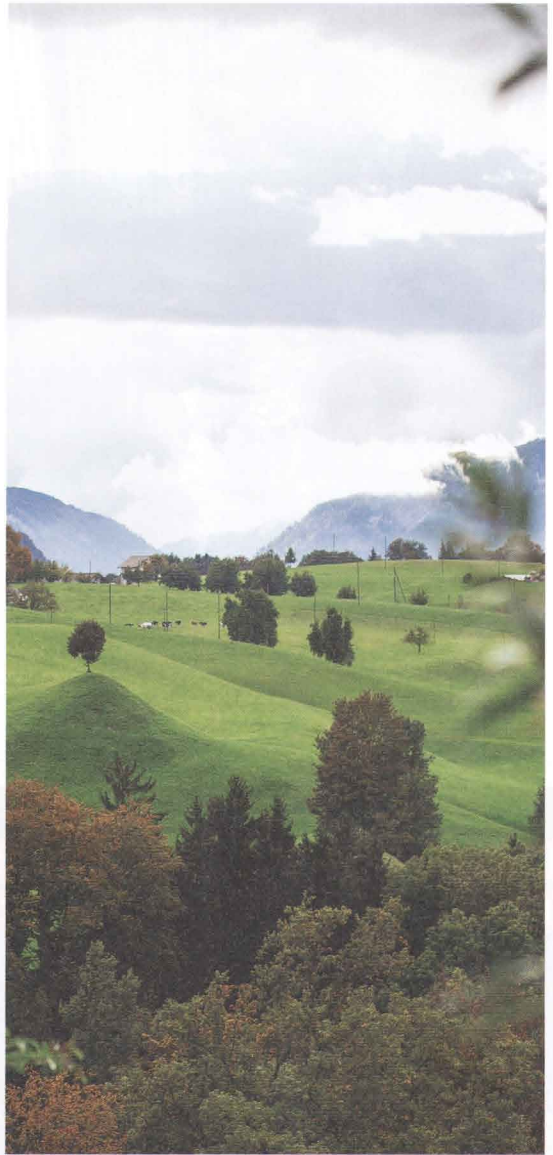
Kulinarischen Konventionalisten, Biozweiflern, Öko-Ermatteten, fettfixierten Gesundheitsverächtern, Un-Grün-Denkenden sowie Speck- und Wurst-Fundis dürften spätestens dann ernste Zweifel an ihrem kulinarischen Weltbild hochsteigen, wenn sie Bruno Muffs Haldihof betreten. Wagen sie es gar, länger dort zu bleiben, riskieren sie einen Wechsel in ihren Denkmustern. Denn Bruno argumentiert nicht nur sachverständig. Auch seine zahlreichen Lebensmittel und Veredelungen sprechen kulinarisch, wirtschaftlich und biologisch für sich selbst.

«Bio sollte das Normale werden», kehrt Bruno gleich zu Beginn unserer Begegnung die gängige Weltsicht um, «und das Konventionelle sollte in die Nische zurück.» Heute sei es noch umgekehrt, aber er träume davon, aus der Schweiz ein Bioland zu machen. Dass das ganze Biozeugs ein Luxus der an hohe Schweizer Preise gewöhnten, aber international ausgerichteten «Organic»-Elite sei, lässt er nicht gelten. «Nicht Öko ist ein Luxus, sondern der Umstand, dass wir mit konventioneller Anbauweise unsere Böden, Pflanzen und Landwirte in den nächsten Jahrzehnten ruinieren», hält er entgegen. Bio bedeutet für Bruno Muff auch, dass er lieber solche Obstsorten bei sich anbaut, die sich seit 300 Jahren durch Zucht und Selektion ans Weggiser Mikroklima, den Boden und an die lokalen Schädlinge/Nützlinge angepasst hätten. Nähme er eine Obstsorte, die zwar populär, aber im Labor gezüchtet worden sei, würde sie bei ihm nur mit viel Insekti-, Herbi- und Fungiziden gedeihen und mit der Zeit noch den Boden ruinieren.

