

Simpel und effektiv

Beim **FLAVOUR-PAIRING** lassen Sterneköche in der Region Aromen aufeinandertreffen

Wie kreierte ich Gerichte mit Wow-Effekt? Darum geht es – kurz gefasst – beim Flavour-Pairing. Das Spiel mit den Aromen ist eine der spannendsten Trend-Disziplinen der zeitgenössischen Küche.

SVEN MEYER

Scheinbar nicht zusammenpassende Kombinationen wie Vanille mit Jakobsmuschel, Pfirsich mit Rindfleisch, Tonkabohne mit Leber oder Gambas mit Marzipan entpuppen sich als Geschmackserlebnisse. Was seinen Ursprung zunächst in der Lebensmittelindustrie hatte und dann von der Spitzengastronomie aufgegriffen wurde, ist inzwischen auch bei Hobbyköchen angekommen. Dabei nutzt Flavour-Pairing wissenschaftliche Erkenntnisse: Aromen können in Gruppen mit ähnlichen Eigenschaften zusammengefasst werden. Schon mit ein bisschen Know-how, das durch Kochkurse oder Kochbücher vermittelt wird, kann jeder selbst experimentieren, neue Gerichte erfinden oder Klassiker in völlig neuem Gewand auftischen.

Am Anfang steht die Duftanalyse, denn fast alles, was wir essen, riechen wir zuerst. Jeder, der schon einmal ein Weizenbier getrunken hat, kennt das leichte Bananenaroma in der Nase. Daraus ist das Bananen-Weizen entstanden, was auf der Idee des Flavour-Pairing beruht. „Wenn zwei Lebensmittel denselben Duftstoff haben, kann man sie kombinieren – auch wenn der Kopf sagt, dass sie gar nicht zueinander passen“, erklärt Heiko Antoniewicz, ein Pionier des Flavour-Pairings, und nennt als Beispiel Lachs und Lakritz. „Beide haben dieselben geruchsaktiven Stoffe. Ihnen sind die Salze gemeinsam“, so Antoniewicz.

Die Erfindung des modernen Flavour-Pairings geht auf den britischen Sterne-Koch Heston



Spargelcremesuppe mit Vanille-Tomaten: ein Beispiel für gelungenes Flavour-Pairing aus dem Kochbuch „Aromenspiele“.

FOTO: STEFANIE HIEKMANN/CHRISTIAN VERLAG

Blumenthal zurück, der sich Anfang der 1990er Jahre mit dem Chemiker Francois Benzi zusammensetzte. Dem Briten war beim Experimentieren mit süßen und salzigen Aromen in seinem Restaurant „The Fat Duck“ aufgefallen, dass weiße Schokolade überraschenderweise mit Kaviar besonders köstlich schmeckt. Gemeinsam gingen sie der Sache auf den Grund und entdeckten, dass beide Lebensmittel den Aromastoff Trimethylamin enthalten. Basierend auf dieser Erkenntnis entwickelte Blumenthal zahlreiche scheinbar ungewöhnliche Rezepte mit überlappenden Aromastoffen.

Eine ähnliche Experimentierfreude legte Heiko Antoniewicz an den Tag, der heute als deutscher Aromenpapst gilt. „Als große Herausforderung stellt sich schlussendlich dar, die Gesamtaromen der Zutaten perfekt zu balancieren – das Aroma eines Lebensmittels besteht schließlich nicht nur aus einem einzelnen Aromastoff“, erläutert Antoniewicz. Entscheidend ist, dass die gemeinsame Verbindung als Schlüsselaroma relevant zum Gesamtgeschmackserlebnis bei-

trägt. Nur dann, so der Spitzenkoch, ergebe eine Verknüpfung Sinn. Die begleitenden Getränke vervollständigen das Gesamterlebnis: Kombucha geht beispielsweise sehr gut mit pochiertem Schellfisch und Rhabarber.

