

LIFESTYLE



Der Skischuh, der an jeden Fuss passt, und edle Winter-Accessoires. > 52

Wer feine Wurzeln liebt, kommt im Winter voll auf seine Rechnung. Besonders die Stachys finden immer mehr Liebhaber.

VON SILVIA SCHAUB

Lange wurden sie unterschätzt, ja fast vergessen: die Wurzelgemüse. Nun, mit der Wiederentdeckung alter Sorten, bekommen auch sie wieder Aufwind: knorrige Pastinaken, würzige Petersilienwurzeln, süssliche Kerbelrüben – und nussige Stachys.

Stachys, die kleinen, zarten Gemüseknöllchen, mögen vielleicht den einen oder andern auf den ersten Blick etwas abschrecken. Ja, sie erinnern tatsächlich etwas an Engerlinge oder ungeschälte Krevetten. So gewöhnungsbedürftig ihr Aussehen auch ist, geschmacklich überzeugen sie jeden Skeptiker.

Feinschmecker wie Albi von Felten vom Restaurant Hirschen in Erlinsbach haben die Qualitäten der Stachys längst entdeckt. Sie schwärmen von den delikaten Aromen, die aus nussigen, artischockenähnlichen und selbst zitrusartigen Komponenten bestehen. «Ich mag sie roh ebenso wie zubereitet», schwärmt der Verfechter für die Terroirküche.

DAS EDELGEMÜSE lässt sich wirklich sehr einfach zubereiten. Schlicht in einer Gemüsebrühe blanchiert und anschliessend in etwas Butter glasiert, schmecken sie vorzüglich. Man kann daraus auch einen Gratin zubereiten, wie es Annemarie Wildeisen vorschlägt. Mit etwas Parmesan und Paniermehl überbacken und schon hat man ein gesundes Gericht zubereitet. Im Buch «Blaue Schweden, grüne Zebra, roter Feurio» von Martin Weiss und Albi von Felten (AT-Verlag) findet man auch Rezepte für Stachys-Pralinen oder einen Salat mit frischen Sprossen (siehe Rezept).

Kein Wunder finden die geheimnisvollen Knöllchen nicht nur bei Gourmet-Köchen reissenden Absatz. Das wiederum ist auch ein Problem: Denn Stachys gibt es nicht wie Sand am Meer. Ihr Anbau ist ein zeitaufwendiges Unterfangen, die Ernte mühsam. Die Stachys, auch Knollenziest genannt, müssen mit einer speziellen Stechzange von Hand geerntet werden.

DESHALB WIRD das Wintergemüse, das von November bis März angeboten wird, wohl kaum je beim Grossverteiler zu haben sein. Denn was dort angeboten wird, muss sauber gereinigt sein. Und gerade das vertragen die Stachys schlecht. Werden die zarten Würzelchen zu früh geputzt, verlieren sie ihre Knackigkeit und werden schwammig.

Zurück zu den Wurzeln

Die zarten Gemüseknöllchen Stachys sind eine wahre, aber rare Delikatesse



Liebling der Feinschmecker: Das zarte Wintergemüse Stachys.

MARTIN WEISS, URCHUCHI, AT VERLAG AARAU



JAPANISCHE KARTOFFEL

Stachys sind die Wurzeln des Knollenziests und werden auch Japanische Kartoffel oder Chinesische Artischocke genannt.

So ist es also gar nicht so einfach, an die Spezialität zu gelangen. Es gibt hierzulande auch nur ein paar wenige Landwirte, die auf diese Delikatesse setzen. So zum Beispiel Fritz Berger auf seinem Hof in Fahrni bei Thun oder die Familie Zweidler in Boppelsen. Eher als Hobby betreibt Marcel Bürge aus Wil SG den Stachys-Anbau. 20 bis 50 Kilogramm erntet er pro Jahr und beliefert damit seine Stammkunden. «Die Pflanzen wachsen zwar sehr gut und sind unproblematisch», erklärt Bürge. «Sie brauchen aber sandige Erde und genügend Nährstoffe, damit sie gut gedeihen.» Die nesselähnlichen Pflanzen aus der Familie der Lippenblütler werden 30 bis 45 cm hoch. In der Erde bilden sie unterirdische Ausläufer, die sich an den Enden perlenschurartig zu Knöllchen verdicken.

MIT ETWAS GEDULD und Experimentierfreudigkeit kann man die Exklusivität auch selbst anbauen. Falls man im Garten ein Beet anlegt, muss man allerdings mit Konkurrenz rechnen, denn auch Mäuse lieben die zarten Würzelchen.

STACHYSSALAT IM SPROSSENNEST

600 g Stachys

Salatsauce:
1 Zwiebel
1 Bund Schnittlauch, geschnitten
50 ml Baumnußöl
50 ml Quittenbalsamessig
Salz, Pfeffer aus der Mühle
400 g frische Sprossen

Stachys gut waschen, aber nicht schälen. Zwiebel hacken und mit Schnittlauch, Baumnußöl und Quittenbalsamessig zu einer Sauce verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die rohen Stachys in die Salatsauce geben und mischen. 15 Min. ziehen lassen. Mit den Sprossen in der Mitte der Teller ein Nest bilden und die marinierten Stachys hineingeben. Verbleibendes Dressing über die Sprossen träufeln.

Aus: Blaue Schweden, grüne Zebra, roter Feurio, AT-Verlag

ENTKORKT

TERRAVIN AM ENDE?

