

Kochen & Genießen

Geschmackvoll

Vom Reiz des Entdeckens

Keinem Geringeren als dem Schriftsteller Oscar Wilde wird das Zitat zugeordnet: „Sich selbst zu überraschen ist, was das Leben lebenswert macht.“ Bei allen Möglichkeiten der Interpretation dieses Satzes ist wohl unstrittig, dass kulinarische Überraschungen zu den durchaus schönen im Leben gehören. Es sei denn, man übertreibt es nicht damit. Das Maß der Dinge ist schließlich entscheidend. Auf der Suche nach solchen Köstlichkeiten für's Leben stellt sich, das ist meine Erfahrung, der Erfolg meist dort ein, wo man ihn gar nicht wohnt. Was kann eine Schänke am Plauer See, ein Landgasthof in der Feldberger Seenplatte oder ein kleines, weißes Haus an der Mündung eines Flüsschens in die Ostsee schon Aufregendes bieten? Lassen Sie sich von Ihrer Umgebung nicht täuschen, vertrauen Sie ganz auf eine innere Stimme, die Ihnen sagt: „Hier wirst du im besten Sinne des Wortes kulinarisch überrascht...“ So geht es mir oft von der Elbe über die Müritz bis an die Ostsee auf Usedom. Die Überraschungen reichen dabei übrigens von schmackhafter Hausmannskost bis zu exzellenten, aber durchaus bodenständigen Menüs, die jedem Gourmetrestaurant gut zu Gesicht stehen würden. Dass dabei preiswert nicht billig ist, versteht sich von selbst. Aber das haben Überraschungen so an sich.

Michael H. Max Ragwitz



www.kulinarische-portraits.de

Tipp

Käse ist reich an Calcium

In Käse steckt besonders viel Calcium. Mit bis zu 1300 Milligramm pro 100 Gramm lässt sich mit Käse schon gut ein Teil des täglichen Calciumbedarfs decken. In Milch und Joghurt stecken etwa 120 Milligramm pro 100 Gramm. Darauf weist die Landesvereinigung der Bayerischen Milchwirtschaft hin. Für Erwachsene werden laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung etwa 1000 Milligramm Calcium pro Tag empfohlen. Auch Gemüsearten wie Brokkoli, Grünkohl und Rucola sind wichtige Lieferanten.



FOTO: LUKAS SCHULZE

Wenn zwei Frauen sich trauen

Das Büttner's bietet gepflegte Gastlichkeit, kulinarische Überraschungen und gute Aussicht

GREIFSWALD Für Besucher der Hansestadt Greifswald ist es sozusagen ein Muss, neben der historischen Altstadt auch die Ortsteile Eldena mit der bekannten Klosteranlage und Wieck mit der imposanten Klappbrücke über den Ryck zu besuchen. Unmittelbar am kleinen Wiecker Hafen steht ein schmuckes weißes Haus mit einem Krüppelwalmdach. Es ist das Domizil des Restaurants Büttner's, in dem seit fast genau vier Jahren zwei junge Frauen das Zepter schwingen.

Nachdem sich Antje und Ines Büttner schon 2010 trauen ließen, haben sie sich im März 2011 getraut, ein eigenes Restaurant mit dem Blick auf die malerische Klappbrücke zu eröffnen. Antje Büttner: „Nach vielen schlaflosen Nächten und guten Beratungsgesprächen stand unser Entschluss fest. Dem folgten bis zur Eröffnung Tage und Nächte mit viel Arbeit. Das Ergebnis aber hat die Mühe gelohnt.“

Das Büttner's ist heute ein fest etablierter Ort in der Greifswalder Gastronomieszene. Vor allem aber ist es ein Restaurant mit exzellenter Küche, die erst von Antje, jetzt von Ines Büttner geleitet wird. Fachlich bringt das junge Paar dafür beste Voraussetzungen mit. Die gebürtige Greifswalderin Antje hat ihre berufliche Laufbahn bei Sterne- und Fernsehkoch Kolja Kleeberg begonnen und später in bekannten Berliner Restaurants „Hartmanns“ und „Paris-Moskau“ gearbeitet. Kennen- und schätzen gelernt hat sie ihre heutige Frau Ines 2003 im Ahlbecker Hof auf Usedom.

Nach ihrer kulinarischen Philosophie befragt, erklärt Ines Büttner: „Wir bieten eine



Antje und Ines Büttner veredeln regionale Produkte zu delikaten Gerichten (oben).

Das „Büttner's“ bietet schlichtes, geschmackvolles Ambiente (unten).

FOTOS: RAGWITZ

an den Jahreszeiten orientierte Frischeküche. Wir kombinieren selten mehr als drei Aromen, kochen sehr puristisch und ohne molekulare Elemente. Die Basis sind regionale Produkte, ergänzt durch Produkte, die Abwechslung in die Karte bringen.“ Das alles geht natürlich nur im Zusammenspiel mit einer sehr individuellen Beratung und Service, ergänzt Antje Büttner. Ihr Anspruch: „Der Gast darf und soll sich in unserem Restaurant zurücklehnen und wohlfühlen.“ Kann

er auch, ich habe mich davon überzeugt.

Die Speisekarte des Hauses weist „nur“ vier Menüs aus. Die aber haben es in sich und sind auch ganz nach Geschmack variabel und frei kombinierbar. Man versteht, so das Gastgeberpaar, die Karte in diesem Sinne nur als Anregung für den Gast, der zudem sehr individuell beraten wird. Interessant übrigens, dass die Speisekarte in weiten Teilen dem Angebot an Produkten aus der Region angepasst und immer danach gesucht wird, kulinarisch interessante Produkte aus dem unmittelbaren Umfeld zu beziehen. Zurzeit sind die Lieferanten vor allem kleinere Unternehmen, die Fisch, Wild, Gemüse, Milch, Obst

und Fleisch wie Lamm in die Küche bringen. Dort wird übrigens vom Brot bis zum Eis, auch Pasta, Käse und Schinken selbst hergestellt. Alle Achtung, meine Damen. Das hat was Natürliches, worauf man sich als Gast freuen kann.