Auch in der südbadischen Sterne-Gastronomie wird längst mit Flavour-Pairing gearbeitet, wie Sascha Weiß, Küchenchef der Wolfshöhle in Freiburg, berichtet. „Das gehört fest dazu und ist für mich eigentlich gar nichts Neues“, sagt er und lässt durchblicken, dass er manches auch übertrieben findet: „Ich finde, man sollte auch bei diesem Thema mit Bedacht vorgehen und sich als Koch genau überlegen, ob eine Kombination wirklich Sinn macht oder ob es doch nur ein wildes Gemenge ist, mit dem ich etwas scheinbar Kreatives auf meine Karte setzen will.“ Weiß mag die Kombination von bodenständig-bäuerlichen Gerichten mit edlen Zutaten, deren Aromen harmonisieren. Als Beispiel nennt er Kalbskutteln, die er mit Perigord-Trüffel kombiniert. „Das erdige Trüffelaroma sorgt dabei für einen Aha-Effekt“, schwärmt er.

Auch Steffen Disch, Sternekoch vom Gasthaus Raben in Horben, setzt lieber dezente Akzente beim Flavour-Pairing. Als Beispiel nennt er den Raben-Sommerklassiker „Büffel Bill“. Das ist ein moderner Tomaten-Mozzarella-Salat mit japanischem Dashi-Sud, Schwarzwald-Misopaste aus Lupinen, fermentiertem Knoblauch und Sorbet aus Wasabirauke. Nach dem Prinzip „Schärfe trifft auf süßfruchtiges Aroma“ setzt hierbei vor allem die Wasabi-Rauke den Akzent. „Das ist relativ simpel, aber sehr effektiv und passt einfach“, sagt Disch.

Der Trend, Gerichten das i-Tüpfelchen aufzusetzen, geht indes weiter. So rückt inzwischen das Experimentieren mit verschiedenen Konsistenzen und Aggregatzuständen in den Fokus. Es gilt: Über den Tellerrand schauen und ausprobieren.

► **BUCHTIPPS:** Stefanie Hickmann/Thomas Vilgis: *Aromenspiele*, Christian Verlag (2019), 49,99 Euro. Heiko Antoniewicz: *Flavour Pairing*, Das Spiel der Aromen, Matthes Verlag (2013), 79,90 Euro

GAUMENSCHMAUS & RACHENPUTZER

LA FINCA IN FREIBURG

Wie im Urlaub

So strahlt einer, der sich seinen Lebensraum erfüllen konnte: Seit einem Jahr ist Joe Aligbe Chef in La Finca. Dass er das beliebte Herdmer Lokal einmal übernehmen würde, war nicht absehbar, als er vor 15 Jahren als Spüler dort anfiel. La Finca war von Beginn eine Erfolgsgeschichte mit Markus Puschas mediterraner Küche aus dem Handgelenk – viele Jahre vor der großen Tapas-Welle. Seit Beginn tragen Garten und Veranda der Finca ganz wesentlich zur andauernden Beliebtheit bei, denn man fühlt sich dort wie im Urlaub oder wie bei Freunden daheim. Die Veranda hat jetzt ein festes Dach statt der Markise bekommen und kann auch im Winter genutzt werden, nebenbei entstand so ein Raucherzimmer. In der Küche wird Joe Aligbe, der zuletzt im Castillo in der Wiehre kochte, an seiner alten Wirkungsstätte Bewegung in die Tapas-Auswahl bringen – mit vielen Eigenkreationen im wöchentlichen Wechsel neben den Klassikern Tortilla & Co. So haben wir die Wahl etwa zwischen Kichererbsen mit Serrano oder exotischen, in Orangensaft gekochten süß-scharfen Karotten. Oder Black Eye Beans mit Süßkartoffeln, nach einem afrikanischen Rezept von der Mama. Aligbe, der in den USA aufwuchs, stammt aus Nigeria. So, wie ursprünglich auch die besonders delikaten Schwarzwaugbohnen, deren süßer Geschmack an Erbsen erinnert. Um gut zu schmecken, brauchen sie eigentlich keinerlei zusätzliche Würzung. „Man muss



Joe Aligbe im neu gestalteten Wintergarten. FOTO: SEL

sie vor dem Kochen noch nicht einmal einweichen, sondern nur das Kochwasser zweimal wechseln“, ist der Zubereitungs-tipp von Joe Aligbe, der im übrigen an der mediterranen Ausrichtung der Finca nichts ändern will. Sepia, Dorade und Paella stehen weiter auf der Tageskarte, afrikanische Gerichte sollen nur ab und zu einmal vorgestellt werden. So wird es wohl noch etwas dauern, bis die Gäste von La Finca ein Egipten probieren dürfen, ein Gericht aus gemahlernen Melonenkernen, von dem Aligbes Frau immer so schwärmt.

