Minze hoch zehn

Pfefferminze kennt jeder. Hier wachsen außerdem die Sorten Krause, Marokkanische, Englische, Zitronen-, Apfel-, Schokoladen-, Ananas-, Erdbeer- und Orangenminze

Bäuerinnengarten

Regina Moser, Landfrau und Köchin in Worb im Emmental, inmitten von Rosmarin, Salbei, Zitronenmelisse, Schnittlauch, Oregano, Majoran, Petersilie, Thymian und dem blau blühenden Borretsch

Zwischen Zmorge und Znacht

Radikal regional: Für das Kulinarik-Projekt **Swiss Tavolata** laden Schweizer Bäuerinnen zum Essen auf ihren Hof – zu traditionell-innovativen Menüs

Natürlich gibt es auch in der Schweiz strukturschwache Regionen. Die aber sehen dann so aus: sanfte, sattgrüne Hügel bis zum Horizont, kleine Weiler mit rot bedachten Bauernhäusern, Kuhweiden, dunkle Tannen, Alpenglühen, Eiger, Mönch und Jungfrau. Klischeehaft postkartenschön. Aber so ist es hier ja wirklich.

Vor dieser Kulisse im Emmentaler Örtchen Worb also kniet Regina Moser in ihrem Kräuterbeet und erntet Salbei, die essbaren blauen Blüten des Borretsch und Rosmarin fürs Znacht. So nennt der Deutschschweizer sein Abendessen, die letzte Mahlzeit des Tages nach dem Zmorge (Frühstück), Znüni (zweites Frühstück), Zmittag (Mittagessen) und dem Zvieri (Nachmittagssnack). Das Menü heute: Pilzli-Salat, Bio-Poulet mit Schinken und Salbei, Rosmarinkartoffeln, Rahmkirschtorte. Das Schöne: Bäuerin Moser kocht seit einiger Zeit nicht mehr nur für ihren Mann und die beiden Söhne, sondern für jeden, der zu einer Swiss Tavolata bei ihr vorbeikommt.

Eine Genuss-Tour de Suisse

Die Idee stammt aus Italien und heißt dort „Le Cesarine": Einheimische kochen für Touristen traditionell, authentisch regional und extrem gut. Doch der laute Stolz der Italiener auf ihre sensationelle Küche und ihr von der Sonne geküsstes Land ist den leisen Schweizern fremd. Ganz ohne Grund: Sie sprechen ja nicht nur die vier Landessprachen Französisch, Italienisch, Rätoromanisch und diesen zauberhaften Dialekt namens Schweizerdeutsch, sondern pflegen auch die dazu gehörenden Kochtraditionen auf ihre ganz eigene Weise. Wer mag, kann sich auf einer Fläche von gerade mal 41 000 Quadratkilometern durch die elsässisch-badisch geprägte Küche des Baselbiets, die Bergköstlichkeiten der Zentralschweiz bis zum Omble chevalier in Sauce genevoise durchfuttern und den Tag bei einer Torta di pane und einem Gläschen Nocino im Tessin ausklingen lassen.

Eine Genuss-Tour de Suisse: „Wir mussten trotzdem einige Überzeugungsarbeit leisten bei unseren Landfrauen", sagt Nora Russo, die das Kulinarik-Projekt Swiss Tavolata betreut. 42 Bäuerinnen – und ein Bauer – bieten die Traditionstafeln an. „Leider immer noch zu wenige für die große Nachfrage", sagt Nora Russo.

Auch Regina Moser musste sich erst an den Gedanken gewöhnen, zahlende Gäste zu empfangen. „Ich habe ja keine Kochlehre gemacht", sagt sie. „Ich koche halt, was der Hof hergibt. So wie meine Großmutter und meine Mutter."

