

FOOD-AUTORIN
INGEBORG PILS ÜBER
VEGETARISCHE
GOURMET-KÜCHEN

Gemüse auf Sterne-Niveau

Orangen-Limonensuppe, Kartoffel, Kerbelpulver, Kräutersaidlinge.

Die Zukunft isst vegetarisch. Davon sind immer mehr Spitzenköche und Restaurantkritiker überzeugt. Vorbei die Zeiten, in denen Vegetarier in guten Restaurants mit lustfeindlichen Rohkosttellern und langweiligen Gemüseplatten abgespeist wurden. «Die moderne vegetarische Küche ist sinnlich, auf höchstem kulinarischem Niveau», schreibt die renommierte Food-Autorin Ingeborg Pils. Eine Top-Küche mit ausschließlich veganen und vegetarischen Gerichten – geht das?

TEXT Ingeborg Pils
BILDER Daniel Schwarz

Vegetarische Gourmetküche wird immer mehr zum Trend. «Um einen Stern zu bekommen, braucht die Küche kein Fleisch», stellte der deutsche Michelin schon 2013 fest. Längst hat sich die gesunde Pflanzenkost von dem Klischee-behafteten Label «vegetarisch» entfernt. In den Gourmetküchen von Berlin, Wien und Mailand zaubern Spitzenköche heute sinnfrohe Kreationen auf die Teller, die nicht nur sensationeller Gaumen-, sondern auch verführerischer Augenschmaus sind. Selbst der mit Michelin-Sternen überhäufte französische Starkoch Alain Ducasse überraschte 2014 bei der Wiedereröffnung seines Gourmet-Lokals Alain Ducasse au Plaza Athénée mit einem fleischlosen Menü: Fisch, Gemüse, Getreide für stolze 380 Euro (ohne Getränke). In einem Interview mit der Pariser Zeitung Le Figaro sagte der Starkoch: «Wir müssen die Natur wieder auf unsere Teller bringen, also zum Beispiel damit aufhören, im Dezember Erdbeeren zu essen.» Das klingt so ähnlich wie die Slow-Food-Botschaft des Italieners Carlo Petrini.

Schweizer Pioniere in Zürich und Mailand

Wer hat's erfunden, möchte man fragen. Nun, das erste vegetarische Restaurant der Welt wurde 1898 in Zürich eröffnet: das Haus Hiltl, heute in der vierten Generation ein Familienbetrieb mit Gourmet-Anspruch und Szene-Treff. Auch Europas erste rein vegetarische Sterne-Adresse, das Ristorante Joia in Mailand, gehört einem Schweizer: Pietro Leemann. Das Joia ist konsequent vegetarisch: 2010 verbannt Leemann auch Fisch von seiner Speisekarte und kocht ausschliesslich mit Bio-Produkten. 1996, sechs Jahre nach Eröffnung, wird das Joia zum ersten Mal mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet.

Eine «gewaltfreie Küche»?

Leemann, Starkoch, Intellektueller und Buddhist, kocht (und lebt) aus Überzeugung vegetarisch. Der Tessiner möchte eine «gewaltfreie Küche» anbieten. Nicht nur auf dem Teller, auch in der Küche ist ihm eine friedliche Stimmung wichtig: «Mit Liebe und Sorgfalt hergestellte Speisen schmecken besser», erklärt Leemann auf seiner Webseite. Noch heute sammelt er ▶



Mango, Pfeffer, Basilikum, Quinoa.



Grüne Auster (Gurkensalat, Ingwercreme, Dillöl, Paspier, Austernblätter, Joschaum).



Geschmorte Möhren, Sauerrahm, Kartoffeln, Brot.



Garganelli, Kräutersaidlinge, Basilikum, Parmesan, Knollenziest.

« UM EINEN STERN ZU BEKOMMEN, BRAUCHT DIE KÜCHE KEIN FLEISCH. »

GUIDE MICHELIN

in seiner knappen Freizeit in den Schweizer Bergen Wildkräuter für seine Küche: Waldsauerklee, Echtes Labkraut, essbare Blüten. «Ich koche mit dem, was ich pflücke, um eine Beziehung zur Natur zu schaffen.»

