

Winterbrot

VON INGE AHRENS

Esskastanien, Maronen, Edelkastanien – die Verwirrung ist perfekt für den Neuling, denn Maronen und Esskastanien sind keinesfalls das gleiche. Und mit der in unseren Breiten vorkommenden Roskastanie haben sie schon gar nichts zu tun. Obwohl sie sich äußerlich ähneln, sind sie nicht miteinander verwandt.

Esskastanien und Maroni gehören beide zur Gattung der Kastanien. Die köstlichen Maronen sind aber eine Weiterzucht der Esskastanie, die auch Edelkastanie genannt wird. Sie schmecken süßer und aromatischer und wachsen etwas größer als ihre Ahnen. In der Winterküche südlicher Länder sind sie nicht weg zu denken.

Im schweizerischen Bergell gibt es eine feinfühligere Köchin und sachverständige Frau, die sich auf die Verarbeitung regionaler Produkte versteht. Monika Müller im schönen Soglio hat sich in diesem Herbst den Maronen verschrieben. Das Bergell und insbesondere die Gegend um Soglio herum sind nämlich berühmt für seine Esskastanienwälder. Monika Müller hat die feinen Rauchkastanien ihrer Nachbarn kandiert und manche sogar in Grand-Cru-Schokolade getaucht. Ein seltener Genuss und sonst nirgendwo zu haben.

Leider hatte ihre herrliche Patisserie nicht für alle gereicht. Bald war sie ausverkauft. Kein Wunder. Nachzügler und Neugierige könnten sich jetzt in das Kochbuch aus dem Fona-Verlag vertiefen und allerlei lernen über die vielseitige Verwendbarkeit der Baumfrüchte, bevor der nächste Herbst kommt und Monika Müller hoffentlich mehr von ihren Luxusmaroni anbietet.

Sobald die Früchte der Edelkastanie reif sind, springt ihre feinstachelige grüne Schale auf und sie fallen mit oder ohne Verpackung vom Baum. Von Mitte September an bis Ende November werden sie geerntet, zu Mehl verarbeitet, püriert, als Paste, als ganze geschälte und gekochte Früchte zu haben.

Wer einmal bei einer Kastaniennernte zum Beispiel im Bergell helfen durfte, dem wurde schnell klar gemacht, dass Kastanie nicht gleich Kastanie ist. Es dauert eine Weile, bis man zielsicher nach den eher herzförmigen glänzenden Maronen greift, deren Schale von feinen Streifen durchzogen ist. Sie werden gleich separiert von den anderen essbaren Kastanien, kommen dann aber doch alle in die umliegenden Dörfhäuser in Dorfnähe, wo sie bis zu drei Wochen lang bei nicht verlöschendem Feuer trocknen.

Lange Zeit waren in südlichen Ländern die Kastanien Überlebensbäume für die arme Bevölkerung. Damals wie heute machte man Mehl zum Brotbacken daraus. Jetzt sind die Kastanienprodukte allerdings



Hochsaison für Esskastanien: Jetzt werden sie verarbeitet und mit Genuss verspeist – geröstet, als Püree, Füllung oder Suppe

eher Luxusartikel und erleben gerade eine Renaissance. Schließlich sind die aufwendige Pflege der Kastanienhaine, die Ernte, das Verlesen und Trocknen der Früchte eine mühevoll körperlich anstrengende Arbeit.

Die europäischen Kastanien stammen ursprünglich aus dem Schwarzmeergebiet, so heißt es. Sie werden hauptsächlich in Südeuropa angebaut, wo sie auch wild wachsen. Man denke an die Kastanienwälder auf Korsika, die den Schweinen dort Nahrung bieten. Kastanienwälder sehen oft so aus, als seien sie schon immer da gewesen. Dabei sind sie perfekt und traumhaft schöne Kulturlandschaften. So im Schweizer Bergell oder im Tessin. Auch in Deutschland findet man Esskastanien

– eher südlich der Mainlinie, zum Beispiel in der Pfalz, wo sie Keschde heißen oder im Badischen. Selten in geschützten Lagen Norddeutschlands. Dort gibt es hin und wieder heiße Maroni auf den Weihnachtsmärkten.

