

DER FEINSCHMECKER

DAS LEBEN GENIESSEN: REISEN + ESSEN + TRINKEN

WOW!

Spitzenküche wird weiblich:
Junge Köchinnen mischen
die Gourmetszene auf

TRENDREPORT 2021

Der umfassende Guide
für Genießer mit
allen Food-Neuheiten

RIESLING CUP
Alle Sieger-Weine
unseres großen
Wettbewerbs

GEFILTERT
Die besten neuen
Kaffee-Entdeckungen



Alle Hotels
und Restaurants
getestet
und bewertet

Backen wie in Italien

Sonne satt mit Limoncello-Tarte, Cassata,
Cannoli, Tiramisu-Törtchen – süße Rezepte



E 15,50 €
P (cont.) 15,50 €
DK 129,95 DKK

BeNeLux 13,30 €
F 15,50 €
I 15,50 €

D 11,90 €
A 12,40 €
CH sfr 23,40

DER FEINSCHMECKER
Ausgabe 4/2021



Schlemmen am Münster

TEXT JONAS MORGENTHALER, KALLE HARBERG FOTOS VOLKER RENNER

Auf dem Freiburger Münstermarkt verkaufen erstklassige Erzeuger ihre Ware am eigenen Stand – von Käsekuchen bis Schwarzwälder Schinken. Wir stellen einige vor. Plus: die 5 besten deutschen Märkte

Am Anfang war die Frucht. Ireneus Frost arbeitete in einem Supermarkt, er durfte nach Feierabend Obst mitnehmen, das sonst im Abfall gelandet wäre. Es war sehr viel Obst, und Frost fing an, Konfitüre zu kochen, verschenkte sie an Freunde. Und die wollten mehr, bestellten bald nach. Als er sich nach einem Jobwechsel und einer unglücklichen Probezeit wieder auf die Suche nach einer Aufgabe machte, fand er sie an seinem Herd: Mehr als 150 Gläser Konfitüre hatten Freunde bereits vorbestellt, viele wollten sie auch zu Weihnachten weiterverschenken. Mit 23 Jahren und 3000 Euro Startkapital machte sich Ireneus Frost selbstständig. Er mietete eine Küche an, kochte zehn verschiedene Konfitüren ein und begann, sie auf dem Münstermarkt zu verkaufen.

Dreizehn Jahre später hat Frost um die 300 Sorten kreiert und sein Sortiment um Essig, Senf und Sirup ergänzt. Mit einem kleinen Team verarbeitet er in einer Produktionsküche im Norden der Stadt immer jene Zutaten, die gerade Saison haben. Vieles kauft er von Bauern in der Region, etwa Holunderbeeren oder Kirschen. Zitrusfrüchte oder Mangos bezieht er über einen Obstgroßhandel für die gehobene Gastronomie.

Ireneus Frost liebt das Einkochen – so sehr, dass er sich einen Messbecher mit Rote-Grütze-Konfitüre auf den Unterschenkel hat tätowieren lassen. Kompromisse bei der Qualität macht er nicht, was seinem Anspruch nicht genügt, schafft es nicht in sein Sortiment. Jede Menge Auswahl gibt es dennoch, weil Frost immer an neuen Kreationen tüftelt. Inspiration holt er sich aus seiner Kochbuchsammlung, gern bei Desserts. Findet er eine spannende Kombination, überträgt er sie, oder wie er es ausdrückt: Er baut sie nach. Gewürze verwendet er eher wenige, lieber macht er Kräuterauszüge, um etwa Zitronensirup mit Basilikum zu verfeinern. Sein jüngstes Produkt ist eine Konfitüre mit Kirschen und Brombeeren. „Die ergänzen sich so schön“, sagt er.

