



Kein Kochplatz in „Stern\*s Kochwerkstatt“ in Bad Hersfeld war mehr frei, als sich Gastronomen und Köche aus der bayerischen, hessischen und thüringischen Rhön beim jüngsten Seminar der RhönSprudel Genussakademie an der neuen „Veggie-Küche“ probierten. Unter Anleitung von Sterne-Koch Patrick Spies vom Gourmet-Restaurant „L'étable“ und Romantik-Hotel „Zum Stern“ in Bad Hersfeld sowie Küchenchef Björn Leist von der „Rhöner Botschaft“ in Hilders entstanden wahre Tellerkunstwerke, die darüber hinaus noch absoluten Genuss garantierten.

Fotos: Freies Journalistenbüro der

Rhön

# „Veggie“ ist keine neue Erfindung – „Veggie“ hat Tradition in der Rhön

Die vegetarische Küche stand jetzt im Mittelpunkt der RhönSprudel Genussakademie **RHÖN / BAD HERSFELD**. Es war ein Seminar, im Laufe dessen die Kreativität und Leidenschaft der Rhöner Köche und Köchinnen förmlich zu spüren war. Das jüngste Seminar der RhönSprudel Genussakademie, einer Gemeinschaftsinitiative des Mineralbrunnen RhönSprudel und der Dachmarke Rhön, widmete sich nämlich dem Thema „Genuss im Wandel der Zeit – die neue Veggie-Küche“. Sterne-Koch Patrick Spies vom Gourmet-Restaurant „L'étable“ und Romantik-Hotel „Zum Stern“ in Bad Hersfeld und Björn Leist, Küchenchef der „Rhöner Botschaft“ in Hilders, standen den Teilnehmern dabei mit Rat und Tat zur Seite, als es um die Zubereitung der vegetarischen und veganen Köstlichkeiten ging.

Wo liegen eigentlich die Ursprünge, welche Vorteile bieten die vegetarische oder vegane Kost und aus welchen Motiven ernähren sich Menschen vegetarisch oder vegan? All diesen Fragen gingen Patrick Spies und Björn Leist zu Beginn des Seminars in „Stern\*s Kochwerkstatt“ in Bad Hersfeld nach. Vegetarisch zu leben sei eine uralte Tradition, meinten die beiden Spitzenköche. Das betreffe gerade eine Mittelgebirgsregion wie die Rhön. Im normalen Alltag gab es früher kein Fleisch – da kam das in die Pfannen und Töpfe, was die Felder hergaben. Die Speisekarte bestand aus Kartoffelsuppe, Gemüse wie Sauerkraut, Pfannkuchen, Kartoffeln und Salaten, ergänzt durch die vielen Wildkräuter, Beeren, Blätter und Wurzeln, die in freier Natur zu finden waren, nannte Spies Beispiele. „Damals war ‚Veggie‘ Alltag“, brachte es Leist auf den Punkt.

## **In der Veggie-Küche von heute liegt eine Chance**

Heute ist die Tradition von einst, sich an den meisten Tagen im Jahr fleischlos zu ernähren, wieder ein Trend, sagten Spies und Leist. Die Hauptkomponenten in der Küche seien Gemüse- und Getreideprodukte, ergänzt durch Salatvariationen und Kräuter. „Natürlich

haben unsere vegetarischen und veganen Gerichte von heute viel mehr Pepp, weil wir ganz andere Gewürze zur Verfügung haben. Und wenn ein fleischloses Gericht gut angerichtet ist und toll schmeckt, wenn die Zutaten noch Biss und Geschmack haben – dann ist der Genuss garantiert. Das erschließt in der einheimischen Gastronomie ganz andere Zielgruppen und damit liegt in der Veggie-Küche auch eine Chance“, hob der Sterne-Koch hervor.

