



Interview mit Renate Lieb

Die Kunst des Könnens liegt im Wollen

Die Chef Alliance Deutschland gründete sich beim Terra Madre Salone del Gusto 2016 in Turin – der größten internationalen Slow-Food-Veranstaltung. Inzwischen besteht sie aus 58 Köchen, die für die Herkunft ihrer Produkte, ihre Kultur- und Naturlandschaften und den Genuss ihrer Gäste Verantwortung übernehmen. »Zur Scheunewirtin«, so heißt ein 250 Jahre altes Hofgut auf der schwäbischen Ostalb im idyllischen Luftkurort Bartholomä, der liebevoll »Das Dorf am Rande des Himmels« genannt wird. Am Herd – besser gesagt am offenen Feuer – steht Chef Alliance-Köchin Renate Lieb, die das Hofgut mit ihrem Mann Günther betreibt. **Luka Lübke** hat sie besucht.

➔ www.slowfood.de/chef-alliance

Am Rande des Himmels – wo genau sind wir hier?

Im Ostteil der Schwäbischen Alb. Lange galt die Ostalb als raue, karge Region, weil es hier auf 700 Metern immer »an Kittelkälder« (eine Jacke kälter) ist. Die Schwäbische Alb ist eine Kartoffelgegend, aber auch der Dinkelanbau hat hier Tradition, der Rotkornweizen kommt heute noch von hier, das ist der samenfeste Ur-Dinkel, aus dem wir unser Brot backen und auch für unsere Maultaschen und vieles andere verwenden. Inzwischen wissen viele Gemüsebauern, dass die Ostalb für Salate und Blattgemüse gerade durch das kühlere Klima perfekt ist, das Gemüse wächst langsamer und schießt nicht so schnell aus.

Und Linsen?

Oh ja! Die Linse ist hier so selbstverständlich, dass man sie schon fast vergisst zu

erwähnen. Wir haben verschiedene Sorten Alblinsen hier, die alle unterschiedlich schmecken. Früher ein Arme-Leute-Essen – inzwischen eine Delikatesse. Aber damals wie heute bildet die Linse ernährungsphysiologisch eine vollwertige Mahlzeit – da braucht's kein Fleisch. Spannend ist beim Anbau auch die Symbiose mit anderen Pflanzen, wie dem Leindotter, der fast ausgestorben wäre. Er dient der Linsenpflanze als Rankhilfe zum Wachsen und liefert uns ein gesundes Öl, das es vom Omega-3-Fettsäuregehalt mit Fisch aufnehmen kann.

Warum stehst Du morgens auf, was treibt Dich an?

Ich möchte Spuren in der Welt hinterlassen. Meine Kinder waren die größten Antriebsfedern dazu, dass es jetzt so ist, wie es ist. Als sie klein waren, hatte ich

einen ganz anderen Beruf, aber mit den Jahren ist aus dem Bauernhof ein Ort für Gäste geworden. Ein Ort zum Feiern und Erleben, zum Urlaub machen und in der Natur zu entschleunigen. Das Besondere: Wir kochen ausschließlich mit den besten Bioprodukten und achten ganz bewusst auch bei denen, die von weiter weg kommen, auf Planetengesundheit. Wenn wir z.B. die Paranuss verwenden, unterstützen wir den Erhalt des Regenwalds, und diesen brauchen wir alle ganz dringend. Wir selbst bauen im Permakultur-Garten und auf weiteren Flächen Gemüse und Kräuter an, beziehen aber den Großteil der Ware von befreundeten Hofläden, Gärtnern, Bauern und Winzern in der Region. Eine Speisekarte haben wir nicht – unsere Menüs werden durch die Zutaten bestimmt, die die Natur uns gerade zur Verfügung stellt. Das gilt bei uns für alle

TOMATENREZEPTE VON RENATE LIEB

»Sommer auf dem Land« - Tomaten-Gurken-Ragout mit Ofenkartoffeln

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Kartoffeln	Speiseöl
2 Fleischtomaten	1 EL Honig
2 Schalotten	200 g Saure Sahne
1 Salatgurke	Salz, Pfeffer
1 Bund Dill	optional:
	Rosenpaprikapulver



Kartoffeln in der Schale 15-20 Min. vorkochen. Danach in Öl schwenken, ungewürzt auf ein Backblech geben und bei max. 170° C Ober-/Unterhitze 30 Min. backen.

Fleischtomaten kreuzweise einritzen und für 5 Sek. in sprudelnd kochendes Wasser tauchen, danach in Eiswasser abschrecken und abziehen und würfeln, Schalotten schälen und fein würfeln. Salatgurke schälen, längs halbieren und schräg in ca. 1 cm dicke Spalten schneiden. Dill fein hacken.