Das Tian – Olymp der vegetarischen Küche

Respekt gegenüber der Natur und ein achtsamer, wertschätzender Umgang mit Lebensmitteln sind auch für Sterne-Koch Paul Ivic oberste Maxime. Mit dem 2011 in Wien eröffneten Tian hat er den Olymp der vegetarischen Köche erreicht. Weltweit gibt es nur vier vegetarische Restaurants mit Michelin-Stern. Seit April 2014 gehört das Tian in Wien dazu. «Ich liebe es, scheinbar simplen Gemüsen spannende Geschmackserlebnisse zu entlocken. Unaufgeregt soll es sein, dabei abwechslungsreich und doch überraschend.» Ivic verwendet nur frische, saisonale Zutaten, bevorzugt aus regionalen, nachhaltigen Quellen in bester und reinster Qualität. «Gemeinsam mit einer Portion Neugierde und Begeisterung die wichtigsten Zutaten für ein Essen, das nicht nur gut schmeckt, sondern auch unserem Körper als auch unserem Geist gut tut.» Auch im Tian sucht man Fisch und Meeresfrüchte vergeblich auf der Speisekarte.

Hinter dem Erfolgsrezept des Tian steht Christian Halper. Mit seiner Vision von nachhaltiger Gastronomie und Hotellerie mit Fokus auf biologische und vegetarische Prinzipien hat er sich mit dem «Tian Restaurant» in Wien und dem schicken «Tian Restaurant» im Herzen Münchens sowie den zwei Bistros mit Expansionspotenzial und einem neu entwickelten «Tian Catering» einen kulinarischen 360 Grad-Traum erfüllt. Die Bio-Gärtnerei «Natur Fair» und das Bio-Vitalhotel Weissenseerhof in Kärnten komplimentieren die vegetarische Gourmet-Welt von Christian Halper.

Der «Himmel» der vegetarischen Küche

Der Name Tian ist kein Zufall, sondern Programm. Er bedeutet im Chinesischen «Himmel»,

meint im Französischen einen vegetarischen Eintopf und steckt zufälligerweise auch in Christian Halpers Vornamen. «Es gibt Dinge, die uns gut tun, und unser Leben um ein »Wow« bereichern», glaubt Christian Halper. Wirklich gut gemachtes, gesundes Essen gehört für den visionären Gründer einfach dazu. «Deshalb setzen wir alles daran, unseren eigenen hohen Anspruch an eine aussergewöhnliche Küche mit unserer leidenschaftlichen Experimentierfreude zu verbinden. Dafür schöpfen wir aus der Vielfalt seltener, auch fast vergessener Gemüse-, Obst- und Getreidesorten, ihren unverwechselbaren Aromen und wertvollen Nährstoffen.»

Alles ist biologisch und nachhaltig

Im Tian München steht Christoph Mezger am Herd. Er sieht bei der vegetarischen und veganen Gourmet-Küche grosses Potential: «Ich möchte zeigen, dass Gemüse mehr ist als nur eine Beilage. Es ist an der Zeit, die Siebenmeilenstiefel anzuziehen und richtig los zu legen.» Die Nähe zum Münchner Viktualienmarkt ist nicht zufällig gewählt. Die Einkaufsoase qualitätsbewusster Köche ist für Mezger nicht nur eine Fundgrube kulinarischer Delikatessen, sondern auch eine Quelle der Inspiration. Genau der richtige Ort für die Tian-Idee. Der 34-jährige Küchenchef und seine Crew verwenden nur Produkte und Zutaten, die biologisch und nachhaltig

produziert werden. Fast alles stammt von lokalen Obst- und Gemüsehändlern, die Mezger regelmässig besucht.

Hier wird Gemüse zum Teamplayer

In die vegetarische Menü-Küche musste Christoph Mezger erst einmal hineinwachsen. Denn die Speisenfolge der klassischen Haute Cuisine baut sich um Hauptgänge auf, bei denen ein Stück Fisch oder Fleisch die dominante Rolle auf dem Teller spielen, nur begleitet von Gemüse und Sauce. In der vegetarischen Küche ist eine Gemüsesorte als kulinarische Hauptperson eher selten. Hier wird Gemüse zum Teamplayer. Zudem halten viele Restaurantköche die pflanzliche Küche vorwiegend für eine Sommerküche mit sonnengereiften Tomaten, knackigen Bohnen und frischen Beeren. Da braucht es schon viel Erfahrung, um auch weniger aromatischen Gemüsesorten ihre subtilen Geschmacksnuancen zu entlocken. Und viel spielerische Kreativität, bis ein Gericht sowohl geschmacklich als auch optisch perfekt ist.