STEPHAN ELSEMANN

► **LA FINCA**, Stadtstraße 50, Freiburg, Telefon 0761/2967229, www.lafinca-freiburg.de. Jeden ersten Freitag im Monat spanische Live-Musik. Geöffnet Montag bis Freitag 17.30 bis 24 Uhr, Samstag 17.30 bis 1 Uhr, Küche bis 22 Uhr. Sonntag Ruhetag. Eine Reservierung empfiehlt sich.

QUERBEET

FREIBURG Bäume bestimmen beim Waldspaziergang

Ahornbäume und Birken sind leicht zu erkennen, aber wie unterscheidet sich die Buche von der Eiche und die Tanne von der Fichte? Bei einem Waldspaziergang von 14 bis 15:30 Uhr lernen die Teilnehmer heute, 19. Mai, Bäume zu bestimmen und erfahren vieles über ihre spezifische Heilkraft. Start ist beim Waldhaus, Wonnhaldestraße 6, in Freiburg. Teilnahme 3,50 Euro, keine Anmeldung erforderlich. DS

Hinter den sieben Bergen

Ausflugstipp: Eine Frühlingwanderung führt rund um Schweighausen im SCHUTTERTAL

Wer Idylle sucht, wandert am besten dort, wo die Telefonnummern dreistellig sind. Zum Beispiel im Schuttertal, wo die Wiesen offen sind und die Bienen summen. Das von sieben Hügeln umgebene Bergdorf Schweighausen ist das Land's End der Ortenau. An der grünen Grenze zum Breisgau macht nicht das günstige Bier besoffen, sondern die Landschaft, durch die der „Aussichtsweg“ führt. Die Große Runde verläuft über Hinterer Geisberg (13,6 Kilometer), die kleine Runde über Weißmoss (8,8 Kilometer).

Vom Ortskern von Schweighausen geht es ein paar Meter die Hauptstraße hoch, am Fachwerkhäuschen zweigt der Weg links ab, führt über die Schutter und auf den Buckel. Dort ist die Aussicht wie „heile Welt“ und so bleibt es bis zum Schluss. Die auf einem Hügel liegende Lieberatsbergstube (Telefon 07826/719) ist die erste Rastmöglichkeit. Die Preise sind mehr als günstig und ruckzuck sind Parkplatz und Terrasse voll. Tipp für alle Picknicker: Weiter oben am Wald gibt es eine schattige Sitzbank mit ebenso guter Aussicht.

Wieder geht es durch den Wald und danach zeigt sich eine Sze-



Die herrlich offene Landschaft ist den Pferden, Schafen und Kühen zu verdanken, die hier regelmäßig weiden. FOTO: PC

nerie wie aus einem Heimatfilm. Auch wenn die Wanderzeichen rar sind, der „Aussichtsweg“ ist kaum zu verfehlen. Nach einiger Zeit führt er in eine Talsenke und wie um den Wanderer anzukündigen, brüllt eine Kuh so laut, dass selbst der Lahrer weiß, dass der Jägertoni Besuch bekommt. Der Jägertoni-Hof liegt einsam, aber nicht verlassen. Hier gibt es einen Teich, eine Mühle, ein Back- und ein Bienenhau sowie ein fürstliches Bauernhaus. Wer sich rechtzeitig anmeldet, kann bei Familie Kopf auf dem Jägertoni-Hof (Telefon 07826/718)

vespern und für 3,50 Euro Eintritt die Mühle besichtigen.

