

A la carte

Einsatz am Herd: Mit der «Saisonküche» bei David Brugger.

Bei David Brugger dreht sich alles um den Mohn. Vollkommen legal.



Vollmohnzauber

Mohn ist vielseitig verwendbar und hat in der modernen Küche als kulinarische Spezialität seinen festen Platz. Man denke nur an Mohnstrudel, Mohnnudeln oder Mohnöl.

Ankunft in Veltheim AG. Ein Stück unbekannte Schweiz stellt sich vor.

Veltheim? Friedvoll döst das Dorf am Rand des Schenkenbergertals vor sich hin. Und wer sich von der Staffelegg (zwischen Frick und Aarau) Veltheim nähert, wird sich vom satten Grün der Wiesen verzaubern lassen. Auf der Fahrt begegnet man kleinen Wäldern, zahlreichen bunten

Rebhängen, einer Burgruine, einem bewohnten Schloss – und leuchtenden Mohnfeldern. Es wird spannend.

Zugegeben, das mit den leuchtenden Mohnfeldern ist geflunkert. Im Oktober wird der Mohn aus den eiförmigen Kapsel Früchten (im Bild oben links) geerntet. Ja, und dann leuchten nur die Augen des Bauern. Wer die Farbenpracht des Mohns einmal erleben

will, muss bereits im Mai nach Veltheim kommen.

David Brugger ist Gemüse- und neuerdings auch Mohnbauer. Er hat sich in den Kopf gesetzt, Mohn zu pflanzen, zu ernten und zu Speiseöl zu verarbeiten.

«**Mägi**» schon vor dem Krieg
«Mohn wurde in der Schweiz schon früh angepflanzt und für Speiseöl genutzt. In Veltheim war

das bis zum Zweiten Weltkrieg gang und gäbe», sagt Brugger. Als er erstmals seinen Mohn anpflanzte und es auf seinen Feldern wie wild zu blühen begann, wunderte sich in Veltheim niemand, was Brugger umso mehr verwunderte. «Die ältere Generation hat mich dann lachend aufgeklärt», erzählt er. «Sie bezeichneten damals ihren Mohn als «Mägi». Und in der alten «Öli», so nannte man hier die

Mühle, wurden die Mohnsamen zu einem beliebten Speiseöl gepresst.»

Köstlicher Mohnstrudel

Köchin Annina Ciocco von der «Saisonküche» packt die Zutaten für den Mohnstrudel aus. David Brugger holt sein Zaubergerät aus dem Schrank – eine Mohnmühle, die er in Deutschland gekauft hat. Praktisch für alle, die keine 200 Gramm Mohnsamen im Mörser zerquetschen mögen.

Und los gehts: Zuerst werden die frisch geernteten Samen mit einem feinen Sieb vom Staub befreit. (Dies entfällt, wenn man den Mohn im Reformhaus kauft.) Der Mohn kommt nun in die Mühle und wird von David Brugger gemahlen, derweil Annina Ciocco die mit Kristall- und Vanillezucker vermischte Milch aufkocht. Den gemahlene Mohn lässt «unser» Mohnbauer nun vorsichtig in die warme Milch einrieseln, während die Köchin die Schale einer Zitrone in die Milch reibt. Die Masse wird einige Minuten beiseite gestellt, damit der Mohn in der Milch ein wenig aufquellen kann.

Von Hand gesät

«Mohn ist heikel. Er braucht viel Zuwendung. Da er nur einen halben Millimeter unter den Ackerboden darf, wird er von Hand gesät. Ja, und später kommt das wild wuchernde Unkraut», klagt David Brugger.

Nun, für einen Laien hört sich das schrecklich an, doch bei dem Enthusiasmus, den Brugger an den Tag legt, wird er das Unkraut mit Freuden hacken. Zeit für die Birnen und den Teig. Zack – die Früchte werden halbiert und ohne Kerngehäuse in kleine Würfel geschnitten. Nicht so einfach ist die

Arbeit von Annina Ciocco, die ein gut befeuchtetes Küchentuch auf dem Tisch ausbreitet und ein trockenes Tuch darüber legt. Sie nimmt ein Teigblatt und legt es auf dem «Doppeltuch» aus. Das Blatt bestreicht sie mit Mohnöl und legt dann das zweite Teigblatt auf das erste. Zuvor hat David Brugger den Mohn angeröstet, nun lässt er ihn abkühlen. Danach wird die Masse auf dem Teig gleichmässig verstrichen und die Birnenwürfel werden darüber verteilt.