Der Küchenchef ist kein Vegetarier

Ersatzprodukte für Fisch oder Fleisch kommen im Tian übrigens nicht auf den Teller. Mezger geht es nicht darum, das Aussehen oder den Geschmack von Steak oder Würstchen zu simulieren, wie das bei vielen Fleischersatz-Rezepten der Fall ist. «Wir kochen ehrlich vegetarisch. Die bunte Welt der Gemüse ist so vielfältig und schmackhaft, dass sie sehr gut für sich alleine stehen kann.» Wie die meisten in seinem Küchenteam ist auch Christoph Mezger kein Vegetarier. Das hat einen Vorteil: Die Küche weiss, welche Aromen Fleisch- und Fischesser begeistern. Sie sind eine Orientierung beim Kreieren neuer vegetarischer und veganer Menüs. Immerhin gehören rund 80 Prozent seiner Gäste zu den Flexitariern, wie man die Teilzeit-Vegetarier heute nennt.

Vegane und vegetarische Küche macht Spass

Fleischverzehr liegt im Trend, vor allem bei den besser verdienenden Konsumenten. Wer sich

heute dafür entscheidet, Fleisch und Fisch seltener zu essen, tut dies nicht aus Zwang, sondern aus Überzeugung. Nicht nur, weil es gut für die Gesundheit und die Umwelt ist, sondern auch, weil die vegetarische Küche Spass macht und den kulinarischen Horizont erweitert. Und weil immer mehr Menschen die Sehnsucht nach ehrlichem, nachhaltigem und fleischlosem Essen als Teil ihres Lebensstils haben. «Kochen ist für mich eine Kombination aus Leidenschaft, Kreativität und Handwerk. Ich möchte mit meiner Arbeit Emotionen erzeugen und diese an die Gäste weitergeben», so Mezger. Ein Blick in die Reservierungsbücher der vegetarischen Gourmet-Tempel zeigt: Die Richtung stimmt. **H**

Hotelier info

Paul Ivic (Jahrgang 1978), Tiroler mit kroatischen Wurzeln, ist leidenschaftlicher Koch, grosser Befürworter biodynamischer Landwirtschaft und ein Kritiker von genmanipulierten und industriell deformierten Lebensmitteln. Er leitet seit der Eröffnung 2011 die Küche im Tian Wien. 2014

wird sie mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet, den er auch in kommenden Jahren erfolgreich verteidigt. 2015 folgt die nächste Auszeichnung: Das Tian ist das erste vegetarische Restaurant, das vom Gault Millau mit drei Hauben ausgezeichnet wird. Mit 17 Punkten kochte sich Ivic in die erste Liga der Spitzenköche.

Für kulinarische Gaumenfreuden auf höchstem Niveau sorgt im Tian München **Christoph Mezger**. Der 34-jährige Küchenchef arbeitete bereits in einigen Sterne-Restaurants, wie der Villa Hammerschmiede in Pfingsttal bei Karlsruhe. Zuletzt war Mezger Sous Chef in Alfons Schuhbecks «Südtiroler Stuben» in München, ausgezeichnet mit einem Michelin-Stern und 17 Gault Millau-Punkten. Für das Münchner Tian erkochte er 2015, bereits ein Jahr nach Eröffnung des Restaurants, 14 Gault Millau Punkte und 1 Haube.

Pietro Leemann wurde 1961 in Locarno geboren. Seine Sporen verdiente er sich einst in den Küchenbrigaden von Freddy Girardet und Gualtiero Marchesi, dem ersten italienischen Drei-Sterne-Koch, der als Begründer der modernen italienischen Küche gilt. 1990 eröffnet er mit einem Freund das vegetarische Ristorante Joia in Mailand, 1991 erscheint sein erstes Kochbuch Vegetarische Haute Cuisine. 1996 erhält das Joia als erstes vegetarisches Restaurant der Welt einen Michelin-Stern, den es bis heute hält.



Das Tian – Olymp der vegetarischen Küche.



Legende