Wieder geht es am Wald entlang, wieder ist die Aussicht prächtig und schon kommen fünf Häuser ins Blickfeld. Ein Hahn kräht und jemand knattert mit dem Moped vorbei. Eine Frau erklärt, warum es hier so viele Wiesen gibt: „Wir haben alle Kühe, ich habe auch fünf“, sagt sie. Hier sollten Wanderer nicht der Straße abwärts folgen, sondern am Haus mit dem Kreuzfisch rechts vorbei gehen und oben wieder dem Wanderzeichen folgen, bis zur Roberts-kapelle, die

an Sonn- und Feiertagen offen ist. Jetzt geht es schattig bergauf bis zur Landstraße 103. Dort ist die Beschuldigung nicht strein, darum orientiert man sich am besten an der gelben Raute „Lahrer Hütte“. Die 1931 erbaute Hütte wird von rührigen und rüstigen Aktivisten des Lahrer Schwarzwaldvereins in Schuss gehalten. Je nachdem wer Dienst hat, gibt es Mohnschnecken oder Kuchen oder auch Herzhaftes, zu wirklich sehr günstigen Preisen.

Die letzten Kilometer sind wieder vom Feinsten. Der Kirchturn liegt recht Hand und im nächsten Weiler stehen Pferde auf der Koppel, Schafe und Kühe grasen auf den Hängen. Sie sind die Helden dieser Geschichte, denn ohne sie gäbe es hier nur Wald. Der Weg endet am „Dorfladen“ mit Café und eigener Bäckerei. PASCAL CAMES

VÖRSTETTEN

Museumstag im Alamannenmuseum

Unter dem Motto „Zukunft lebendiger Traditionen“, findet heute, 19. Mai, der Internationale Museumstags statt und wieder sind zahlreiche Museen in der Region dabei. Spannend dürfte ein Besuch im Alamannen-Freilichtmuseum, Denzlinger Straße 24 a, in Vörstetten sein, wo von 11 bis 17 Uhr die besetzte Natur im Verständnis der Elbgermanen vor über 1600 Jahren im Mittelpunkt steht. Auf dem Gelände gibt es ein archäologisch rekonstruiertes Dorf mit Schaugarten und Kultstätte. Mitglieder und Helfer des Museums- und Geschichtsvereins lassen den Alltag der Alamannen lebendig werden und laden zum Zuschauen und Mitmachen ein. Es gibt Gegrilltes und Getränke. Eintritt 5 Euro, ermäßigt 3 Euro. DS

Avanti Reisen Sie Wandervoll

Abruzzen 24.08.-01.09.	1.490 €
August-Macke-Weg Kandersen 30.05.	51 €
Bretagne 6.-14.7., 29.8.-6.9.	ab 1.495 €
Cinque Terre 15.-21.9., 29.9.-5.10.	895 €
Elba 15.-21.09.	895 €
Hartmannswellerkopf 31.05.	56 €
Jersey 16.-24.09.	1.490 €
Korsika 25.09.-03.10.	1.440 €
Portugal Pfingstferien 08.-22.06.	2.990 €
Rigi (inkl. Rigibahn) 07.06.	102 €
Schynige Platte (inkl. Bahn) 07.07.	97 €
Spanien intensiv 09.-26.09.	3.590 €
Südtirol 15.-25.07.	2.490 €
Wales 25.06.-05.07.	2.150 €

TIPP: Costa Brava Baden & Wandern ab 645 € 7 Tage inkl. Busfahrt 6 x U/HP, Ausflüge 09.-15.06., 16.-22.06., 25.-31.08., 01.-07.09., 22.-28.09., 06.-12.10.

www.avantireisen.de
Avanti Busreisen Hans-Peter Christoph KG, Klarstraße 56, 79106 Freiburg, Tel. 071 67/38588-0, info@avantireisen.de

Z'Mittag im Hirschen Jeder Mittag isst anders. Dienstag bis Samstag 21.5. bis 25.5. 2019
Donnerstag, 23.5.19: Badische Fädelsuppe / Rindspizletzen an Pfefferrahmsauce, saisonales Gemüse, Kartoffel-Meerrettich-püree / Topfenmousse, frische Erdbeeren, Limetten, Himbeersorbet, Schokoladenbrownie
Unsere Wochenkarte finden Sie unter www.hirschen-glottertal.de
2-gängig **16,50 €** / 3-gängig 22.-€. Dazu reichen wir Brot und Kräutlerquark und eine kleine Vorspeise
Hirschen Glottertal H.-J. Streckler · Rathausweg 2 · Telefon 07684 / 810 · Montag Ruhetag.
Die **Perfekte** Schwarzwald-Location für Ihr Treffen: geschäftlich/privat/Familienfeier/Hochzeit/Weihnachtsfeier.