Kochen kann man mit frischen Kastanien, mit bereits vorgekochten, tiefgekühlten, Kastanien im Glas und verschiedenen Pürees. Und natürlich ganz klassisch Brot und Kuchen backen aus ihrem Mehl. Zum Vorschmecken eignet sich gut eine Kastanien-Kürbis-Suppe oder eine Kastanien-Lauch-Suppe. Das wärmt schön durch. Kastanien-Buchweizen-Blinis passen toll zu Räucherfisch. Pasta-Liebhaber servieren Kastanienpätzle mit Lauch, brau-

nen Champignons und vielen Kräutern oder wagen sich an Kastanienravioli mit Salbeibutter. Als Dessert ist das feine Vermicelle schon eine Berühmtheit. Das ist ein Maronenpüree, das nicht zu süß sein darf. Umwerfend auch eine Biskuitrolle mit Vermicelle und ungesüßter Schlag Sahne. Ein Rezept übrigens von Monika Müller in Soglio.

Wer sich an die Rolle nicht rauntraut, sollte mit einer Tiramisu-Variante samt Kastanien-Biskuit anfangen oder einen Kastanienkuchen mit Lebkuchengewürz und Zimt zu Weihnachten in den Ofen schieben. Oder man stopft die Weihnachtsgans damit. Kastanien sind ein recht nahrhaftes Winterfutter für Genussmenschen. Sie bekommen auch Allergikern. Sie sind glutenfrei. Die Maronen schmecken roh eher flach. Im Ofen erst entwickeln sich ihre Röstaromen, und der darin enthaltene Zucker rundet ihre nussartigen Aromen ab. Und das schmeckt irgendwie nach Winter.

Buchtipps

Erica Bänziger u. a.: Kastanien. Fona-Verlag, 140 S., 24,90 Euro

Maronen-Produkte bei Bosfood in Düsseldorf, www.bosfood.de

Ratgeber

Brühe Ein leckerer Eintopf beginnt mit einer Brühe. Dafür braucht man auf jeden Fall Suppengemüse. Das sind zum Beispiel Sellerie, Möhren, Porree und Wurzelpetersilie. Sie werden mit Wasser, Salz und Gewürzen aufgesetzt. Je nach Geschmack gibt man Fleisch oder Knochen zum Auskochen dazu. Danach kommt in den Topf, was schmeckt. Fast alle Gemüsearten eignen sich für das Gericht. Wichtig ist, den Eintopf nicht zu lange zu kochen, um möglichst viele Vitamine zu erhalten. Da auch die Kochflüssigkeit mitgegessen wird, gehen die ausgeschwemmten Mineralstoffe nicht verloren. Frische Kräuter wie Rosmarin, Thymian, Majoran oder Bohnenkraut runden am Ende den Geschmack ab.

Gewicht Die Menschen in Deutschland essen mehr Gemüse und weniger Schweinefleisch, sie trinken mehr Mineralwasser, Kräuter- und Früchtetees und weniger Alkohol. Aus Sicht der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat sich die Ernährungssituation in einigen Punkten verbessert, dennoch werden die Menschen immer dicker. Männer sind in allen Altersgruppen häufiger betroffen als Frauen. Zwischen 18 und 65 Jahren sind laut DGE rund 60 Prozent der Männer und rund 37 Prozent der Frauen übergewichtig. Dieser Trend steige mit zunehmendem Alter weiter an. Rückgänge gab es beim Verbrauch von Obst, Getreideerzeugnissen und frischen Kartoffeln sowie Anstiege bei Käse,

Rind-, Kalb- und Geflügelfleisch. Dieser Trend stehe im Widerspruch zu einer pflanzenbetonten Ernährung.

Vanillegeschmack Teure Vanilleschote oder kostengünstigeres Aroma? Was im Vanillekipferl steckt, schmeckt ein Genießer womöglich heraus. Ansonsten hilft ein Blick auf die Zutatenliste. Hier gibt es klare Vorgaben. Die hochwertigste Zutat sind „gemahlene Vanilleschoten“. „Vanilleextrakt“ und „natürliche Vanillearomen“ stammen ebenfalls zu hundert Prozent aus



Das Original: Das Mark der Vanilleschote ist eine hochwertige Zutat

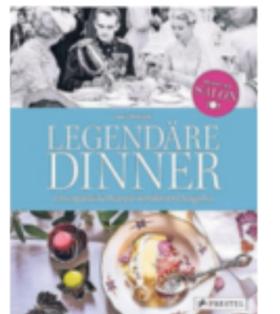
der echten Schote. Auch wenn es ähnlich klingt, darf das „natürliche Vanillearoma“ im Singular zu fünf Prozent aus anderen Aromen oder Zusatzstoffen bestehen.