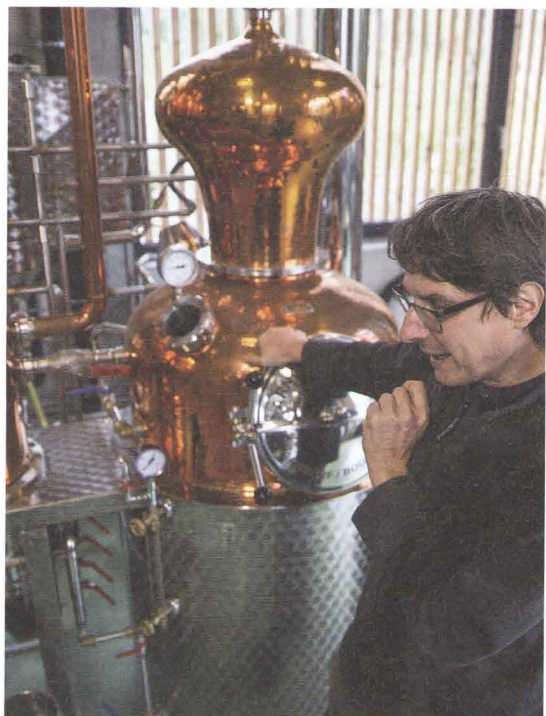
Biologische Lebensmittel seien je nach Warenkorb 20 bis 30 Prozent teurer als konventionelle – ausser beim Fleisch. Aber hier wird der Landwirt dann klar und deutlich: «Man muss ja nicht täglich mittags und abends Fleisch essen.» Das sei leichter zu bewerkstelligen, sagt er, wenn man selbst etwas besser kochen könne: «Die Leute sollten vielleicht etwas weniger ins Fitness gehen und dafür länger in der Küche bleiben!» Und hier trifft er eben den Nerv – den Zeitgeist, der zwar von Bio spricht, de facto aber eher in Richtung von noch mehr Convenience geht. Auch die böse Unterstellung, wonach der anhaltende Bio-Hype wegen der damit einhergehenden Gesundheitswelle und Allergiehysterie eine schlimme Folge der Feminisierung des Weltbilds sei, lässt er nicht gelten: «Am Wochenende kochen immer öfter die Männer. Sie kommen scharenweise zu mir in die Destillerie und sind scharf darauf, zu lernen, wie man Schnaps in die Sauce verarbeitet. Sie nehmen sich Zeit fürs Kochen. Solche Männer wollen gediegene Bioware.»

Deshalb steht Bruno Muff der oftmals kombinierten Vermarktung von Bio und Gesundheit etwas skeptisch gegenüber: «Bio heisst nicht Vegi oder keine Würste mehr, sondern ist der Wunsch, auch in 100 Jahren noch fruchtbaren Boden zu haben.» Ist denn das Gesundheitsargument nebensächlich? Auf eine gewisse Weise schon, so Bruno, denn es gehe bei Bio primär um den Landbau, die Lebenshaltung. Dass Gesundheit gleichwohl ins Spiel komme, merke man weniger bei den Sterbestatistiken, gemäss denen wir ja weiterhin immer älter werden. «Wir merken es aber am Umstand, dass in den letzten Lebensjahren vieler Menschen immer grössere Gesundheitskosten anfallen.» So gesehen, und damit wird Bruno ökonomisch, käme es die Gesellschaft sogar billiger zu stehen, dauerhaft 20 Prozent teurere Biolebensmittel zu konsumieren, statt vor dem Lebensende vieler Leute plötzlich riesige zusätzliche Medizinalkosten zu bezahlen, die durch den jahrzehntelangen Genuss von konventionellen und massenhergestellten Nahrungsmitteln mitverursacht werden können.

In der Veredelung seiner Rohwaren im eigenen Betrieb sieht Bruno einen Ausweg aus der Massen-Lebensmittelproduktion. Und als verarbeitender Tüftler veredelt er kreativ: Ähnlich wie er ▶



Der Haldihof ist ein Vorzeigebio-Mikrokosmos. Hier wird weit über den Ackerrand hinausgedacht, denn die Rohstoffe eines Bauernhofes müssen nicht alle zwangsläufig zu Lebensmitteln verarbeitet werden. Denkbar wären und sind ja auch wie früher die Seifenproduktion, die Destillation oder die Herstellung von kosmetischen Produkten.



«Die Haldihof-Palette umfasst bald 300 Produkte», sagt Bruno Muff, der uns wie ein Bio-Lebensmittelingenieur vorkommt. Einkaufen auf seinem Bauernhof ist in jedem Falle ein durchaus nachhaltiges Erlebnis.

