

So schmeckt Heimweh

Jedes Restaurant setzt sich ein Gefühl zum Ziel: Die Gäste sollen sich wie zu Hause fühlen. Denn für viele ist es die Heimat, die die grossen Emotionen auslöst, wenn es ums Kochen und Essen geht. Jedes Rezept erzählt dann eine Geschichte. marmite hat vier Schweizer Köche gesprochen, die von ihrer persönlichen Heimatküche erzählen. Uns wurde klar: Essen ruft Heimweh hervor.

Text: Oliver Lück | Fotos: Sylvan Müller

Wie seine Heimat schmecke? Sven Wassmer muss nicht lange überlegen. «Für mich sind es die deftigen Äplermagronen meines Vaters», sagt der Mann mit dem Dreitagebart und den dunkelbraunen Haaren. Und plötzlich ist alles wieder da: der würzige Duft von Bergkäse, Zwiebeln und Bauernschinken, die Muskatnuss, der süsse Paprika, der Lorbeer. Auch Bilder tauchen wieder auf: Er sieht sich am Mittag von der Schule nach Hause kommen und um die Häuserecke biegen, wo ihm das herzhaft Aroma in die Nase steigt und er bereits weiss, was es heute geben wird. Er sieht sich mit seiner Familie am Tisch sitzen. «Und noch heute ist es so», erzählt der 26-Jährige, «wenn mein Vater Äplermagronen macht, ist das Unbeschwertere, das Leichte der Kindheit wieder da. Dann sitze ich am Tisch, geniesse das Essen und dieses unendliche Heimatgefühl.»

Sven Wassmer aus dem Restaurant focus im Park Hotel Vitznau am Vierwaldstättersee ist eine der grossen Schweizer Hoffnungen, wenn es um das genussvolle Kochen geht. Er ging durch die Küchen von Andreas Caminada und Marcus Lindner, arbeitete als Souschef

für Nuno Mendes im Londoner Sternerestaurant Viajante. Ursprünglich aber stammt er aus dem ländlichen Fricktal im Aargau, wo es im Sommer nach frisch geschnittenem Heu riecht, wo wilde Obstbäume stehen, wo die Zeit etwas langsamer läuft und Kindertage wie Träu-

Für manche ist die Heimatküche das wahre kulinarische Erbe, das es zu bewahren gilt

me sein können. Sven Wassmer sagt: «Noch würde ich mich nicht trauen, die Äplermagronen selber zu kochen, ich möchte mir den Geschmack und die Erinnerung daran bewahren, wie mein Vater sie macht. Und schon mit dem Wasser fängt es ja an, das bei mir in Weggis ganz anders schmeckt als 100 Kilometer entfernt bei meinem

Rollentausch: Der gelernte Koch Freddy Christandl ist heute ein begnadeter Genuss-trainer und -vermittler. Auf diesem Bild treibt aber sein Bruder (rechts) den Koch-Schabernack.



SCHÖN IST ES, WO ES WARM IST BACKHENDL

Weil er in der arktischen Kälte seinen Eltern beim Baumschnitt nicht zur Hand gehen wollte, teilte Freddy Christandl seinem Vater eines Tages mit: «Ich möchte kein Obstbauer, sondern Koch werden. Weil man als Koch das ganze Jahr in der Wärme ist.» Von diesem Tag an verbarrikadierte er sich immer öfter in der Küche und arbeitete sich durch die Kochnotizen seiner Mutter Erna. Ein Gericht aber überlässt er bis heute am liebsten ihr: das Backhendl.



Vater im Fricktal. Und auch der Kopf würde natürlich sofort sagen: Die Makkaronen schmecken nicht so wie die vom Papa.» Das Gleiche gilt für den Käsekuchen seiner Oma oder die Rüebli torte der Mutter. Er musste allerdings erst die Perspektive wechseln, um das Gute der Heimat zu erkennen und zu verstehen. Als Sven Wassmer für zwei Jahre in London lebte, merkte er, wie sehr ihm die heimische Küche und vor allem spezielle Gerichte fehlten – und meist kamen diese aus seiner Familie. «Es war wie so oft: Das, was man nicht hat, möchte man haben – so auch bei mir. Heimat hat natürlich immer auch etwas mit den Zutaten zu tun, die man vor der eigenen Haustür bekommt. Und ich finde, gerade als Koch sollte man sich mit diesen heimischen Produkten besonders gut auskennen.» Er erzählt von seiner Grossmutter, die einen Schrebergarten hatte. Immer dann, wenn die Tomaten reif waren und er in das Gewächshaus ging, roch es so frisch und intensiv, als hätte jemand ein Parfum versprüht. Oder die Süsse einer gerade gepflückten Erdbeere. Oder die Frische einer selbst aus der Erde gezogenen Karotte, nur mit etwas Wasser

aus dem Brunnen abgespült und gleich hineingebissen – «dieser natürliche und unverfälschte Geschmack bedeutet für mich alles, was Essen auslösen kann – bis heute. Diesen Karottengeschmack aus Kindheitstagen werde ich nie wieder vergessen. Auch das ist für mich Heimat.»