Manchmal muss er lange experimentieren, bis er zufrieden ist. Einmal hat er mit seinem Team gewettet, dass er eine gute Marmelade mit Campari hinkommt. Mit



Fein komponiert: Über 300 Sorten Konfitüre, etwa das Gelee mit Badischer Holunderblüte, hat Ireneus Frost bislang eingekocht

Grapefruit hat es nicht funktioniert, mit Limette auch nicht. Die Blutorange hat ihn schließlich überzeugt. Das Gelee war bei den Kunden gleich erfolgreich. Doch auch sein Talent zum Einkochen kennt Grenzen: Mit der Gurkenkonfitüre etwa hat es dann doch nicht geklappt. Sie schmeckte einfach nicht.

www.ireneus-frost.de

DEMETER-GÄRTNEREI PILUWER

Wenn Horst Ritter in einem Gewächshaus für Tomaten eine Blume sieht, freut er sich. Wirtschaftlich macht sie keinen Sinn, ebenso wenig wie der zufällig aufgegangene Mangold neben den Gurken. Doch die Fremdlinge bleiben stehen, „einfach, weil es schöne Pflanzen sind“, sagt Ritter. Das erfreue die Mitarbeiter, und das wirke sich positiv auf die Gemüsekulturen aus. Gute Stimmung für besseres Gemüse? „Wissenschaftlich ist das natürlich nicht haltbar“, sagt Ritter und lacht.

Horst Ritter gehört zu den vier Pionieren, die vor rund 25 Jahren eine Demeter-Gärtnerei gegründet und nach den Anfangsbuchstaben ihrer Nachnamen „Piluweri“ genannt haben. Umgeben von Monokulturen, etwa Mais- oder Spargelfeldern, haben sie einen Garten der Vielfalt

„Sahne, Quark, Zitronensaft, Ei, Vanillepudding und viel Liebe stecken in den Käsekuchen.“ **Stefan Linder**

Es ist eine Kunst, Käsekuchen perfekt und ohne Risse zu backen. Das Geheimnis, so Stefan Linder, ist die richtige Temperatur



geschaffen. Nach den Grundsätzen des Demeter-Verbands ist ein Hof ein lebendiger Organismus, in dem alles ineinandergreift. Funktionieren soll er möglichst wie ein geschlossener Kreislauf. Und so steht auch eine kleine Rinderherde auf einem der Brachfelder. Damit sich der Boden regenerieren kann, ist darauf gerade Klee angebaut. Er durchwurzelt die Erde, wird von den Tieren gefressen – deren Mist wiederum dient als Dünger.

Der Gemüseanbau bei Piluweri ist komplex: Alle Pflanzen stehen im Boden und nicht in Nährlösungen, auf 40 Hektar wachsen rund 70 verschiedene Kulturen. Da freuen sich die Gärtner über den Klimacomputer, über den sie Feuchtigkeit, Wärme und Lichteinfluss in den Gewächshäusern steuern können. Doch dafür müssen sie die Bedürfnisse der Pflanzen genau kennen und beobachten, was sonst so krecht und fleucht. Pestizide sind verboten, und so helfen gegen allzu viel Unkraut im Gewächshaus ein Sportrasen und unter den Pflanzen Mulchschichten aus Silage. Gegen Schädlinge lassen sich die richtigen Nützlinge einsetzen.

Ein Mitarbeiter kümmert sich nur um den Kompost – eine zentrale Zutat, wenn es um gute Böden geht. Für

neues Saatgut blühen auf zwei Hektar Fläche Gemüse, Blumen und Kräuter. Die Sorten sind samenfest, können also über viele Generationen verwendet werden, ohne dass sich die Eigenschaften groß ändern.

Piluweri ist Teil des gemeinnützigen Netzwerks „Kultursaat e. V.“. Horst Ritter sagt: „Die Sorten sind kein Eigentum, sondern eine Verantwortung, die wir eine Weile tragen und dann an die nächste Generation weitergeben. Alle, die damit arbeiten wollen, sollen das auch tun.“ Neun neue Sorten sind bisher bei Piluweri entstanden. Für die Tomate Tica, den Lauch Avano oder die Paprika Pantos wurde jahrelang selektiert, beobachtet und gekostet. Bei der Suche nach dem idealen Geschmack hilft die Mittagspause: Für die Mitarbeiter wird täglich gekocht – mit frischen Zutaten vom Feld.