Darüber hinaus können weitere Begriffe auf der Zutatenliste stehen. Zum Teil sind sie rechtlich nicht definiert. Gesundheitlich sind diese Aromen unbedenklich. Aber mit der echten Vanilleschote haben sie nur zum Teil oder überhaupt nichts zu tun. Steht zum Beispiel „Vanillin“ auf der Packung, komme das in der Regel aus der Chemiefabrik. *tmn*

Buchtipps

Das Leben ist ein Fest. Und meistens ist es mit einem großartigen und besonderen Essen verbunden. Findet es im privaten Rahmen statt weiß nur die Köchin um die Arbeit und die Feinheiten der Zubereitung. Die Beschenkten erinnern sich ein Leben lang genusslich. Wenn berühmte Menschen feiern, gibt das ordentlich Stoff für Geschichten her, und Fotos gibt es auch jede Menge. Das Magazin „Salon“ hat in fast jeder Ausgabe so ein „Legendäres Dinner“ beschrieben. Die Autoren durften erzählen und auch ein wenig in Fantasien baden. Dazu wurden vom kreativen Redaktionsteam Rezepte zum Nachkochen entwickelt und köstliche Bildstrecken geschaffen. Wirklich zu schade, um nur einmal in einem der Hefte zu erscheinen. Alle zusammen gibt es jetzt als Lesebuch, als Nachkochbuch, als Appetit machende Schlemmerlektüre. Ein Coffee Table Book, das auch auf dem Küchentisch liegen kann. Zehn Au-

toren haben 20 berühmte Menschen wie Audrey Hepburn oder John F. Kennedy unter die Lupe genommen und ihre Meisterleistungen als Gastgeber oder Anlässe wie Hochzeiten oder Weihnachtsfeste beschrieben, die allesamt Appetit zum Nachkochen machen. Das Buch ist Lesegenuss und Kochbuch zugleich. *ahr*



Anne Petersen (Hrsg.): Legendäres Dinner. Prestel, 222 S., 36 Euro



Vielseitig: Heiße Maronen (ganz oben), als Schicht im Trifle (oben links) oder als pure süße Creme (oben rechts)



Das Weinquiz: Sieben Fragen, eine Flasche

Hier gibt es nichts zu verlieren, Sie können nur gewinnen: an Wissen über Wein – und außerdem noch eine Flasche eines Spitzenweinguts des Verbands der Prädikatsweingüter (VDP). Unsere Autorin Caro Maurer ist eine von 390 Masters of Wine auf der Welt. Sie stellt jeden Samstag einige Weinquizfragen zusammen. Die Lösungen schicken Sie bitte bis Montag (nach Veröffentlichung) 12 Uhr an boulevard@ga-bonn.de.

1 Noch heute sind die Weißweine aus einer deutschen Weinregion in England als Hock bekannt. Auf welchen Ort geht dieser Name zurück?
A Burg Hohenstein in Franken
B Hochheim im Rheingau
C Hochdorf in Baden
D Hohenstein-Ernstthal in Sachsen

2 In Deutschland überwiegen fast überall die Weißweine. Es gibt jedoch zwei Ausnahmen: An der Ahr sind mehr als 80 Prozent der Weintrauben rot. In welcher anderen Weinregion gibt es ebenfalls mehr Rot- als Weißwein?