Obwohl natürlich der Zuspruch der Gäste Hauptanliegen von Antje und Ines Büttner ist, zeigt auch die Aufmerksamkeit der einschlägigen Restaurantführer, die dem Restaurant kulinarische Anerkennung zollen. Wenn auch mit unterschiedlichen bewertenden Nuancen. Meinen Intentionen am nächsten kommt die Einschätzung im Gusto Reiseführer, der dem Restaurant eine stilistisch schnörkellose Küche bescheinigt. Wörtlich: „Die

Kartenlektüre macht Lust, denn neben klassisch-bewährte Gerichte der gehobenen Küche sind dort auch unkonventionellere, kreative Zusammenstellungen zu finden.“ Gut gebrüllt, Gusto. Ich habe übrigens einen Kartoffelkloß mit Kalbsbäckchenfüllung auf Rahmschwarzwurzel probiert. Das war Geschmack vom Feinsten. Wenn mehr Zeit gewesen wäre, hätte ich auch weitere kulinarische Gelüste ausgelebt. Bis später dann, wenn ich wiederkomme...“

Michael H. Max Ragwitz



Am nächsten Dienstag lesen Sie über einen Beruf, bei dem es um's kulinarische Finden geht.

<http://www.svz.de/essen>

Rezept der Woche

Dorschfilet in der Brotkruste mit Schmorgurken



ZUTATEN:

4 Dorschfilets mit je ca. 400 Gramm,
1 Baguette, 2 Gurken, 2 EL grober Senf,
2 EL Schmand, Butter, Thymian, Kapern, Brühe

ZUBEREITUNG:

Die Dorschfilets von der Haut nehmen. Das Baguette in drei Stücke teilen und einfrieren. Das gefrorene Brot längs in dünne Scheiben schneiden und fächerförmig auf den Fisch legen. Den Dorsch auf dem Brot garen, erst kurz vor Schluss drehen und mit etwas Butter, Thymian und Kapern aromatisieren.

Für die Schmorgurken die Gurke schälen, halbieren, entkernen und in Rauten geschnitten anbraten und salzen. Etwas groben Senf, Brühe und den Schmand dazugeben. Alles nicht zu lange kochen, sonst verlieren die Gurken ihre Frische.

Das Rezept stammt von Ines Büttner, Küchenchefin im Restaurant Büttner's in Greifswald. Alle Rezepte im Rahmen dieser Reihe gibt es auch im Internet: www.kulinarische-portraits.de/rezepte/rezepte.htm

Süß und gesund: Litschis enthalten viel Vitamin C

Litschis sind Baumfrüchte. Schält man die rosa- oder dunkelrote Frucht, zeigt sich das weiße Fruchtfleisch. Es schmeckt süßsauerlich mit einem leichten Muskataroma. Verantwortlich sind dafür zwei Säuren: Zum einen die Bernsteinsäure, die für einen leicht bitteren Geschmack sorgt, zum anderen die Äpfelsäure, die die Litschi sauer macht. Litschis sind vor allem reich an Kohlenhydraten (etwa 20 Prozent), enthalten aber etwa so viel Vitamin C wie eine Limette. Außerdem versorgen sie den Körper mit den Mineralstoffen Kalium und Phosphor. Darauf weist der Verbraucherinformationsdienst aid hin. Trotz des hohen Kohlen-

hydratanteils hat die Frucht nur wenig Kalorien: Wer 100 Gramm Litschi isst, nimmt nur 74 Kalorien zu sich. Am besten schmecken die Früchte frisch und gekühlt. Zum Essen pellt man sie wie ein gekochtes Ei und löst das Fruchtfleisch von dem länglichen, braunen Sa-

men. Litschis können pur gegessen werden, machen sich aber auch gut in Obstsalaten, Bowlen, Cocktails oder Kompott.



Litschis kommen ursprünglich aus China. FOTO: DPA

Leberkäs zählt zu den Brühwürsten

Wurstsorten werden traditionell in drei Hauptgruppen unterteilt: Brühwürste, Kochwürste und Rohwürste. Unterschiedlich sind die Herstellungsweisen und die Zutaten, erklärt die Landwirtschaftskammer Niedersachsen. Zu den Brühwürsten zählen zum Beispiel Bierschinken, Leberkäs, Weißwurst und Bockwurst.

Hinein kommt rohes Rind- oder Schweinefleisch, kerniger Speck, Salz, Gewürze und manchmal auch exotischere Zutaten wie Paprika, Pistazien und Champignons. Salami und

Teewurst gehören zur Kategorie Rohwurst. Sie wird aus teilweise gefrorenem Fleisch und Speck, Salz und Gewürzen produziert. Kochwurst – zum Beispiel Leber- oder Kochmettwurst – wird aus zuvor erhitztem Fleisch, Innereien, Speck und Gewürzen hergestellt.

Bei mehr als zwei Dritteln der Deutschen (71 Prozent) kommen mehrmals pro Woche Fleisch oder Wurst auf den Tisch – bei Männern (80 Prozent) häufiger als bei Frauen (63 Prozent).

Das hat eine repräsentative Forsa-Umfrage ergeben, für die im Auftrag des Magazins „Stern“ 1001 Bundesbürger befragt wurden.