





Der Zeit voraus

Als Pascal Haag anfang, sich konsequent mit der vegetarischen Küche zu beschäftigen, waren viele Kollegen noch skeptisch. Doch der Rezeptentwickler lässt sich nicht beirren – das beweist er immer wieder.

Interview: Sarah Kohler | Fotos: Jürg Waldmeier

Ihren eigenen Vegetarismus nennen Sie ein klassisches Erst- Welt-Problem. Das müssen Sie erklären.

Pascal Haag: Zu der Erkenntnis gelangte ich während meiner Auszeit 2014. Ich war in Kambodscha bei einer Familie auf dem Land eingeladen, die Frau wollte kochen. Als ich darum bat, für mich das Fleisch im Curry wegzulassen, wusste sie nicht, wie das gehen soll. Also kochten wir zusammen: sie das Curry mit, ich jenes ohne Fleisch. Beim Essen dann kam die Frage auf, warum ich mich vegetarisch ernähre, und nach meinen Erklärungen fand die Familie, sie wolle künftig auch auf Fleisch verzichten. Aber das ist in dem Rahmen, wie die Menschen in Kambodscha auf dem Land leben, gar nicht unbedingt nötig. Die haben da ihr Huhn im eigenen Garten, das ist eine ganz andere Welt. So aber, wie die Situation bei uns ist, dünkt es mich schon sinnvoll, auf Fleisch, wenn nicht ganz auf tierische Produkte zu verzichten.

Sie machten sich als Vegi-Koch einen Namen, tendieren inzwischen aber zur veganen Küche. Wie kommt das an?

Die Skepsis, mit der viele Menschen – gerade auch Köche – einst der vegetarischen Kost begegneten, schlägt heute der veganen Küche entgegen. Ausserdem gilt sie als kompliziert. Dabei wäre das Ganze ziemlich einfach. Oft wird zu viel überlegt.

Echt? Müsste man nicht sogar mehr darüber nachdenken?

Wenn es um die Hintergründe geht, natürlich schon. Aber in

der Umsetzung ist die vegane Küche weniger kompliziert, als viele denken. Die Einstellung, dass man sich extrem einschränken muss, um ohne tierische Produkte zu kochen, finde ich schade.

Warum hält sie sich so hartnäckig?

Das Weglassen von Fleisch und Fisch gilt in einigen Gastrobetrieben immer noch als Beilagenküche. Gemüse, Hülsenfrüchte, Getreide und Co. haben aber ihren ganz eigenen Reiz, der sich zeigt, sobald sie als Hauptakteure auftreten. Die Schwierigkeit bei den Alternativprodukten ist, dass die Mengen, die man braucht, nicht so einfach verfügbar sind. Das wird sich aber ändern, und Anbieter wie Pico Bio haben bereits ein tolles Sortiment. Ein anderes Problem ist eben die Überzeugung, dass man etwa ohne Milchprodukte nicht kochen kann. Darüber muss man hinwegkommen und es einfach mal versuchen. Oder sich Unterstützung holen.

Das tat zum Beispiel das Team der Wirtschaft im Franz in Zürich und liess sich von Ihnen schulen. Wie kann man sich das vorstellen?

Meine Kurse laufen ganz unterschiedlich ab. In diesem Fall gings darum, aufzuzeigen, welche Produkte es gibt und was man damit anstellen kann. Da ist zum Beispiel eine riesige Auswahl an Hülsenfrüchten und verschiedenen Getreiden. Die Wirtschaft im Franz ist in diesem Bereich schon sehr weit. Wir konzentrierten uns in der Schulung also auf die ganzen Sojaprodukte, zum Beispiel auf die Vielfalt beim Tofu.





Nach ein paar Schnupperlehren war klar: **Pascal Haag**, geboren 1984 im Zürcher Oberland, wollte Koch werden. In der Lehre im Hotel Montana Zürich kamen allerdings erste Zweifel auf: Die starre Hierarchie und der raue Ton machten dem Jugendlichen zu schaffen. Doch die Liebe zum Beruf siegte. Es folgten Lehr- und Wanderjahre, die Haag unter anderem auf die Kanalinseln führten. Erstmals «sesshaft» wurde er 2007: Im Haus Hiltl blieb er sieben Jahre. Er startete als Chef de Partie Gardemanger, baute das Kochatelier mit auf und fungierte schliesslich als Rezeptentwickler. 2014 nahm sich Haag eine Auszeit, die er für Reisen und Recherchen nutzte. An der kalifornischen Küste traf er auf die vegane Foodszene, in Südostasien schlenderte er über Märkte, besuchte Kurse und unterrichtete die Studentinnen und Studenten einer kambodschanischen Hotelfachschule in vegetarischer Küche. Am Strand von Thailand festigte ein verdorbenes Pouletspiessli seine Entscheidung, selbst fortan konsequent auf Fleisch zu verzichten. Zurück in der Schweiz, wagte der Vegi-Koch den Schritt in die Selbstständigkeit und machte sich mit seiner überraschenden Gemüseküche einen Namen. Über die Branche hinaus kennt man ihn auch für seine Mitarbeit am 2016 erschienenen Buch «Leaf to Root», zu dem er 70 Rezepte beisteuerte. Haag bietet (hauptsächlich für Gastronomen) Kurse und Workshops an, entwickelt Gerichte und Gewürzmischungen. Sowohl beruflich wie auch privat tendiert er inzwischen zur veganen Küche. pascalhaag.ch

Ein streitbares Thema: Er gilt als fad und langweilig.