Mutti ist die Beste, Oma die Allergrösste. Heimatküche schmeckt deshalb so gut, weil Geschichten und Erinnerungen sie zu etwas ganz Besonderem machen. Keine andere Esskultur holt so viele Bilder und Emotionen zurück, oftmals wieder hervorgerufen durch den Geruch und den Geschmack eines bestimmten Essens. Momente der Kindheit werden wieder lebendig, Erinnerungen an endlos lange Sommerferien, in denen an jedem Tag die Sonne schien, man mit →

MAMA KOCHT

Alle Bilder in dieser Geschichte stammen aus Privatbesitz. Der Autor und Fotograf Sylvan Müller hat sie in einem Langzeitprojekt für sein Buch «Mama kocht. 50 Gerichte und 50 Geschichten» gesammelt. Alles Heimwehgerichte der Kindheit.

**FRANKOPHIL
CREPES**

Wundert's, dass das Mädchen (unten) Dominique Rosenmund heisst? Das familienverbindende Gericht sind die Crêpes ihrer Mutter Anne-Marie, die im Baskenland aufgewachsen ist (rechts im Bild). Nach etlichen Versuchen mit teuren und weniger teuren Crêpes-Pfännchen hat Dominique Rosenmund es nun aufgegeben, eine richtige Französin sein zu wollen. Ihr teures Crêpes-Pfännchen hat sie ihrer Mutter geschenkt. Doch das wahre Geheimnis ihrer Crêpes liegt nicht in einem Pfännchen, sondern in einer «richtigen Bratpfanne».



Dominique Rosenmund würde ihrem Sohn gerne dieselben Crêpes zubereiten, wie ihre Mutter Anne-Marie es für sie getan hat.

KATHOLIKEN

NIERLI MIT ZWIEBELSCHWEIZE
Therese Rauch erinnert sich: «Wenn ich nach Hause kam, kochte mir meine Mutter Maria mein Lieblingsgericht: Nierli mit Zwiebelschweize und Häpperestock. So war es auch noch, als ich gegen den Willen meines Vaters ins katholische Luzern gezogen war. Seit Mutters Tod habe ich das Gericht nie mehr gegessen oder gekocht. Daran würde ich mich nie wagen. Aber nur der Gedanke ans Seeli im Stock bringt mich wieder ins Emmental.»



einem Bärenhunger aus dem Freibad kam – und dann gab es Frikadellen mit Pommes! Für viele bedeutet Heimatküche die Küche der Kindheit. Für manche ist es das kulinarische Erbe der Eltern und Grosseltern, das es zu bewahren gilt. Für fast jeden ist es die Suche nach Vertrautheit, Sicherheit und Durchschaubarkeit. Auch wenn die meisten dieser heimischen Rezepte gar nicht sonderlich extravagant oder schwierig sind, erzählen sie vor allem eines: Geschichten von Menschen. Der Gedanke an Mutters Braten oder Omas Schmalzgebäck aus der runden Dose löst ein wohliges Gefühl aus.

«Dinge und besondere Ereignisse, die mit Gerüchen und Geschmack verbunden sind, graben sich tief ins Gedächtnis, sodass man sie noch Jahrzehnte später wachrufen kann, das funktioniert mit dem Essen besonders gut», beschreibt Peter Schneider das kulinarische Gedächtnis des Menschen. Der Psychoanalytiker stammt aus Dorsten im westfälischen Teil des Ruhrgebietes und lebt seit über 30 Jahren in Zürich. Der 55-Jährige sagt: «Heimweh entsteht auf

