

# LIFESTYLE



Ab nach Negros – zu Traumstränden, Rhythmen und Abenteuern. > 45

## Auf die inneren Werte kommts an

Spitzenköche entdecken die Innereien als Delikatesse und tischen sie fantasievoll auf

VON SILVIA SCHAUB

Der Zustand unserer Gesellschaft lasse sich bestens daran messen, wie sie mit den Innereien der geschlachteten Tiere umgehe, sagt Metzger Daniel Lehmann aus Bern. Insofern könnte man auch hierzulande noch einiges verbessern. «Denn rund 30 Prozent des Fleisches landen im Abfall – obwohl manches noch sehr geniessbar wäre.» Innereien gehören zweifellos dazu. Ein heikles Thema, denn daran scheiden sich die Geister. Schon beim Gedanken daran dreht sich manchen der eigene Magen um, andere hingegen schwärmen geradezu davon.

«Viele haben Hemmschwellen, aber wenn sie einmal Nieren oder Milke probiert haben, sind sie oft begeistert», stellt der Metzgermeister fest. Deshalb veranstaltet er im Rahmen der Woche der Genüsse zwei Abende (Fr. 13. 9. und Di. 17. 9.) unter dem Motto «Spinnereien mit Innereien». In der Metzgerei Lehmann's präsentiert er beim Aperitif sämtliche geniessbaren Innereien. Küchenchef Nicolas Cavaleri tischt anschliessend im danebenliegenden Restaurant «Entre nous» kleine Häppchen von Niere, Milke, Herz und Co. zur Degustation auf.

«ES GIBT MEHR Gerichte mit Innereien, als man denkt. Ein Filetstück ist dagegen geradezu langweilig», sagt Metzger Lehmann. Das entdecken auch immer mehr Spitzenköche. Der Sternekoch Martin Dalsass vom Restaurant Talvo in Champfèr im Engadin hat auf seiner Karte immer wieder mal Kutteln, Kalbsmilken oder Nierchen stehen.

«Kenner freuen sich, wenn ich jeweils Innereien auf-tische», sagt der gebürtige Südtiroler. Zum Beispiel wenn er ihnen Kuttelsalat mit Steinpilzen und Gemüsestreifen (siehe Rezept) oder paniertes Hirn auf Spinatbeet und weissen Trüpfeln auf-tischt. Manchmal gibts bei ihm auch gefüllte



Innereien sind in der Spitzenküche angekommen.

MARCEL STUDER SALZ & PFEFFER

### ■ KUTTELSALAT MIT STEINPILZEN UND GEMÜSESTREIFEN

**Für 4 Personen**  
500 g gekochte Kutteln (Blättermagen)  
60 g Gemüse-Julienne (Karotten, Lauch, Sellerie, Zucchetti)  
60 g Steinpilze  
1 l Hühnerbouillon  
Weissweinessig  
Blattsalat  
Leichtes Olivenöl  
Blattpetersilien

**Zubereitung**  
Die Kutteln fein schneiden, in der Hühnerbouillon mit etwas Essig 40 Minuten kochen, abgieben. Gemüse-Julienne in Olivenöl kurz anschwitzen und würzen. Steinpilze fein schneiden, ebenfalls heiss in Olivenöl leicht anbraten.  
Mit den Kutteln alles ver-

mischen, mit Olivenöl, Essig, fein gehackter Petersilie, Salz und Pfeffer abschmecken.

**Anrichten**  
Auf einem Teller pyramidenförmig anrichten. Mit dem abgeschmeckten Blattsalat dekorieren.

Rezept: Martin Dalsass

Schweinsfüsse oder Hirschleber, «wenn ich welche ganz frisch erhalte».

Auch Stefan Wieser vom «Freieck» in Zürich ist ein Liebhaber von Innereien. Jeweils im Frühling (oder auf Vorbestellung) kommen bei ihm Milke, Nierchen oder Kalbshirn auf den Tisch. «Innereien sind nicht schlechter als andere Tiererteile, sie brauchen einfach mehr Zeit und Aufwand beim Kochen», sagt er. Vor 2 Jahren hat er damit angefangen und stellt fest, dass die Nachfrage gross ist, «sowohl bei Männern wie auch bei Frauen».