«Die Feststellung ist bitter», schreibt Michel Logoz, Doyen unter den Waadtländer Weinpublizisten, im Pressedossier zur 6. Ausgabe der Platin-Lorbeeren von Terravin (www.terravin.ch), die Ende November in Crissier bei Lausanne verliehen wurden: «Einerseits nimmt die Zahl der verkauften Vignetten trotz grosser PR-Anstrengungen kaum nennenswert zu. Andererseits ist das Qualitätslabel Terravin weit davon entfernt, sich in der Welt der Weinkonsumenten durchzusetzen.» Und er gibt gleich eine Erklärung dafür: «Das breite Publikum kann kaum unterscheiden zwischen einem Klassement, das von einer zufällig zusammengewürfelten Jury erstellt wurde, und einer Qualitätsgarantie, die wie im Fall von Terravin von einem erfahrenen Expertengremium verliehen wird.» Ein Teufelskreis: Wenn der Konsument nichts auf ein Qualitätslabel gibt, ist der Produzent auch nicht zu dessen Bezahlung bereit. Ist die 1963 gegründete Qualitätorganisation Terravin nach fünfzig Jahren am Ende? Hoffen wir es nicht. Denn, wie die Ausmarchung der besten Waadtländer Weine letztes Jahr einmal mehr gezeigt hat, leistet Terravin wirklich professionelle Arbeit.

Der platinlorbeerbekrante Sieger **Féchy Délices de Pierrot 2012** von Pierre-Louis et Thierry Mollieux leuchtet in hellem Gelb, duftet dezent nach Lindenblüten mit feinen Hefenoten und besitzt einen mittleren Körper mit präsender Säure, rassischer Struktur und recht langem Abgang. Einen solch eleganten, finessenreichen, lebhaften Wein, der zudem mit Fr. 8.80 nur gerade einen Pappenstiel kostet, muss man zuerst einmal (blind) herausfiltern aus der Fülle von teilweise viel renommierten Mitbewerbern, die ihn bei all den Degustationsrunden jederzeit aus dem Rennen werfen könnten! Michel Logoz hat sicher recht, wenn er sagt: «Die vornehme Berufung von Terravin verdient Besseres als ein erstklassiges Begräbnis.»



ANDREAS KELLER

FÉCHY DÉLICES DE PIERROT 2012

Produzent: Pierre-Louis et Thierry Mollieux, Féchy
Herkunft: Waadt
Appellation: La Côte AOC
Rebsorte: Chasselas
Beste Trinkreife: jetzt bis Ende 2017
Passende Gerichte: Filets de perche, Malakoffs, Papet vaudois
Bewertung: 17 Punkte
Bezugsquelle: Pierre-Louis et Thierry Mollieux, Féchy-Dessus 10, 1173 Féchy, Tel. 021 808 66 97, www.mollieux.ch, Fr. 8.80.

AUFGETISCHT

Ruheoase hinter den Gleisen

RESTAURANT VERANDA, BERN

Kaum zu glauben, dass man nur ein paar Schritte hinter dem pulsierenden Berner Hauptbahnhof auf eine solche Ruheoase stösst. Zwischen Miethäusern versteckt sich hier in einem kleinen Park das Restaurant Veranda in der ehemaligen Villa eines Seidenfabrikanten, das früher auch schon Hotel und später Altersheim war. Nun weht ein frischer Wind, seit das Restaurant von einem Dreier-Team geführt wird. Das Interieur ist hell und schlicht, historische Elemente werden mit modernem Design kombiniert. Der Gast wählt aus einer kleinen, häufig wechselnden Karte mit Gerichten, die saisonal und regional ausgerichtet sind. So stehen gerade Kürbisravioli im Kastanienteig oder Fonduta piemontese mit Topinambur auf der Abendkarte des neuen Küchenchefs Max Zwahlen.

Wir besuchten das «Veranda» allerdings über Mittag und wurden trotz hektischem Betrieb freundlich und speditiv bedient. Wir genossen das Mittagmenü für Fr. 24.– mit einer ausgezeichneten Sellerie-Süßmost-Suppe und einem frischen Salat mit gutem Dressing. Der Hauptgang, Rindsragout mit Polenta, schmeckte vorzüglich, auch wenn nicht alle Fleischstücke gleich durch waren. SILVIA SCHAUB



Küchenchef Max Zwahlen und die Gastgeberinnen Sandra Christeller und Daniela Hartung vom Restaurant Veranda, Schanzeneckstrasse 25, Bern. Tel. 031 305 21 80, www.veranda-bern.ch. Geöffnet: Mo–Fr 11–23 Uhr.

KÜCHE Vorwiegend biologische und stets saisonale Gerichte
SERVICE Freundlich, in Stosszeiten fehlt manchmal die Übersicht
AMBIENTE Hell, schlicht und mit schöner Aussicht
PREISE Günstige Mittagmenüs, Hauptgerichte ab Fr. 32.–

SO STIMMTS



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

Darf man im geschäftlichen Bereich die Anrede «Liebe Frau ...» anwenden oder ist das zu privat?

GERADE IN DER HEUTIGEN, doch etwas anonymen «Hallo»-Zeit, versuchen viele Firmen ihre Kunden mit einem «Lieber Herr Meier ...» etwas persönlicher anzuschreiben, um so mehr Aufmerksamkeit zu erreichen. Diese wie auch der Gruss «Guten Tag Frau Birchmeier ...» gehören zu den aufgelockerten Anreden in Geschäftsbriefen und werden gerne anstelle der förmlicheren, jedoch immer korrekten Form «Sehr geehrte ...» verwendet. Ein Richtig oder Falsch gibt es hier nicht; das ist vielmehr eine Frage Ihres persönlichen Stils. Wichtig dabei ist wie überall, dass Sie Ihre Linie haben und diese konsequent durchziehen. Also brauchen Sie nicht mit «Liebe Frau xy» zu antworten, wenn Ihnen das nicht zusagt.

Stellen Sie Ihre Fragen unter sostimmts@schweizamsonntag.ch