«Ereignisse, die mit Gerüchen und Geschmack verbunden sind, graben sich tief ins Gedächtnis» Peter Schneider

vielfältigste Weise, und auch das Essen kann da natürlich eine wichtige Rolle spielen.» Denn meist sind es zuallererst die Mahlzeiten, die Menschen in der Fremde zusammenhalten. So gibt es – nicht nur für Kinder – regelrechte Trostrezepte, die das Heimweh erträglich machen können. Und es gibt Menschen, die sich Bratwürste um die halbe Welt schicken lassen, damit die Sehnsucht nach dem Zuhause nicht zu gross wird. Der vertraute Geschmack dieser Würste kann trösten. Andere haben für den Notfall heimische Brezeln in der Tiefkühltruhe liegen. Manch einer beginnt zu weinen, wenn er in der Fremde ein Bier aus der Heimat trinkt. Und man kennt auch den Geruchstrost von Kindern, die auf Reisen ein Schmusetuch dabei haben, das nie gewaschen werden darf, oder von Mama zubereitete Leckereien, und sei es bloss das Butterbrot in der blauen Tupperbox. Wussten Sie, dass das Heimweh zu Beginn des 18. Jahrhunderts noch als schwere, nicht zu heilende und daher tödliche Krankheit galt? Wegen der vielen eidgenössischen Söldner wurde es auch als «Schweizer Krankheit» bekannt.

Doch wie schmeckt die Heimat? Wie schmeckt das Heimweh? Wie schmecken die ganz grossen Gefühle, wenn es ums Kochen und

Essen geht? Wenn Irma Dütsch diese Fragen hört, sprudelt es nur so aus ihr heraus. Dann erzählt die Grande Dame der Schweizer Gourmetküche von ihrer Kindheit, wie sie auf dem Fahrrad in die nahe gelegene Schokoladenfabrik fuhr, dort immer etwas geschenkt bekam und noch auf dem Velo in die Tafel biss. Sie erzählt von dem Tag im Herbst, wenn die Hirten nach Monaten mit ihren Herden von den Bergen kamen und mit einem grossen Fest begrüsst wurden. Auf jedem Hof gab es Unmengen an Essen. Und sie erzählt vor allem von ihrem Vater, der ein angesehener Käser in Gruyère und Umgebung war. Immer wenn sie ihn auf dem Berg besuchte, gab es Brot mit Käse, Doppelrahm und braunem Zucker. Sie sagt: «Dieser Geschmack wird für immer bleiben.» Und auch der Greyerzer, der Vacherin oder die besondere Butter – an all das erinnert sich die heute 68-Jährige, als ob es gestern gewesen wäre, als ob ihr Vater noch leben würde.

Irma Dütsch ärgert es daher umso mehr, dass heute viele Eltern weit weniger kochen als früher, weil sie glauben, keine Zeit mehr zu haben. Sie sagt: «Auf diese Weise geht unser kulinarisches Wissen verloren. Es gerät in Vergessenheit. In der Schule sollte Kochen daher zu einem Pflichtfach werden. Nur so kann man die Heimatküche wirklich bewahren. Denn wer als Kind seine Gegend und auch das Essen der Region nicht kennt, kennt seine Heimat nicht.» Sternekoch Franz Wiget teilt diese Meinung: «Das Gefühl der Zusammengehörigkeit war früher grösser. Man hat auch nicht so viel nachgedacht, da man nicht so viele Möglichkeiten hatte. Früher sass man zu zehnt am Tisch, inzwischen leben viele alleine. Heute sind wir übersättigt, die Menschen wollen jeden Tag Sonntag und immer alles zur Auswahl haben. Die Familie hat stark an Stellenwert verloren und dadurch auch die Heimatküche. Die eigene Identität bleibt dabei auf der Strecke.» Seit 1989 kocht Franz Wiget in seinem Zwei-Sterne-Restaurant Adelboden im beschaulichen Dorf Steinen unweit von Schwyz. «Hier bin ich geboren und aufgewachsen, hier lebe ich, und das schlägt sich natürlich auch in meiner Küche nieder.» Im elterlichen Bauernhaus von 1733 gibt es 25 Sitzplätze. Die Küche ist französisch geprägt, Wiget hat seine Ausbildung in Paris gemacht. «Ich würde niemals in eine hochmoderne Molekularküche passen, da wäre ich völlig fehl am Platz. Ich koche so, wie ich bin, so, wie meine Heimat ist, eher bodenständig.»