**GERADE KALBSHIRN**, ansonsten kaum mehr zu bekommen, ist für ihn eine Delikatesse. Zuerst pochert er es in einem Sud aus Karotten, Sellerie und einem Schuss Weisswein oder Essig, lässt es über Nacht auskühlen und ziehen. Dann wird das Hirn geschält, paniert und wie ein Schnitzel ausgebacken. «Köstlich!», schwärmt er. Dazu serviert er Gemüse, Nudeln mit Tomatensauce oder Salat.

Die neue Freude der Spitzenköche an den Innereien könnte dazu verhelfen, dass das schlechte Image der Eingeweide bald Vergangenheit ist. Denn so viele Schadstoffe, wie ihnen oft nachgesagt wird, haben sie längst nicht mehr. Das liegt unter anderem an der Einführung von bleifreiem Benzin und einer verbesserten Umweltsituation, weiss die deutsche Ernährungswissenschaftlerin Ulrike Gonder. Hinzu kommt, dass Innereien von älteren Tieren gar nicht mehr in den Handel gelangen. Schweine werden meist nur sechs Monate alt, Rinder nicht älter als zwei Jahre, «da sammeln sich weniger Gifte an». Dafür enthalten Leber und Niere viele Mineralstoffe, etwa Kupfer, Eisen, Zink sowie Vitamin A, B und C.

Insofern lohnt es sich, mal über den eigenen Schatten zu springen und dafür mit Herz und Hirn zu essen.

Woche der Genüsse mit Veranstaltungen in der ganzen Schweiz, 12.–22.9., www.gout.ch

### ■ ENTKORKT

#### EINE BOMBE

«Nabumba» (eine Bombe) nennt der Tessiner Starwinzer Enrico Trapletti aus Coldrerio seinen besten und teuersten Wein. Aber ich will mich hier nicht mit diesem zweifellos beeindruckenden Bombenwein beschäftigen, sondern mit dessen grossem Bruder, dem «Nebbiolo». Schon immer hat mich nämlich die Frage beschäftigt, warum man im Tessin keinen Nebbiolo anbaut, wo doch links und rechts, im Piemont und Veltlin, dieser eindeutig die Leitsorte ist. Eine Antwort habe ich anlässlich der von Ticinowine alljährlich am ersten Septembermontag in Lugano durchgeführten Weinpräsentation «Il viso del vino» (Das Gesicht des Weins) erhalten. Für Enrico Trapletti steht nämlich ausser Frage, dass vor der Reblauskatastrophe zu Beginn des letzten Jahrhunderts und der nachfolgenden Einführung des Merlots der Nebbiolo und andere Sorten aus dem Piemont im Tessin allgegenwärtig waren. Und bereits 1999 fasste er die Idee, die Primadonna unter Italiens Rebsorten ins Tessin zurückzuholen. 2001 pflanzte er die ersten Rebstöcke, nachdem er beim Nebbiolo-Übervater Elio Altare in La Morra Rat eingeholt hatte. Vier Jahre später begann er mit den ersten Vinifikationsversuchen, die ihn aber noch nicht ganz befriedigten. Erst 2009 fand er zu seinem eigenen Stil, der sich durch unnachahmliche Eleganz und Finesse auszeichnet.

Der **Nebbiolo 2010** leuchtet in mittlerem jugendlichem Rot, verströmt Aromen von Kirschen und Veilchen mit dezenten Barriquenoten und besitzt eine mittlere Fülle mit präsender Säure, feinem, strengem Tannin und langem Abgang. Ein ziseliertes Wein für wahre Nebbiolo-Liebhaber. Wer es üppiger mag, wird die «Bombe» bevorzugen, die neben Nebbiolo auch Merlot, Arinarnoa, Cabernet Franc und Sauvignon sowie weitere Sorten enthält und sicher viel eher dem gängigen Zeitgeschmack entspricht. Allerdings hat dieser auch seinen Preis (18 Punkte, Fr. 111.–). ANDREAS KELLER