A Baden
B Pfalz
C Württemberg
D Sachsen

3 Welche beiden Rebsorten gedeihen am besten am rechten Ufer von Bordeaux?
A Merlot und Petit Verdot
B Cabernet Franc und Cabernet Sauvignon
C Cabernet Franc und Merlot
D Merlot und Malbec

4 Mancherorts ist es durchaus wieder üblich, Weintrauben mit den Füßen zu stampfen. Das war nicht immer erlaubt. Welcher Herrscher hat das Weintreten verboten?
A Ludwig der Fromme
B Karl der Große
C Karl V.
D Friedrich I. Barbarossa

5 Welcher dieser englischen Schaumweinproduzenten ist Hoflieferant der Queen?
A Nyetimber
B Ridgeview
C Camel Valley
D Chiford Hall

6 Fendant, Blanchette, Dorin und Perlan sind alles Synonyme für welche Schweizer Rebsorte?
A Gamay
B Amigne
C Heida
D Chasselas

7 Sie sind völlig harmlos. Mancher jedoch empfindet die auskristallisierten Salze der Weinsäure, die sich am Boden einer Weinflasche absetzen, als störend. Wie ist denn die chemische Bezeichnung für diesen sogenannten Weinstein?
A Kaliumhydrogentartrat
B Kaliumhydrid
C Kaliumhydrogendifluorid
D Kaliumnitrat

Die Auflösung von letzter Woche: 1D Grosse Lage, 2C Goldschmied, 3C Friedrich Engels, 4D Méthode Traditionelle, 5A Wurzeln, 6C Klima, 7C Mouton-Rothschild.

Die Flasche 2018er Hengstenberg Spätburgunder VDP.Grosses Gewächs vom Weingut Salwey aus Baden hat Sylvia Stolzenburg aus Sankt Augustin gewonnen.

Teilnahme: Antwort als Email an boulevard@ga-bonn.de. Bis Mo (12h). Teilnahme erst ab 18 Jahren möglich; ausgeschlossen sind Mitarbeiter der General-Anzeiger Bonn GmbH oder verbundener Unternehmen. Das Los entscheidet, die Gewinner werden kurzfristig benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns kann nicht erfolgen. Unsere Teilnahme- und Datenschutzbedingungen finden Sie auch unter www.ga-bonn.de/teilnahme.



Diese Woche zu gewinnen: 2019 Appenheimer Riesling VDP.Erste Lage vom Weingut Bischof aus Rheinhessen

Rezept der Woche

Überbackene Zwiebelsuppe mit Käsetoast

Für Food-Bloggerin Mareike Pucka darf es nicht nur eine einfache Suppe sein – entscheidend ist das gewisse Extra. Deshalb kombiniert sie die Zwiebelsuppe mit einem krossen Käsetoast.

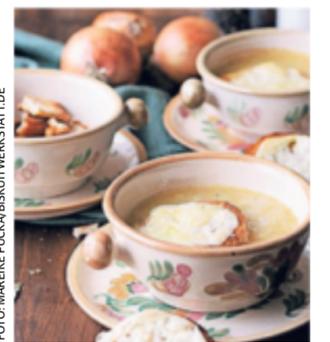
Zutaten (für 2 Portionen als Vorspeise)
 150 g Zwiebelringe (4-5 Zwiebeln je nach Größe), 1 EL Mehl, 30 g Butter, 500 ml Hühnerbrühe, Salz, Pfeffer, 2 Lorbeerblätter, 4 Toastscheiben, 2-3 EL Butter, 50 g geriebener Käse

Zubereitung

■ Die Butter in einen Topf geben und schmelzen.
 ■ Die Zwiebelringe dazugeben und bei geringer Hitze weich dünsten (sie sollen nicht braun werden).
 ■ Das Mehl über die Zwiebelringe geben und gut verrühren.
 ■ Mit der Brühe ablöschen und die Lorbeerblätter dazugeben.
 ■ Aufkochen und 20 Minuten köcheln lassen.
 ■ Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lorbeerblätter entfernen.
 ■ Den Backofen auf 210°C Umluft vorheizen.

■ Aus den 4 Toastscheiben Kreise ausstechen und in einer beschichteten Pfanne mit der Butter von beiden Seiten goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit dem Käse bestreuen.

■ Die Suppe in zwei ofenfeste Schälchen füllen, die überbackene Toastscheibe (die zweite Scheibe kann neben den Schälchen im Ofen überbacken werden) auf die Suppe legen und im vorgeheizten Backofen 8-10 Minuten überbacken, bis der Käse schön gebräunt ist.



Mehr Rezepte unter www.biskuitwerkstatt.de