Der 52-Jährige sagt: «Mit dem Essen ist es wie mit der Musik, auch an ganz bestimmte Lieder erinnert man sich sein Leben lang, zum Beispiel daran, was man gehört hat, als man verliebt war. Und bei mir kommt immer grosse Melancholie auf, wenn ich an das Essen meiner Heimat denke. Dieses Essen löst in mir starkes →



**RESTAURANT HIRO-CHAN
ONIGIRI**

«Wenn meine Mutter Hiromi aufsteht und die Schiebetüre vor ihrem Schlafkammerchen öffnet, steht sie in ihrem kleinen Restaurant. Es steht in einem Aussenbezirk von Fukuyama. Ich habe meine Mutter als gute Köchin in Erinnerung. Aber nicht unbedingt als eine leidenschaftliche. Aber gesund hat sie gekocht! Die Onigiris in meiner Lunchbox hat sie mit Vollkornreis zubereitet. Die Onigiris all meiner Klassenkameraden waren – anders als meine – strahlend weiss. Ich war überzeugt, wir hätten zu Hause ein Problem mit schmutzigem Wasser. Oder meine Mutter würde mit dreckigen Händen meine Lunchbox füllen ...», schreibt Ken Sakata.



Kochen liegt in der Familie: Ken Sakata ist, wie seine Mutter, selber Koch geworden.

Heimweh aus, vermutlich mehr als alles andere, weil es immer auch mit der Familie und den heimischen Produkten zu tun hat. Und oft ist es etwas ganz Einfaches, das man vermisst, wie Bratwurst oder gutes Brot.» Bei ihm ist es der Innerschwyzler Hafechabis, angeröstet mit einem Drittel Lamm und zwei Dritteln Schweinefleisch, dazu gibt es Gummeli, wie die Kartoffeln in der Region genannt werden. Mindestens dreimal im Jahr pilgert Franz Wiget zu einem guten Hafechabis, so an den Bisisthaler Schafmärcht, an die Steiner Chilbi und an den Ybriger Stöckmärcht. Und in jedem Herbst gehört das deftige Gericht auch in die private Küche der Wigets, dann werden 20 Kilo gekocht, und die gesamte Verwandtschaft wird eingeladen. Das Rezept wird von Generation zu Generation weitergegeben. In bestimmten Regionen der Zentralschweiz gehört nur Lamm dazu, andere mischen den Kabis mit Schweinefleisch, wieder andere fügen beides bei. Für Franz Wiget ist es wichtig, den Kabis auf extrem kleiner Flamme sanft anzudünsten, ohne dass er anbrennt.

Zum Abschluss erzählt er von einem ganz besonderen kulinarischen Heimatgefühl, wenn er an den Bauernhof der Eltern denkt. Zweimal im Jahr wurde dort selbst geschlachtet. Der Störmetzger kam und tötete und zerlegte die Schweine. «Ein grosser Tag», erinnert sich der Sterne Koch, ein Fest eben, das im Volksmund zum

«Jeder kann ja selber entscheiden, ob er der Heimat kulinarisch verbunden bleiben möchte» Franz Wiget

Schlachtfest wurde. «Das Hirn gab es immer gleich am Abend, weil es schnell verderblich war. Da wurde nicht viel gefragt, ob man das essen kann oder nicht. Man ass, weil man Hunger hatte. Wir haben auch nie etwas weggeworfen, das wäre unvorstellbar gewesen.» Koteletts, Filets, Schnitzel, Hals und Bauch. Schinken, Blut- und Leberwurst, Metzelsupp, Innereien und Schweineschwanz – alles Erinnerungen an Wigets Heimathof. «Heute sind Hausschlachtungen selten geworden», sagt er, vom Schlachten würden die Menschen nichts mehr wissen wollen, zu abstossend und martialisch sei ihnen das Rohe an diesem Ritual.

Oh ja, natürlich vermisse er etwas ganz Bestimmtes: «Den Kartoffelsalat meiner Mutter», sagt auch Pascal Haag, «der bedeutet für mich Heimat. Mit Schnittlauch, Rahm und Senf – eigentlich gar nicht so besonders, für mich aber das Allergrösste!» Immer wenn er von längeren Reisen zurückkam, wusste er, dass daheim der Kartoffelsalat auf dem Tisch stehen würde – «den habe ich immer schon im Flugzeug gerochen. Schon ein Salat kann so viel auslösen. Es kann ganz einfach sein.» Heute kocht der 28-Jährige aus Zürich im Haus Hiltl. Und er sagt, der Grund, warum er Koch geworden ist, ist seine Mutter. «Sie hat mir ein Gefühl für Essen mit auf den Weg gegeben.»

Vergangenes Jahr ist seine Mutter gestorben. Und auch der Kartoffelsalat ist ein Stück weit mitgestorben. Pascal Haag weiss: «Er wird nie wieder so schmecken wie früher.»