Damit dürfte das Geheimnis der butterzarten Hühnchenbrüste mit ihrem intensiven Kräuteraroma auch schon erklärt sein. Die Hühner ziehen als flauschgelbe Küken in einen weiträumigen Stall neben dem Kräutergarten, wenn sie größer sind, wachsen sie auf der Wiese unter den Obstbäumen weiter, bis sie nach drei Monaten schlachtreif sind. Das Normal-Brathuhn lebt nur halb so lang, schmeckt aber auch nur halb so gut.

Neben der Bio-Hühnermast zieht die Bauernfamilie Kräuter für Tee und die Bonbonmarke Ricola, außerdem Karotten, Weizen, Kartoffeln, was eben geht auf den zwar idyllischen, aber schwer zu beackernden Flächen im hügeligen Emmental. „Das ist echt harte Arbeit", sagt Regina Moser, „da ist das Kochen pure Erholung."

Einen anderen Lebensplan hatte sie trotzdem nie, die Bauerstochter aus dem düsteren Muotathal, aus dem das Rezept für die Rahmkirschtorte stammt, die sie jetzt zum Nachtisch aufschneidet. Im Schweizerdeutschen gibt es für den Beruf Bauer ein eigenes Verb: buure. „Was anderes als zbuure wäre mir nie in den Sinn gekommen", sagt sie. Ihre Gäste heute, ein Schweizer Ehepaar, das nach Berufsjahrzehnten in Kanada gerade wieder in die Heimat zurückgekehrt ist, hören andächtig zu. Das nämlich ist Swiss Tavolata auch: ein kurzer Ausflug in die ▶

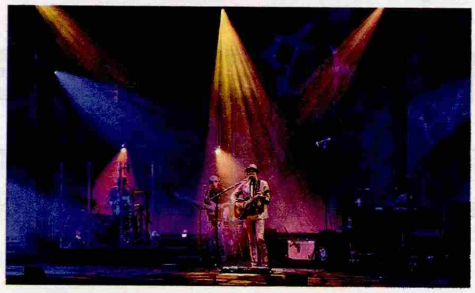
Bodenständig de luxe
Rüblisuppe mit Avocado-Basilikum-Crostini; Bergkäsehäppchen, Erdbeeren und Kräuterquark; Schweinefilet mit Frischkäse im Speckmantel, Emmentalerrösti und Saisongemüse – direkt vorm Kochen frisch geerntet. Das Fleisch in Bio-Qualität stammt von den Höfen. Die Menüs kosten 65 Euro.
swisstavolata.ch

BARS

„Das Weiße Schaf"/ „Das Schwarze Schaf"
Cocktailbar mit zwei Konzepten: gediegen im „Weißen", wild im „Schwarzen" (Foto).
dasschwarzeschaf.ch; dasweisseschaf.ch

„Die Seebar"
Internationaler Treffpunkt mit Seeblick für Konzertgäste im Kultur- und Kongresszentrum (KKL).
kkl-luzern.ch

KULTUR



Luzern Blues Festival
Vom 11. bis zum 19. November wird Luzern zum 23. Mal zur Blues-Hauptstadt der Welt: klein, aber fein, und mit allen großen Namen der Szene auf der Bühne im Grand Casino.
bluesfestival.ch

Blue Balls Festival
Jedes Jahr Ende Juli präsentiert das Indie-, Pop- und Rock-Festival über 100 Newcomer und Stars aus aller Welt (Foto: Keb Mo) – viele davon gratis und draußen.
blueballs.ch

Perfekte Kombi:

Luzern und das Emmental

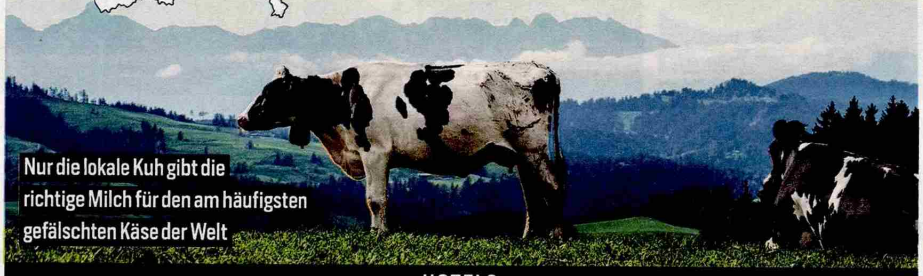
AUSFLÜGE

Schaukäserei Affoltern
Hier erfährt man, wie die perfekten Löcher in den echten Emmentaler kommen. Gutes Restaurant mit Superblick.
emmentaler-schaukaeserei.ch