Ein Gastronom müsse keinesfalls Angst haben, in seinem Restaurant vegetarische oder vegane Gerichte anzubieten. Im Gegenteil: Für ihn kann es ein Alleinstellungsmerkmal und damit ein ganz spezielles Aushängeschild seines Betriebes sein. Hinzu kommt, dass der Wareneinsatz bei „Veggie“ oft niedriger ist als bei Fleisch- oder Fischgerichten und somit der Gewinn gesteigert werden kann. Außerdem bietet die vegetarische und vegane Küche automatisch den Vorteil, Saisonales und Regionales miteinander perfekt zu verbinden. In Kürze beginnt in der Rhön wieder die Bärlauchsaison – damit bekommen Kartoffeln, Gemüse und Salate eine ganz eigene regionale Genussnote.

### **Es gibt genügend Lieferanten in der Rhön für vegetarische und vegane Zutaten**

„Veggie ist für die Rhöner Gastronomie überhaupt kein Problem“, sagte Martina Klüber-Wibelitz vom Büro Antsanvia in Schleid, welche die Seminare im Auftrag der RhönSprudel Genussakademie organisiert. Innerhalb des Netzwerks der Dachmarke Rhön gebe es genügend Lieferanten, die nahezu alle Zutaten einer attraktiven und qualitativ hochwertigen vegetarischen und veganen Küche anbieten. Klassiker in der Rhöner Veggie-Küche seien zum Beispiel „Deitscher“ aus rohen oder gekochten Kartoffeln, Kartoffelplätzchen mit Ziegenkäse, Kartoffelpfannkuchen, Spitzwegerich-Käsesalat oder auch junge Pellkartoffeln mit Pfifferlingen, Zwiebeln, Gemüsebrühe und Schmand. In Rhöner Kochbüchern wie „Das Beste aus der Rhöner Küche“ von Alfred Most oder dem „Thüringer Rhön-Kochbuch“ von Heiko Möllerhenn und Udo Hodam finden sich die traditionellen „Veggie“-Rezepte aus dem Mittelgebirge wieder.

In „Stern\*s Kochwerkstatt“ in Bad Hersfeld dienten eben diese überlieferten Rezepturen als Grundlage für ein 7-Gänge-Menü, die von den Köchen und Köchinnen der Rhön natürlich

modern und pfiffig interpretiert wurden. Tipps zum korrekten Garen des Gemüses und für das leckere Anrichten gab es dabei von den beiden Profi-Köchen Patrick Spies und Björn Leist. Nicht wenige Seminarteilnehmer staunten am Schluss, wie lecker eine vegetarische oder vegane Küche daher kommen kann. Der Quinoa-Salat im Sesamcrepe mit Avocado und Tomaten-Koriander-Salsa überzeugte die Gaumen genauso wie die Karotten-Kreuzkümmel-Tarte mit Currycreme und Kichererbsensalat oder das Süppchen von der Roten Bete mit Meerrettich-Espuma. Ergänzt wurde das genussvolle Menü von der Ofen-Kartoffel „Asia Style“ mit Soja-Joghurt, Limetten und lauwarmem Gemüsesalat, einem Pochierten Landei mit Spinat und Senf, dem Risotto von Roten Linsen und Rollgerste mit Blumenkohl, Kümmel und Lauch sowie dem Dessert aus Chia-Mandel-Vanillepudding mit Beeren.

Das nächste Seminar im Rahmen der RhönSprudel Genussakademie findet am Mittwoch, 9. März, in der Zeit von 9.00 bis 17.30 Uhr im Hause des Mineralbrunnen RhönSprudel in Ebersburg-Weyhers, Weikardshof 2, statt. Diesmal geht es um das Thema „Genusskultur im Restaurant – von Mineralwasser und Wein“. Nähere Informationen gibt es im Internet unter [www.rhoensprudel-genussakademie.de](http://www.rhoensprudel-genussakademie.de).



**Der Quinoa-Salat war für manche Gastronomen kulinarisches Neuland – aber eines, das es wert ist, entdeckt zu werden. Das getreideähnliche Quinoa ist der Samen zweier Fuchsschwanzgewächse, die in der Andenregion schon 5 000 Jahre lang kultiviert werden und dort ein Grundnahrungsmittel sind.**