Die Tomaten-Orangen-Suppe dagegen, die in seiner Familie am Weihnachtsabend stets aus den Resten im Kühlschrank gekocht wurde, hat er bewahren können – er hat das Rezept in einem Kochbuch verewigt. «Mit der Familie sind wir früher auch oft in die Berge gefahren, und da gab es meist Fondue. Obwohl es sich nur um Brot und heissen Käse handelt, kann das Fondue-Feeling so viel in einem auslösen. Als ich einige Monate in Kanada unterwegs war, lernte ich ein paar Schweizer kennen. Zusammen sind wir nach einem Ski-Trip auf den Whistler Mountain Fondue essen gegangen. Wir hatten lange nach einem Restaurant gesucht, und obwohl es auf dem Weg viele andere gute Alternativen gehabt hätte, hatten wir unbedingt in ein Schweizer Restaurant gewollt, nur um diese sehr schönen Gefühle der Heimat, der Wärme und des Familiären zu haben.»

Wo steht sie denn nun aber, die geliebte Heimatküche? Und wohin geht sie: Wird sie mehr und mehr in Vergessenheit geraten, wie manch einer vermutet? Wird sie als kulinarisches Erbe, als eigene Esskultur bewahrt werden? Sven Wassmer sagt: «Vielleicht ist die Heimatküche ein Nachtrauern alter Zeiten. Für mich aber kann sie gar nicht verloren gehen, weil die Erinnerungen bleiben werden.» Franz Wiget sagt: «Erinnerungen, die in Zeiten globaler Fertiggerichte oder multikultureller Fusionsküchen immer seltener werden. Doch jeder kann ja selber entscheiden, ob er der Heimat kulinarisch verbunden bleiben möchte oder nicht.» Und vielleicht umschreiben ja auch zwei Textzeilen der deutschen Romantikusiker von Element of Crime den Umgang mit der Heimat gar nicht so schlecht, wenn es im Titel «Kopf aus dem Fenster» unter anderem heisst: «Wer nicht geht, kommt nie wieder. Wer bleibt, ist nie weg.» Der Rest ist Heimweh – oder Fernweh. Das liegt ganz im Sinne des Betrachters. ■

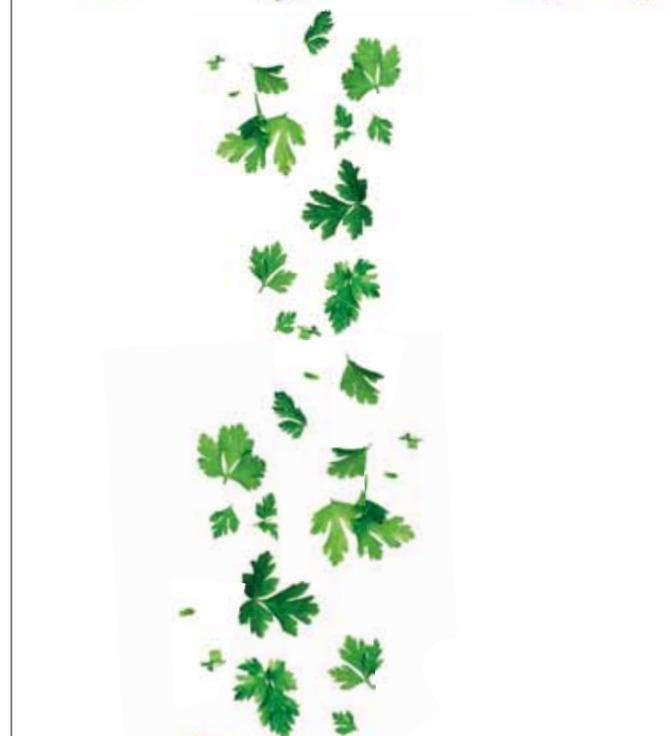
ANZEIGE

WIR KAUFEN IHREN SPITZEN-WEIN und zahlen Ihnen Spitzenpreise

Für unsere anspruchsvolle Kundschaft suchen wir laufend Weine aus Bordeaux und anderen Regionen. **Bevorzugte Jahrgänge: 1982–2009 als Einzelflaschen, Grossformate, Sammlungen und gerne auch ganze Keller – gegen Abholung und sofortige Barzahlung.**



CAVE BB · Strubenacher 6 · CH-8126 Zumikon
Tel: +41 (0)44 919 88 22 · Fax: (0)44 919 88 23
a.baeggli@cavebb.ch · www.cavebb.ch



Natur Pur
OHNE ZUSATZSTOFFE