„Napf"-Höhenwanderung
Die klassische Tour bietet grandiose Ausblicke samt Berg-Sonnenuntergang.
hotelnapf.ch

E-Bike-Tour mit App
Tagesausflug oder 2-Tage-Tour mit gemieteten E-Bikes über die Höhenlagen des Emmentals.
kaeseroute.ch

emmentaler käseroute



Nur die lokale Kuh gibt die richtige Milch für den am häufigsten gefälschten Käse der Welt

HOTELS

„Hotel Schweizerhof" in Luzern
In diesem Traditions- und Festivalhotel, erbaut 1845, schliefen schon Mark Twain, Leo Tolstoi, Roger Moore, Richard Wagner, James Blunt und AC/DC. Konzert- und Party-Location während der Festivals – ab 170 Euro.
schweizerhof-luzern.ch

Bauernhof Lustenberger
Wer nach seiner Swiss Tavolata samt viel Wein und Kaffi Lutz nicht mehr fahren darf und will, kann auf einigen der Höfe auch günstig und schön übernachten – zum Beispiel bei Judith Lustenberger im frisch renovierten Zimmer.
00 41/52/2 32 66 88

heile Landlust-Welt, die in der Schweiz, wie ja fast alles, noch immer in poetischer Schönheit funktioniert. Dazu ein Pinot noir aus dem Kanton Bern: Nachdem das Bankgeheimnis Anfang des Jahres endgültig abgeschafft worden ist, hüten die Schweizer zumindest noch ihr Weingeheimnis. Die Winzer exportieren kaum; wer ihren Wein trinken will, muss schon herkommen. Auch der beste Emmentaler Käse bleibt hier. Der Export der Laibe, die monatelang in temperierten Kellern vor sich hinreifen, lohnt nicht. Irgendwie schön, dass in Sachen Kulinarik die Globalisierung nicht immer funktioniert.

Nur der Digestif geht gar nicht

100 Kilometer weiter östlich, zwischen Luzern und dem Biosphärenreservat Entlebuch, erntet Judith Lustenberger gerade eine gigantische Zucchini aus ihrem Gemüsegarten für ihre Tavolata heute Abend. Sie und ihre Familie leben von der Milchwirtschaft, 45 Bio-Kühe, die bei klassischer Musik und Massage vermutlich ein sehr glückliches Leben führen. Das Menü ist entsprechend: sahnige Rüblisuppe, Schweinsbraten mit Rahmsoße und Kartoffelgratin, Milch-Chriese-Glace (Kirsch-Milcheis), Schoggichüechli. Sie hat schon Gäste aus Holland und Amerika bekocht, Deutsche, Basler, Zürcher und neugierige Nachbarn. „Wir leben ja hier, als hätten wir immer Ferien", sagt sie. Und meint das ernst.

Dabei arbeitet Familie Lustenberger vermutlich auch nicht weniger als die deutschen Bauern, deren Jammern zum Geschäft gehört wie hierzulande der Kaffi Lutz zum Abschluss des Znacht: ein scheußliches Getränk aus sehr dünnem Kaffee und lauwarmem Schnaps. Aber in diesem fast perfekten Land mit seinen glücklichen Hühnern, Kühen und Bäuerinnen muss auch mal irgendetwas richtig mies sein. ■

BARBARA JUNG-ARNTZ

Die Autorin reiste auf Einladung des Schweiz Tourismus

Fotos: mauritius images (2), Bally/Keystone Schweiz/laif, Jonas Kambli für FOCUS-Magazin