DIE MARMITE YOUNGSTERS UNTERSTÜTZEN CUISINE SANS FRONTIÈRES MIT IHREM ENGAGEMENT AM KITCHEN BATTLE 2016.



Guy Estoppey

Pascal Steffen

Marco Böhler

Dave Wälti

Michael Dober

Cuisine sans frontières bittet zu Tisch, um Konflikte zu lösen und Gemeinschaft zu fördern – konkret, wirksam und lustvoll. Unterstützen auch Sie unsere Arbeit in Krisengebieten dieser Welt. Werden Sie Mitglied oder spenden Sie unter www.cuisinesansfrontieres.ch.



CUISINE SANS FRONTIÈRES

seinem ersten Beruf als Software-Entwickler mit geografischem Kartenmaterial umgegangen ist, geht er jetzt, nachdem er Landschaftsökologie und Botanik studiert hat, mit Obstbäumen, Hühnern, Destillationsverfahren, Essigmüttern, Natronlaugen, rarem, altem Saatgut, Ölen und ihrer Kaltpressung etc. um. Bruno, der immer fast mehr als Bio-Lebensmittelingenieur vorkommt, rechnet: «Die Haldihof-Palette umfasst bald einmal 300 Produkte.» Was aus seinem Biobauernhof eigentlich einen Betrieb für nachhaltige Produktion mit biolandwirtschaftlicher Basis macht. Dazu kommt der wunderschöne Standort bei Weggis, einer Landschaftsentzesse über dem Vierwaldstättersee, die klimamässig sogar den Anbau von Edelkastanien- und Feigenbäumen erlaubt.

Deshalb führt auch ein Panorama-Wanderweg durch sein 7 Hektaren grosses Bauerngut, der direkt am Hofladen vorbeiführt und ihm Kunden bringt. Das Bio-Shopping dort ist ein nachhaltiges Erlebnis. Von Konfitüren, die er wegen ihres hohen Fruchtanteils von Gesetzes wegen «Fruchtaufstrich» nennen muss, über fantasievoll kombiniertes Konserviertes (zum Beispiel Most-Senf, Birnenhonig- oder Heidelbeer-Balsamico-Essig). Statt aufwendige Markttests schaut Bruno einfach, was auf den Regalen im Hofladen schnell verschwindet: «Das ist meine Nachfrageanalyse!» Das wenige, das er nicht selbst herstellt, kauft er bio- und ökologisch rein ein. Eine Wanderung zwischen Weggis und Küsnacht sollte demnach nicht ohne einen grossen, nachhaltig füllbaren Shopping-Rucksack erfolgen ...

Virtuos verarbeitet Bruno seine landwirtschaftlichen Rohprodukte wie zum Beispiel eine alte Apfelsorte mit allen denkbaren Techniken der Veredelung: Saftpresen, Trocknen, Gären, Kochen, Fermentieren, Dämpfen, Destillieren bis zur Kosmetikherstellung. Immer überraschend kombiniert er dies mit Geruchs- und Geschmacksrichtungen von Kräutern und Pflanzen. Eine moderne, grosse Produktionshalle, in der es gut nach Früchten riecht und in der ein Maschinenpark von Destillationstürmen aus Kupfer bis zu Trocknungsanlagen steht, ragt heraus. Hygienisch, weiträumig, mit Maschinen verstellbar – und dennoch ist eines seiner Bio-Hühner fixiert darauf, seine Eier ausgerechnet dort statt im Hühnerstall zu legen!