www.piluweri.de

STEFANS KÄSEKUCHEN

Als Stefan Linder sich zum ersten Mal auf den Münstermarkt stellt, hat er keinen Job, keine Ersparnisse und keine eigene Wohnung. Er ist damals Anfang 30, und all seine Hoffnung ruht auf einem Rezept, das zeitlos ist und schon immer erfolversprechend war: eins für Käsekuchen. Es stammt von der Verpächterin der Rappenecker Hütte, die auf mehr als 1000 Metern im Schwarzwald liegt. Erst haben Linders Eltern die Hütte bewirtschaft-

tet, dann einige Jahre lang er selbst. Das Kuchenrezept gehörte sozusagen zum Inventar und gelangte über seine Mutter zu ihm. Dort im Schwarzwald brachte er sich selbst bei, wie der Kuchen am besten gelingt.

Die Hütte verließ Linder, weil er in seinem Leben noch etwas anderes machen wollte, aber unten im Tal konnte er trotz seiner Ausbildung als Hotelfachmann nicht Fuß fassen. Er arbeitete als Barkeeper, Skilehrer und Kellner, dauerhaft wollte er so nicht weitermachen. Es war ein Freund, der ihn davon überzeugte, das alte Erfolgsrezept zur Hand zu nehmen und sich ganz dem Käsekuchen zu widmen. Linder kaufte im großen Stil Zutaten ein und buk in der Restaurantküche einer befreundeten Familie nachts 43 kleine, kompakte Kuchen.

Mit einem Tisch und einem Sonnenschirm stellte er sich auf den Münstermarkt, ließ die Besucher probieren und hatte am Abend alles verkauft. Er kaufte in noch größerem Stil ein, backte in der nächsten Nacht 47 Kuchen, in der dritten 97 und verkaufte wieder alles. Linder bewies Ausdauer, gewann viele Stammkunden. Als seinem Kuchengeschäft das Ende drohte, weil er kein ausgebildeter Bäckermeister ist, bekam „Stefans Käsekuchen“ von der Handwerkskammer eine Sondergenehmigung: die Lizenz zum Käsekuchenbacken.

Gut 18 Jahre später führt Stefan Linder durch seine Produktion in Ebringen, südlich von Freiburg. „Wir sind seit Beginn konstant gewachsen“, sagt der Unternehmer, der inzwischen elf Festangestellte und etwa 25 Aushilfen beschäftigt. Mittlerweile macht er jährlich über zwei Millionen Euro Umsatz und plant gerade eine neue Fertigungsanlage im Nachbarort. Der Betrieb produziert nach wie vor ausschließlich Käsekuchen, in der Woche um die 6500 Stück, die es in sich haben: Sie überzeugen mit einem üppigen Sahne-Quark-Aroma, sind weder zu süß noch zu sauer. Inzwischen gibt es Varianten mit Mohn, Rosinen, Mandarinen, Kirschen – ein Erfolgsrezept.

www.stefans-kaesekuchen.de

METZGEREI REICHENBACH

Es gibt so viele Wege, es falsch zu machen: Die Produktion eines guten Stück Fleisches, glaubt Ulrich Reichenbach, ist wie ein Puzzle, bei dem Rinderrasse, Transport und Schlachtung zusammenpassen müssen. Und wenn die Tierhaltung nicht stimme, könne man es sowieso vergessen. „Die Rinder müssen auf der Weide sein“, sagt Reichenbach. Bei ihm passt alles zusammen: Die Metzgerei Reichenbach ist in ihrer Art in Deutschland einzig-



artig, Aufzucht, Schlachtung, Herstellung und Verkauf gehören allesamt zum Betrieb. „Wir haben immer gesagt: Wir wollen unabhängig sein“, erklärt der gelernte Landwirt und Metzger. Auf etwa 1200 Hektar im Glottertal nordöstlich von Freiburg halten Reichenbach und die Landwirte, mit denen er arbeitet, rund 900 Rinder, vor allem Angus, Hinterwälder und Limousin. Zwei Jahre dürfen die Tiere hier im Schnitt grasen, werden groß allein durch das auf den eigenen Höfen erzeugte Futter. Dann werden sie geschlachtet, und ihr Fleisch wird in einem von vier Läden und zwei Marktwagen verkauft. Alle Stationen, von der Weide bis zum Schlachthof, befinden sich in einem Umkreis von 50 Kilometern.