#### NEBBIOLO 2010

**Produzent:** Tenuta Vitivinicola Trapletti, Coldrerio  
**Herkunft:** Tessin  
**Appellation:** Svizzera italiana IGT  
**Rebsorte:** Nebbiolo  
**Beste Trinkereife:** jetzt bis Ende 2020  
**Passende Gerichte:** Salami, Risotto, Coniglio  
**Bewertung:** 17,5 Punkte  
**Bezugsquelle:** Tenuta Vitivinicola Trapletti, Via Mola 34, 6877 Coldrerio, Tel. 091 646 03 61, traplettivini@ticino.com, Fr. 39.–

### ■ AUFGETISCHT

## Zurück zu glorreichen Zeiten

**RESTAURANT NOCTURNE, SCHLOSS BRUNNEGG, KREUZLINGEN**  
Nietzsche war hier, Sigmund Freud ebenfalls, und Heinrich Hoffmann soll im Turmzimmer seinen «Struwwelpeter» vollendet haben. Nach diesen glorreichen Zeiten geriet das etwas ausserhalb von Kreuzlingen gelegene schmucke Schösschen ziemlich in Vergessenheit. Das wird wohl nun schlagartig ändern, denn seit Kurzem sorgt hier ein junges deutsches Duo für Furore: Restaurantleiter Thomas Haist steht einem Service vor, der mit seiner klassischen Perfektion in jedem Dreisternelokal gute Figur machen würde. In der Küche zaubert Joachim Fecht, was das Zeug hält. «Wir wollen einen Stern und 18 GaultMillau-Punkte», sagt Pächter Joachim Hirling dazu. Das ist nicht halb so unbescheiden, wie es scheinen mag. Bereits die Amuse-Bouches sind besser als in manchen Punkterestaurants das ganze Menü. Unser Favorit im opulenten Abendmenü: Ein perfekt gegartes Hirschkalb mit Macadamia-Nüssen, Wirsing, Ebly und Tamarillo. Oder die leicht experimentelle, aber tadellos sitzende Kombination aus Entenstopfleber, Mais und Süssholz. Kein Zweifel, wir sitzen hier in einem der besten Restaurants der Ostschweiz. Es wird wohl auch nicht mehr lange ein Geheimtipp sein. STEPHAN THOMAS



Küchenchef Joachim Fecht vom Restaurant Nocturne im Schloss Brunegg, Girsbergstrasse, 8280 Kreuzlingen. Tel. 071 672 36 36, www.restaurantnocturne.ch. Geöffnet: Di–Sa 18–24 Uhr.

**KÜCHE** Klassische, kreative Spitzenküche  
**SERVICE** Hohe Schule, dennoch unverkrampft  
**AMBIENTE** Baudenkmal, behutsam aufgefrischt  
**PREISE** Menüs von 3–7 Gängen Fr. 88.– bis Fr. 165.–

### ■ SO STIMMTS



Corinne Staub ist Image-Beraterin in Zürich und Autorin der Bücher «Dressguide», «Imagefaktor» und «So stimmt's»

Darf ich an der Kasse beim Grossverteiler mit der Kreditkarte bezahlen, auch wenn ich nur ein Getränk kaufe?

**WENN SIE EIN PAY-PASS-Bezahler sind**, auf jeden Fall. So können Sie Beträge bis 40 Franken bezahlen, ohne einen Code einzugeben oder zu unterschreiben. Das ist bis zu 60 Prozent schneller als die Barzahlung. Somit werden die Leute hinter Ihnen in der Warteschlange dankbar sein. Falls nicht, dauert das Unterschreiben oder Code eingeben eine gewisse Zeit und es entsteht unnötige Wartezeit für die anderen Kunden. Glücklicherweise sind die neuen Kreditkarten mit einem Code ausgestattet, was gegenüber der Unterschrift schneller geht. Aus Rücksicht empfehle ich, das nötige Kleingeld bereits griffbereit zu haben, wenn Sie zur Kasse kommen. Das erspart Zeit und letztlich auch Gebühren.

Stellen Sie Ihre Fragen unter [sostimmts@schweizamsonntag.ch](mailto:sostimmts@schweizamsonntag.ch)