Als integriert denkender Unternehmer hat Bruno natürlich auch grössere Abnehmer aus der Gastronomie, wie seinen Freund Stefan Winiger vom Restaurant Chalet Schild auf der Rigi Kaltbad, oder seinen Nachbarn, den «Schweizer Koch des Jahres 2016», Nenad Mlinarevic vom Park Hotel in Vitznau. Ihr Feedback schätzt er sehr. Bruno bat bei unserem Besuch Stefan, das Kochen zu übernehmen. Stefan fährt dort weiter, wo Bruno aufhört: Er kocht, rezeptiert und entwickelt Menüs, kombiniert Süsses mit Salzigem und nutzt die breite Palette von Brunos Destillaten, die dieser so gerne wieder vermehrt in den Kochtöpfen sähe. Das Destillieren zur Herstellung von Pflanzenwassern (Hydrolaten), Gin, Kräuter- und Fruchtschnäpsen ist Bruno so teuer wie sein Augapfel – und zwar zum Marinieren und Kochen. «Im Mittelalter wurden Destillate für vieles gebraucht und waren entsprechend hochgeschätzt zum Konservieren, Marinieren, zur Geschmacksgebung beim Kochen oder als Heilmittel», so Bruno. Stefan und Bruno bedauern den «Zerfall der Sensorik», der in den 70er-Jahren eintrat, als die berühmte Ravioli-Konserve salonfähig wurde und man begann, Käse zu vakuumieren. «Mit einem Destillat ist der Koch heute fähig, seinem Gast einen Geschmack zu bieten, den dieser wieder spürt», sagt Stefan, während er den Gin in den Schlagrahm mixt, der auf die Marroni-Suppe kommt. Bruno erklärt weiter, dass Destillieren nicht immer Alkoholbrennen bedeutet. «Man kann Früchte oder Wiesenkräuter auch zu Hydrolaten destil- ▶



Hauptspeise – einfach, 40 Min.

BIRNENRISOTTO

mit Haldi Sekt und Weichkäse

3 kleine Birnen
1 EL Butter
300 g Carnaroli-Reis
3 dl Haldi Sekt,
demi-sec (oder Wein)
ca. 1 l Gemüsebouillon

in kleine Würfel schneiden.
Einen Drittel davon in
zusammen mit
dünsten, ablöschen mit

bei mittlerer Hitze nach und nach
unter ständigem Rühren beigegeben.
Wichtig: Der Reis muss ständig
in Bewegung bleiben und darf nicht
in der Bouillon ertrinken.
Ist der Reis gar, kurz zugedeckt
ziehen lassen.

etwas kalte Butter
Salz und Pfeffer

darunter ziehen und mit
abschmecken. Kurz vor dem Servieren
die restlichen Dreiviertel der
Birnenwürfel darunter ziehen.

4 TL Mascarpone
gesplitteten Baumnüssen

Jeweils einen von
in
wenden und 4 Pralinen formen.

Weichkäse

Einen kleinen
in Stücke schneiden. Den Risotto
in Suppentellern anrichten und mit
den Weichkäsestücken und den
Mascarpone-Pralinen dekorieren.
Das Tüpfchen auf dem Risotto-«i»
ist der

Haldihof-Fruchtaufstrich
aus Theilesbirnen

diesen in kleinen Portionen
kaffeelöffelweise auf die Weichkäse-
stücke verteilen. Heiss servieren.



Hauptspeise – einfach, Vorbereitung 10 Min., Zubereitung 20 Min.

MOST-CREME aus Haldi-Süssmost

<p>1 dl Haldi Most (Süssmost) 2 EL Maizena 2 Eier</p> <p>abgeriebenen Schale 1 Orange</p> <p>5 dl Most 2 EL Zucker 1 TL Vanillezucker</p>	<p>mit verrühren. verquirlen und zusammen der</p> <p>in die Masse geben. In einer Pfanne weitere mit und aufkochen. Die Pfanne vom Herd nehmen, kurz abkühlen und danach die Maizena-Masse vorsichtig darunter ziehen. Die ganze Masse unter ständigem Rühren zum Kochen bringen, bis sie stockt. Vom Herd nehmen und 60 Min. im Kühlschrank ruhen lassen.</p>
<p>2 dl Rahm</p> <p>Schnitzen von ½ Apfel</p>	<p>steif schlagen und unter die Masse ziehen. In Schälchen füllen, mit</p> <p>dekoriern und nochmals mindestens 120 Min. vor dem Servieren kühl stellen.</p>

lieren. Ich möchte steuern können, ob ich beim Destillieren eher Alkohol brennen oder mittels Wasserdampf das Aroma hervorholen möchte. Schliesslich lässt sich mit meiner Brennvorrichtung beides in einem Durchgang kombinieren.» Dazu habe er zusammen mit «Brenn-Ingenieuren» einen Prototyp bauen lassen, der beides kann. «Den alkoholgesättigten Dampf kann ich so durch frische Kräuter leiten, statt ihn direkt kondensieren zu lassen. So komme ich zu zusätzlichen ätherischen Aromen für meine Aquavita oder Gins.»