Ein konventionelles Biosiegel trägt der Betrieb derzeit nicht, zu kompliziert sei es, alle Partner und Prozesse zertifizieren zu lassen, sagt Reichenbach. „Nachhaltiger, als wir es sind, geht’s gar nicht“, behauptet er aber selbstbewusst. 2014 bekam die Metzgerei zumindest schon

Piluweri setzt auf Vielfalt und Demeter-Grundsätze. Rund 70 Kulturen wie Karotten und Paprika wachsen auf 40 Hektar ganz ohne Pestizide



Bei Einheimischen und Touristen beliebt: Der Markt findet von Montag bis Samstag jeweils vormittags rund um das Münster statt

mal von der Freiburger Handelskammer den Sonderpreis für Nachhaltigkeit und Umwelttechnik.

Eröffnet hat die Metzgerei Ulrichs Vater Max Reichenbach. Sau-Max nannten sie ihn, weil er eine der größten Schweinemäster Süddeutschlands war und oft Schweine bei ihm auf der Rückbank oder im Anhänger mitführen – bis er 1960 die Metzgerei seines Lehrmeisters erwarb und auf Rinder umsattelte. Schon als Kind musste Ulrich Reichenbach sich nach der Schule um das Vieh kümmern. Er war erst 22 Jahre alt, als er die Metzgerei übernahm. Die Produktionskette erweiterte er Schritt für Schritt und nicht ohne Schwierigkeiten. Nach drei Jahren hatte er mehr als sieben Millionen Euro Schulden. Nachhaltigkeit war noch lange kein so großes Thema, aber Reichenbach glaubte an sein Konzept. Und behielt Recht. Heute hat die Metzgerei einen großen Vorsprung gegenüber Betrieben, die es ihm gleichtun wol-

len. Die Würste verkaufen sich so gut, dass sie rund um die Uhr in einem Automaten vor der großen Filiale im Glottertal zu haben sind. Und der Schwarzwälder Schinken ist einer der wenigen, der seinen Namen noch verdient, „bei unserem ist auch das Schwein aus dem Schwarzwald“, sagt Reichenbach mit einer Portion Stolz. „Der wird gemacht wie vor 200 Jahren.“

Seit zwölf Jahren lässt Reichenbach wieder Schweine züchten, so wie einst sein Vater, und auch Geflügel soll dazukommen. Neben dem Tagesgeschäft organisiert die Metzgerei Veranstaltungen wie ein kostenloses Weihnachtsessen für Menschen, die alleine sind, oder ein jährliches Fest zum Almbetrieb. Für letzteres haben Reichenbach und sein Team einmal die angeblich längste Wurst der Welt verkauft: 1600 Meter Lyoner, zum leichteren Transport auf eine Kabeltrommel gewickelt.

Reichenbach verbringt 90 Prozent seiner Arbeit mittlerweile im Büro, obwohl er lieber draußen wäre. Aber alle zwei Wochen, wenn die Rinder zum Schlachter müssen, springt er doch mal in den Laster oder stellt sich mit dem Marktwagen vor das Münster, um sein Fleisch selbst an die Freiburger zu verkaufen. „Weil ich das brauche“, sagt er. „Das ist für mich wie Urlaub.“ www.metzgerei-reichenbach.de

SCHLOSSBERGPILZE

Wenn im Sommer die Sonne über der Stadt glüht, kühlen sich die Bewohner des Waldsee-Viertels gerne in der Dreisam ab. Peter Metzger hat da eine andere Methode: Er öffnet nicht weit vom Fluss entfernt die Türe seines Bunkers und geht in feuchter Kälte arbeiten. „An heißen Sommertagen ist das wie ein Jungbrunnen“, findet er.