Die Schalotten im Kochtopf mit Speiseöl anschwitzen, Gur-

kenspalten zugeben. Honig zugeben und Gurkenspalten darin schwenken. 1 TL Salz zugeben, damit die Gurken Wasser ziehen. Fleischtomatenwürfel und die Hälfte des Dills zugeben und solange schmoren, bis die Gurken außen glasig, aber im Kern noch bissfest sind. Saure Sahne und restlichen Dill unterheben und das Ragout mit Salz und Pfeffer, optional mit Paprikapulver abschmecken. Vor dem Anrichten die Kartoffeln mit der Gabel aufbrechen, mit wenig Salz würzen und auf dem Teller anrichten. Das Tomaten-Gurken-Ragout zu den Kartoffeln geben und mit frischem Dill bestreuen.

arteFakt
Olivenölkampagne



Unsere süßen Begleiter





»Tomaten-Linsen-Tanz«

Zutaten für 4 Personen:

2 Zwiebeln, gewürfelt
 2 Knoblauchzehen, gewürfelt
 20 g frischer Ingwer, gewürfelt
 20 g frischer Kurkuma, gewürfelt
 1/2 TL gemahlener Kumin
 (Kreuzkümmel)
 1/2 TL gemahlene Gewürznelken
 1 TL Zucker
 1 TL Salz
 100 g Alblinsen
 100 g Rote Linsen
 je 1/2 rote und gelbe Paprika,
 gewürfelt
 500 ml Gemüsebrühe
 500 ml passierte Tomaten
 3 Tomaten, gewürfelt

Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Kurkuma in Öl leicht anschwitzen. Dann mit Kumin, Nelken, Salz und Zucker würzen. Gewürfelte Paprika und Linsen zugeben und mit Gemüsebrühe und den passierten Tomaten auffüllen, alles ca. 25 Min. bei kleiner Flamme köcheln lassen. Bei Bedarf nochmals Flüssigkeit nachfüllen.

Fünf Minuten vor dem Servieren die Tomatenwürfel dazugeben.

Tipp: Zum Schluss mit griechischem Joghurt oder veganer Mayonnaise, Petersilie oder Koriander garnieren. Schmeckt einfach mit Brot oder auch als Füllung für Ofentomaten (s. S. 57).

Arten von Feiern: nur Überraschungsmenüs! Dadurch können wir jahreszeitlich und »Nose to Tail« arbeiten und haben keinen Abfall.

Warst Du schon immer Wirtin?

Nein. Aber der Hof ist ein Teil von mir. Ich bin hier mit meinen vier Geschwistern groß geworden, noch heute sind wir ein Familienbetrieb. Obwohl wir inzwischen 40 Angestellte in den verschiedenen Bereichen haben, arbeite ich Seite an Seite mit meinem Mann Günther und meiner inzwischen 80jährigen Mutter Lore, die den Hof schon geführt hat, bevor er gastronomisch wurde. Sie konnte super organisieren, dieses Talent durfte ich von ihr erben. Gekocht hat sie damals wenig, das hat bei uns die Oma gemacht. Meine Mutter konnte den größten Traktor mit dem größten Anhänger auf den Zentimeter genau abstellen – das hätte mein Vater nie fertiggebracht. Sie arbeitet immer noch mit auf dem Hof, sammelt Teekräuter und die Eier unserer mehr als zehn verschiedenen alten Hühnerrassen ein, ist immer dabei – so wie auch meine Geschwister immer mit Rat und Tat zur Seite stehen, das ist schön.

Was schon immer da war, ist unser Holzherd und -ofen – seit ich denken kann, wurde bei uns auf offenem Feuer gekocht. Was auch geblieben und für niemanden

hier wegzudenken ist, ist das Ritual des gemeinsamen täglichen Mittagessens um halb eins. Alle Familienmitglieder und Mitarbeitenden sitzen für diese eine, fast heilige Stunde an einem Tisch – über die Arbeit geredet wird frühestens beim Espresso. Als wir klein waren, mussten wir alle mithelfen am Hof. Ich wollte nie Bäuerin werden. Die viele Arbeit, das frühe Aufstehen, das Steine und Kartoffeln klaben – das wollte ich nicht. Ich wollte immer etwas Kreatives tun. Heute habe ich beides – das erfüllt mich sehr.

Inwiefern ist essen für Dich politisch?

Durch und durch! Ich hatte immer mit Lebensmitteln zu tun. Sie sind der Anfang von allem und je mehr ich mich damit auseinandersetze, desto mehr merke ich, dass in ihnen liegt, ob wir eine gute Zukunft werden haben können. Wir sind seit 2015 Demeter-zertifiziert und leben die Nachhaltigkeit hier bis in die Haarspitzen. Es beflügelt uns jedes Mal, wenn wieder ein Produkt nicht nur gut, sondern von vorne bis hinten sauber und fair erzeugt ist. Wie der Wein, den wir gerade trinken. Wir haben den Winzer durch langjährige Zusammenarbeit dazu bringen können, auch auf Demeter umzustellen. Beim Öffnen jeder Flasche wird uns bewusst, was man doch ändern kann, wenn man nur

will. Wir hören uns nicht nur an, was die Bauern sagen, sondern wir kontrollieren es auch vor Ort. Und jeder noch so kleine Schritt zu mehr Konsequenz erfüllt uns. Nachhaltigkeit findest Du hier nicht nur auf dem Teller, sondern auch in Glas und Tasse, in der Wandfarbe unserer Gästehäuser, im Kopfkissen oder im Saunaaufguss.