Aber Tofu ist nicht gleich Tofu. Es gibt Nature-, Räucher- oder Seidentofu, Varianten mit verschiedenen Geschmäckern wie Curry oder Bärlauch und vor allem diverse Hersteller. Man muss sich durchprobieren. Wer einmal Tofu gegessen hat, der ihm nicht schmeckte, erwischte vielleicht auch einfach einen schlecht produzierten. Ganz ehrlich: Ich fand Tofu lang auch langweilig. Dann lernte ich die Unterschiede kennen.

Welche Tricks kennen Sie in der Zubereitung?

Den Räuchertofu brate ich heiss und in reichlich Fett an, damit sich seine rauchige Note intensiviert und er knusprig wird. Frischen Nature-Tofu kann man zweimal einfrieren respektive auftauen und jeweils das Wasser, das anfällt, abpressen. So erhält er eine schwammige, poröse Konsistenz und bleibt innen weich und saftig, wenn man ihn zum Beispiel in Maisstärke wendet und knusprig anbrät. Und grundsätzlich gilt: Tofu verträgt viel Würze.

Ein anderes Thema, das Sie beschäftigt.

Gewürze sind eine meiner Leidenschaften. Intensiv in Kontakt damit kam ich kurz nach der Lehre. Auf den Kanalinseln arbeitete ich unter einem indischen Küchenchef, der seine Gewürzmischungen immer im Versteckten herstellte, damit auch ja keiner genau wusste, was er da macht. Ich war fasziniert und bin es heute noch.

Inzwischen entwickeln Sie selbst Gewürzmischungen.

Auf meinen Reisen fing ich an, Notizen zu machen und ein Gewürzbüchlein zu führen, in dem ich zusammentrage, was mir begegnet. Es wurde immer dicker, und irgendwann wollte ich teilen, was ich gesammelt hatte. Ich begann, bei Sobre Mesa Gewürzkurse zu geben. Und mit der Anfrage von Soul Spice, ob ich Gewürzmischungen für die vegetarische und vegane Küche entwickeln wolle, nahm alles seinen Lauf.

Wie gehen Sie vor, wenn Sie ein Gewürz – oder ein Gericht – entwickeln?

Am Anfang steht die Inspiration. Die kommt auf vielen Wegen: auf Reisen, über Gerichte von anderen Köchen, aus Büchern, oft auch beim Musikhören oder Schwimmen. Zuerst erstelle ich eine Liste, auf der ich grob zusammenfasse, was ich mir vorstelle: In welche Richtung geht die Kreation, welche Zutaten spielen eine Rolle? Dann experimentiere ich in der Küche. Meistens kommt es zuerst anders raus, als ich es mir vorstellte. Das ist ein Prozess.

Wie viel Bestätigung brauchen Sie dabei von aussen?

Durch die Selbstständigkeit bekomme ich davon nicht wahnsinnig viel. Als Angestellter war das anders. Im Hiltl entwickelte ich auch Rezepte – aber die wurden dann von einem Gremium analysiert. Heute ist meine Partnerin die Erste, die meine neu entwickelten Gerichte probiert. Wobei ich natürlich versuche, sie zu verschonen, wenn es gar nicht schmeckt.



Topinambur-Tatar mit Kurkuma, Meerrettich,
getrockneten Limetten und Radieschenblättern



Ackerbohnenpüree mit
Schwarzwurzel und Dukkah

«Ich wäre megahappy, wenn es am GC-Match einen richtig geilen veganen Burger gäbe.»

Sind Sie grundsätzlich ein Einzelkämpfer?

Im Gegenteil. Ich musste mir sogar schon anhören, ich sei wie ein Pferd im Rennstall, das alles um sich herum braucht, damit es Gas geben kann. Das war damals zwar als Kompliment verpackt, aber so sicher bin ich mir da nicht. Ich glaube, dass ich von der Selbstständigkeit auch deshalb profitiere, weil ich die Erfahrung mache, selber für alles verantwortlich zu sein. Und ich genieße die Zeit, die ich für mich habe, um an meinen Ideen zu feilen. Aber ich freue mich auch auf den Moment, wenn wieder Projekte stattfinden und ich mehr Austausch habe.

Dabei beharren Sie auf einer gewissen Ernsthaftigkeit.

In meinen Kursen suche ich schon eine echte inhaltliche Auseinandersetzung. Für ein bisschen Party und ein bisschen Kochen ist das Thema zu spannend. Hülsenfrüchte, Gemüse, Früchte und Getreide lassen sich schier unendlich kombinieren. Da braucht es eigentlich gar keine Optionen, die an Fleisch erinnern.