«Früher hiess der Mohn in Veltheim Mägi.»



BILD: STOCKFOOD/BRAB.CH

«Nein, Teig rollen ist nichts für mich», sagt er und blickt fasziniert auf die Hände von Annina Ciocco, die vorsichtig die seitlichen Teigränder einschlägt und mit Hilfe der Tücher die ganze Chose von vorn nach hinten satt einrollt. «Einen solchen Mohnstrudel zu machen hat es in sich», meint Brugger, als er sieht, wie Ciocco die Masse behutsam auf das mit Backpapier belegte Blech legt. Die Roulade wird mit dem restlichen Öl bepinselt und verschwindet für 30 Minuten in den auf 220 Grad vorgeheizten Backofen.

Olivensöl des Nordens

«Mohnöl wird oft als das Olivenöl des Nordens bezeichnet und ist sehr gesund. Es hat rund 90 Prozent ungesättigte Fettsäuren, ist schonend kaltgepresst und unfiltriert», sagt David Brugger, bevor er herzhaft in den verführerisch duftenden Mohnstrudel beisst. «Mohnöl eignet sich auch vorzüglich als Geschmacksträger zu jungem Ziegenkäse oder passt perfekt zu Fisch, Salat und Gemüse», schwärmt er weiter von seinem Produkt. Man glaubt ihm aufs Wort.

Text Martin Jenni
Bilder Lucas Peters

Mehr Infos unter www.veltheimer-mohnoeil.ch



A. David Brugger und Annina Ciocco können sich entspannen: Es ist vollbracht, der Strudel verschwindet im vorgeheizten Ofen.

B. Die Zutaten: Mohnsamen, Mohnöl, Puderzucker, Strudelteig, Milch, Kristall- und Vanillezucker, Zitrone und Birnen.

C. Die gemahlene Mohnsamen tauchen in die aufgekochte Milch.



D. Das erste Strudelteigblatt wird mit etwas Mohnöl subtil bepinselt.

E. Auf den beiden Strudelteigblättern wird die Mohnmasse gleichmässig verstrichen.

F. Die Teigränder werden seitlich zwei Zentimeter eingeschlagen. Der Strudel wird mit Hilfe der Tücher von vorn nach hinten satt eingerollt.





Rezept

Mohnstrudel mit Birnen

Ergibt 8 Stück

200 g Mohnsamen
 1 dl Milch
 100 g Zucker
 1 Beutel Vanillepulver
 1 Prise Salz
 1 Zitrone
 400 g Birnen
 2 Stück Strudelteig, ausgewallt,
 à 60 g
 3 EL Mohnöl oder flüssige Butter
 Puderzucker zum Bestreuen

1 Mohnsamen sieben, mit einer Mohnmühle mahlen oder in einem grossen Mörser quetschen. Milch mit 50 g Zucker, Vanillezucker und dem Salz aufkochen. Mohn einrieseln lassen und aufkochen. Zitronenschale dazureiben. Pfanne vom Herd nehmen, Masse 5 Minuten quellen lassen. Danach wieder auf den Herd setzen und die Mohnmasse kurz anrösten. Abkühlen lassen. Birnen halbieren, Kerngehäuse entfernen, Birnenhälften in kleine Würfel schneiden.

2 Backofen auf 220 Grad vorheizen. Ein gut befeuchtetes Küchentuch ausbreiten und ein trockenes Tuch darüberlegen. 1 Blatt Strudelteig auf den Tüchern auslegen. Mit 2 EL Öl oder Butter bepinseln. Mit dem zweiten Teigblatt decken und die Mohnfüllung daraufstreichen. Birnen darauf verteilen. Restlichen Zucker darüberstreuen. Teigränder seitlich 2 cm einschlagen. Strudel mit Hilfe der Tücher von vorne nach hinten satt einrollen (siehe Bild F). Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit restlichem Öl oder Butter bepinseln. In der Ofenmitte rund 30 Minuten backen. Abkühlen lassen. Mit Puderzucker bestreuen und lauwarm servieren.

TIPP Mit Vanilleglace oder Vanillecreme servieren.



D



E



F

Mehr Rezepte:
saisonné
www.saison.ch