Warum bist Du der Slow Food Chef Alliance beigetreten?

Ach, es gibt Millionen von Köchen, auch so viele gute. Was ich in der Chef Alliance suche, sind aber Verbündete. Menschen, die im gleichen Gedankengut kochen wie ich.

Wenn Du Ernährungsministerin wärst, was würdest Du als Erstes tun?

Den Kindern den Bezug zum Lebensmittel zurückgeben. Denn darin verbinden sich Ursprung und Zukunft. Ich bin so reich beschenkt worden mit meinem Wissen – das möchte ich weitergeben. Viele fürchten, der Zug unseres Lebensmittelsystems sei abgefahren. Aber die Kunst des Könnens liegt im Wollen. Es einfach machen und nicht aufgeben, auch wenn es steinig wird.

Welches war Dein größtes Menü?

Ich habe mal ein ganzes Zicklein im Holzbackofen gegart. Und niemandem gesagt,

was es ist. Es war eine Offenbarung – so archaisch wie köstlich. Größe liegt für mich im Genuss, nicht in der Teller- oder Personenzahl. Jedes Lebensmittel, jedes Gericht hat auch eine Geschichte zu erzählen. Die will ich zum Gast transportieren.

Kochen Frauen anders als Männer?

Sie kochen sinnlicher und intensiver. Und sie performen nicht nur, sie sind mit Herz dabei. Sie kochen nicht, um zu zeigen, was sie können, sondern um dem Menschen, der den Teller bekommt, glücklich zu machen. Sie sind in allem mutiger. Mein Kollege Valentin, der aus der Sterneküche kommt und ein begnadeter Koch ist, sagt immer: »Renate, Du kochst viel gefährlicher als ich.« Ich spiele einfach gern mit dem Feuer. Und ich liebe die täglichen Experimente, alles neu zu erfinden aus dem, womit die Natur uns beschenkt. Bei uns gibt es niemals das gleiche Menü – denn das bestimme nicht ich, das bestimmt der Bauer bzw. die Natur.

Zur Scheunenwirtin

Helmut-Ginzkey-Weg 10,
73566 Bartholomä,
Tel 07173. 915 22 20,

➔ www.scheunenwirtin.de



Gefüllte Ofentomate

Zutaten für 4 Personen:

8 Fleisch- oder Ochsenherztomaten

1 EL Öl

Salz, Pfeffer

1/2 Menge vom »Tomaten Linsen Tanz« (s. S. 56)

Die Deckel der Tomaten abschneiden, die Tomate vorsichtig mit einem Löffel aushöhlen. 1 EL Öl mit Salz und Pfeffer würzen und die Tomate damit außen und innen bepinseln. Den Deckel nicht vergessen. Mit dem »Linsentanz« füllen und 10 Min. bei 180 °C (Ober-/ Unterhitze), dann weitere 5 Min. nur bei Oberhitze fertig garen.

Lachsforellenfilet mit Basilikum-Gremolata auf Ochsenherztomaten



Zutaten für 4 Personen:

600 g Lachsforellenfilet ohne Haut und Gräten

2 Scheiben trockenes Weißbrot ohne Rinde

1 Bund Basilikum

2 Knoblauchzehen

Abrieb von 1 Zitrone

Olivener Öl

Salz, Pfeffer

bunter Pfeffer aus der Mühle

600 g Ochsenherztomaten

2 Schalotten, feingehackt

Speiseöl zum Braten vom Fisch

Weißbrot reiben. Basilikum und Knoblauch fein hacken und mit dem Zitronenabrieb, 2 EL Olivenöl und einer Prise Salz zu einer Gremolata mischen.

Ochsenherztomaten waschen und in 1 cm große Würfel schneiden. Schalotten in Olivenöl bei kleiner Hitze andünsten. Ochsenherztomaten zugeben, kurz durchschwenken und mit Salz und buntem Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Auf einem tiefen Blech oder in einer Auflaufform verteilen.

Lachsforellenfilet in 4 Portionen schneiden. Von beiden Seiten salzen und pfeffern, in der Pfanne mit wenig Speiseöl anbraten und auf die Ochsenherztomaten legen.

Backofen auf 180 °C (Ober-/ Unterhitze) vorheizen. Das Backblech auf die mittlere Schiene stellen und das Lachsforellenfilet ca. 10 Min. vorgaren. Gremolata auf den Lachsforellenfilets gleichmäßig verteilen und bei Oberhitze weitere 5-7 Min. fertig-garen.