Schon seit fast 30 Jahren ist er Pächter des Bunkers, eines Relikts aus der Zeit des Nationalsozialismus. Ein rund hundert Meter langer Gang führt in den Hirzberg, eine Erhöhung gleich neben dem bekannten Schlossberg. Gänge zweigen ab ins dunkle Nichts, ein breiter Tunnel aber ist beleuchtet: Hier züchten Peter Metzger und seine Tochter Stefanie Pilze. „Der Bunker hat ein eigenes Mikroklima“, sagt Metzger. „Es herrschen konstant um die zehn Grad Celsius bei einer Luftfeuchtigkeit von 80 bis 90 Prozent.“ Das Substrat für die Aufzucht, eine Mischung aus Pferdemist und Pilzbrut, lässt sich Metzger in großen Kisten liefern. Weil sich das eigentliche Pilzgewebe, das Myzel, nach einer Weile darin nicht weiter ausbreiten kann, entwickelt es zur Sporenbildung überirdische Fruchtkörper – das, was dann in der Pfanne lan-



det. „Im Stollen schießen die Pilze nicht aus dem Boden, sondern wachsen besonders langsam“, erklärt Peter Metzger. Das mache sie aromatischer.

Am Marktstand vor dem Münster verkaufen die Metzgers bis zu 20 verschiedene Sorten. Aber nur die braunen Champignons züchten sie selbst. So kommen sich die Pilze nicht in die Quere: „Shiitake-Sporen etwa bringen Champignon-Kulturen sofort zum Erliegen“, sagt Metzger. „Das geht nicht zusammen, auch wenn man sie weit auseinanderstellen würde.“

Peter Metzger arbeitete noch als Bauingenieur in Berlin, als seine Leidenschaft für Pilze erwachte. Er war so fasziniert von diesen Lebewesen, die botanisch weder Pflanze sind noch Tier, sondern eben Pilze, dass aus einem Zuchtkasten im Keller ein Anbau am Haus wurde und aus dem Hobby schließlich ein Beruf. Ein anderer Züchter gab ihm den Tipp mit dem Bunker bei Freiburg. Jeden Tag schaut er nach seinen Pilzen, und das hat auch mit seiner zweiten Leidenschaft zu tun: Klangschalen. „Ich bin gar nicht esoterisch veranlagt“, stellt er klar. Aber die Schalen hätten ihm gesundheitlich geholfen, also dachte er, dass sie vielleicht auch den Pilzen helfen. Auf jede Kiste hat er eine gestellt, regelmäßig schlägt er sie an, um ungewollten Schimmel zu unterdrücken.

www.schlossbergpilze.de

„Unser Schwarzwälder Schinken ist einer der wenigen, der seinen Namen noch verdient.“ Ulrich Reichenbach



Der Schwarzwälder Schinken von Reichenbach entsteht wie vor 200 Jahren. Stefanie Metzger und ihr Vater Peter sind die Pilz-Spezialisten des Marktes

5 DER SCHÖNSTEN WOCHENMÄRKTE

ISEMARKT 200 Stände reihen sich dienstags und freitags unter einer Hochbahnbrücke in **Hamburg-Eppendorf** aneinander. www.isemarkt.com
VIKTUALIENMARKT Die Stände in der **Münchner Altstadt** haben werktags ganztägig geöffnet. Sie bieten bayerische ebenso wie exotische Spezialitäten. www.viktualienmarkt-muenchen.de
KLEINMARKTHALLE FRANKFURT In dem überdachten Wochenmarkt gibt es wochentags Lebensmittel und Imbiss-Stände. www.kleinmarkthalle.de
CARLSPLATZ An mehr als 60 Ständen werden in der Altstadt in **Düsseldorf** werktags Lebensmittel und Delikatessen angeboten. www.carlsplatz-markt.de
EXERZIERPLATZ Mittwoch- und samstagsvormittags findet der Markt in **Kiel** statt, bei dem rund 100 Händler ein vielfältiges Angebot präsentieren. 