Eigentlich?

Für mich darf es schon mal eine Fleischalternative sein. Denn Essen ist auch Geborgenheit. Wir alle erinnern uns gern an die Leibspeisen unserer Kindheit, und in unseren Breitengraden spielt Fleisch da oft eine Rolle. Da sind vegane Fleischalternativen sinnvoll. Für mich ist es der Fleischkäse mit Kartoffelsalat meiner Mutter. Das ging so weit, dass sie mir jeweils eine Portion davon

in die Wohnung stellte, wenn ich von meinen Reisen heimkam. Heute bereite ich mir eine Alternative auf der Basis von Weizen gluten und Räuchertofu zu, mit der ich sehr glücklich bin. Und den Kartoffelsalat kriege ich inzwischen auch so cremig hin, wie er in meiner Kindheit war.

Fleischalternativen werden sich noch viel stärker etablieren, sagen Sie.

Davon bin ich überzeugt. Dass die Leute noch immer so viel Fleisch essen, hängt auch damit zusammen, dass es bequem ist. Ein Gemüsegericht ist in der Zubereitung unter Umständen aufwendiger. Wenn es irgendwann Produkte auf dem Markt gibt, die genauso gut schmecken und im Handling ebenso simpel sind, aber ohne tierische Komponenten auskommen, setzen sich diese sicher in der breiten Masse durch. Ich zum Beispiel wäre mega happy, wenn es am GC-Match einen richtig geilen veganen Burger gäbe.

Zeit für einen Exkurs: Fussball spielt in Ihrem Leben eine nicht ganz unwichtige Rolle.

GC gehört zu meinem Leben, ich bin von Kindesbeinen an an den Matches im Hardturm-Stadion, die blau-weiße DNA ist in meinem Blut. Klar, was da in den letzten Jahren beim Verein lief, ist alles andere als gut, aber ich bin ein loyaler Mensch. Fabian Fuchs, Küchenchef im Equitable, und ich nennen uns gern die letzten Mohikaner, weil wir dem Club die Treue halten und in den letzten Jahren viele Spiele zusammen besuchten. Im Stadion





philosophieren wir, tauschen uns aus – auch übers Kochen. Aber ganz ehrlich: Fussball hilft mir zudem einfach, den Kopf mal frei zu machen. Ich kann loslassen und die Verantwortung abgeben.

Die ist für Sie als Selbstständiger ein grosses Thema. Fühlen Sie sich wohl damit?

Es ist nicht immer lustig, klar, aber für mich passt die Situation so. Am Anfang sagten mir viele, ich solle das besser nicht wagen, dass das nie so rauskommen werde, wie ich mir das vorstelle. Und natürlich ist es anders. Aber: Vieles, was ich mir vornahm, liess sich tatsächlich realisieren, dazu entstand Neues. Ich werde auch heute noch oft gefragt, ob ich denn Geld verdiene mit dem, was ich tue.

Und?

Natürlich, ich muss ja auch Rechnungen bezahlen. Und ich bin dankbar, in der Situation zu sein, dass die Aufträge, die ich annehme, auch mit meiner Philosophie übereinstimmen.

Gibt es denn ein Wunschprojekt?

Ich würde gern noch ein Buch in Angriff nehmen, vielleicht zum Thema Hülsenfrüchte – da sehe ich viel Potenzial. Ich arbeite oft damit, als Beilage zum Gemüse, das die Hauptrolle spielt.

Gemüse ist Ihr Steckenpferd. Was können Sie zu diesem Thema abschliessend sagen?

Die Gemüseküche ist nicht nur wahnsinnig spannend, sie hat sich auch stark verändert. 1810 schrieb der Autor von «Almanach des Gourmands»: «Denn ein Mann, der wirklich des Titels eines Feinschmeckers würdig ist, betrachtet Gemüse und Obst immer nur als Mittel zum Zähnereinigen und Mundspülen, nicht aber als Erzeugnisse, die befähigt wären, einen starken Appetit zu stillen.» Davon sind wir heute zum Glück weit entfernt. In meiner Lehrzeit erlebte ich aber noch, dass als Gemüsegerichte die immer gleichen drei Klassiker hinhalten mussten. Und auch heute scheint Gemüse für manchen Koch eine grosse Herausforderung in Sachen Kreativität, Saisonalität, Zubereitung, Geschmack und Präsentation zu sein. Da versuche ich, Unterstützung zu bieten – damit das Gemüse noch öfter die Nummer eins auf dem Teller ist. ■

Doppelter Dank

Für das Shooting und Interview mit Pascal Haag kamen wir in den Räumen von Eatbyalex in Zürich-Wollishofen unter. Wir danken an dieser Stelle für die Gastfreundschaft. Unser Dank gebührt auch der Partnerin des Vegi-Kochs: Das Geschirr, auf dem seine Kreationen angerichtet wurden, stammt von Larissa Bernet.

eatbyalex.com, larissabernet.ch

PASSUGGER

QUELLE DER *Gastfreundschaft* SEIT 1896