Die Rohstoffe eines Bauernhofs müssen nicht zwangsmässig alle zu Lebensmitteln verarbeitet werden. So habe früher mancher Landwirt auch Seife produziert, sagt Bruno. Man hatte ja jeweils nach dem Schlachten das Benötigte, wie Schweinefett, Natronlauge etc. zur Hand. «Doch irgendwann haben die Seifenfabriken den Bauern dieses Produkt weggenommen – die Landwirtschaft verlor es.» Brunos Grossmutter habe selbst noch Kernseife hergestellt. Nun werden auch auf dem Haldihof viele Ausgangsprodukte gelagert. Und im Winter, meint er, wenn die Ernte vorbei sei, könne man sich der Destillation und der Kosmetikerstellung widmen. «Auf unserem Hof stellen wir auch ätherische Öle und Hydrolate, das heisst Pflanzenwasser her, aus hiesigen Pflanzen und Kräutern, die wir destillieren. Sonnenblumen-, Raps-, Baumnessöle – das lässt sich alles auch in der Kosmetik verwenden.» Gebe man entsprechend Natronlauge dazu, welche die Öle verseife, entstehe Seife. Und – Bruno lässt es sich nicht zweimal sagen – damit lässt sich experimentieren! Die kalt gepressten Öle seien dieselben, die er der Gastronomie liefere. Auch als Massageöl liessen sie sich brauchen. «Ich kann auch Raumsprays daraus machen – mit selbst destilliertem Bio-Alkohol.» Immer aus regionalen Produkten biologisch hergestellt. Gerne würde man sich auf ein entsprechendes Kochbuch aus Brunos und Stefans kreativen Köpfen und geschickten Händen freuen. ▶ haldihof.ch ▶ chaletschild.ch

STEFAN WINIGER, KULINARIKER

Auch Stefan Winiger hat ein Vorleben ohne Gastronomie und Kochen. Ursprünglich lernte er Dekorateur, arbeitete im Detailhandel und befasste sich lange Jahre mit Sportbekleidung und Marken. Über seine Verkaufstätigkeiten kam er zum Luzerner Wochenmarkt für Lebensmittel, wo er einen Stand belegte – wie Bruno Muff. Damals lernten sich die beiden kennen. Stefan gründete dann die Luzerner Markthalle, wo auch Brunos Produkte auflagen. Mit seiner Marke «Kulinariker» arbeitete er als Störkoch und Kochlehrer und entwarf Rezepturen. Seit Ende Dezember 2015 kocht und wirtschaftet er auf der Rigi im Chalet Schild. Die drei hier publizierten Rezepte hat er gekocht mit Einbezug von Haldihof-Produkten.

AGRARPOLITIK

«Bio macht nur 7 bis 8 Prozent der Lebensmittelumsätze aus. Wenn man alle mehr oder weniger sich grün gebenden politischen Parteien wie SP, Grüne, Grünliberale etc., die in ihrem Pflichtenheft nachhaltige Produktion und Bio erwähnen, zusammenzählt, kommt man auf 30 bis 40 Prozentanteile aller Wählenden. Das heisst leider, dass längstens nicht alle, die zwar sagen, man müsse Bio fördern, auch selbst Bio konsumieren. Das ist für mich eine Grundenttäuschung, die ich mit mir trage. Nicht einmal die Grünen, die auf 7 Prozent im Nationalrat kommen, konsumieren alle Bio! Weil er längerfristig und eben auch als Biolandwirt politisch ähnlich wie andere Bauernvertreter denkt, setzt sich Bruno Muff dafür ein, dass die Konsumenten einen – bewusst, nicht erzwungen – höheren Anteil ihres Ausgabebudgets für Lebensmittel reservieren. «Wenn sich konventionell wirtschaftende Bauern an einen Tisch setzen», so Bruno, «dann dominiert meistens das Klagen über fallende Preise für Massenware. Denn im konventionellen Agrarbereich drückt die Globalisierung durch, und viele Inländer erstehen sie dazu noch billiger im nahen Ausland.» Träfen sich jedoch Biobauern, dann herrsche oft eine positive Atmosphäre vor, in der neue Aspekte, Methoden und Kreationen ausgetauscht würden. In der selbst gesteuerten Veredelung der eigenen Rohwaren sieht Bruno Muff eine Möglichkeit für Landwirte in der Schweiz, der Globalisierung mit ihren sinkenden Preisen etwas entgegenzusetzen und dank Reintegration der Wertschöpfungskette wieder auf eine valable Betriebsrendite zu kommen.