

GILDE

GEGEN FOOD- WASTE

Wir heissen unsere
**neuen Gilde-Mitglieder
und Partner**
herzlich willkommen

Misfits Die eigenwilligen
Aussenseiter

Spitzenrezepte
zum Kochen



WARUM

BELOHNEN WIR EINEN AKTIVEN LEBENSSTIL MIT BIS ZU CHF 800.–?

WEIL GESUNDHEIT
ALLES IST **SWICA**

Wir belohnen persönliche Aktivitäten für Gesundheitsförderung und Prävention in den Bereichen Bewegung, Ernährung und Entspannung – zum Beispiel Fitnesscenter, Personal Training oder Ernährungsberatung – mit attraktiven Beiträgen von bis zu CHF 800.– pro Jahr. Mehr erfahren Sie unter **Telefon 0800 80 90 80** oder swica.ch/fit

Mitmachen
und gewinnen.
[swica.ch/
wettbewerb](http://swica.ch/wettbewerb)



ESSEN & GENIESSEN MIT CHAMPAGNER

Champagner, der edle und traditionsreiche Schaumwein aus Frankreich, eignet sich nicht nur für Aperitifs, sondern ist auch ein perfekter Essbegleiter. Grosse Köche in aller Welt – vor allem in Frankreich – haben immer wieder Gerichte zu edlem Champagner zubereitet. In diesem hochwertigen, neuen Bildband wird diese Tradition wieder aufgenommen. 20 Schweizer Topköche präsentieren ihre Menus: Vorspeisen, Fisch- und Fleischgänge sowie Desserts, passend zum jeweiligen Champagner. Mit Rezepten aus dem Hotel Alpina, Gstaad, Hotel Palace, Gstaad, Hotel Carlton, St. Moritz, Grand Hotel Tschuggen, Arosa, Hotel Storchen, Zürich, und KKL, Luzern.

Autor: Hans R. Amrein
232 Seiten, 24,5 × 32,6 cm, gebunden, Hardcover
Mit 187 Abbildungen
ISBN 978-3-03818-195-8

CHF 49.–



**JETZT
BESTELLEN**

Telefon: +41(0)33 336 55 55
Mail: mail@weberag.ch
Direkt online mit 20 % Rabatt:
www.weberverlag.ch

WEBER-VERLAG.CH

Liebe Gäste

Die ersten Tage, Wochen und Monate als Gilde-Präsident sind bereits vorüber und geprägt von vielen schönen Momenten, spannenden Anlässen sowie Begegnungen mit interessanten Menschen. Die neue Verantwortung hat mir in dieser kurzen Zeit schon viele positive Erlebnisse geschenkt. Doch wie immer im Leben bringt eine neue Aufgabe auch neue Erwartungen mit sich. Erwartungen, wie wir sie alle kennen. Möge der Erwartungsdruck nun von einem selber stammen oder durch fremde Einflüsse ausgelöst werden – es ist ein grosser Bestandteil unseres täglichen Seins.

Wir alle werden von unserem Umfeld beeinflusst und überall und zu jeder Zeit entstehen Erwartungen. Beispielsweise beim Betreten eines Gilde-Restaurants und der Erwartung, dass meine Wünsche entsprechend erfüllt werden, das Personal mir die gewünschte Aufmerksamkeit schenkt, die Qualität des Essens wie gewohnt hochstehend und die Atmosphäre angenehm und einladend ist. Oder meine Erwartungen, wenn ich meine langersehnten Ferien buche. Wird die Unterkunft wohl so aussehen wie auf den Bildern? Kann das Hotel alles halten, was es im Prospekt versprochen hat? Und bin ich auch erholt und ausgeruht, wenn ich zurück bin? Ja, die Erwartungen finden wir überall – auch im Alltag. Wir besitzen Erwartungen im Umgang mit Menschen, mit der Erhältlichkeit meines «Lieblingsbrötli» am Morgen bei der Bäckerei, mit dem Vorhandensein meiner Produkte beim Einkaufen oder eben auch, dass das Gemüse und die Früchte die notwendige Reife haben, sofort geniessbar, aber trotzdem auch lang haltbar sind. Und dass der Geschmack unserer Vorstellung entspricht oder, noch ganz banaler, dass das Gemüse und die Früchte die gewohnte Form einnehmen.

Wie Sie sehen können, die Erwartungen sind sehr vielfältig und individuell, zeigen aber eine Gemeinsamkeit: Wir alle werden von Erwartungen beeinflusst, immer und überall. Und gleichzeitig stehen aber wir selber hinter all diesen Erwartungen. Menschen, die versuchen, ihr Bestes zu geben, Wünsche anderer zu erfüllen und/oder Erwartungen gerecht zu werden.

Wie wäre es also, wenn wir unsere Erwartungen einfach mal ruhen und uns stattdessen überraschen lassen, wie beim Ernten im Garten. Wenn wir stattdessen Neues entdecken und daran denken, dass wir schlussendlich alle im selben Boot sitzen.

In diesem Sinne: Gönnen Sie sich und Ihren Erwartungen einen Moment Ruhe und geniessen Sie stattdessen das Ausprobieren der Rezepte, das Weiterarbeiten der Lebensmittel, das «Sichüberraschenlassen» von neuen Kreationen und das Lesen dieser Ausgabe.


Euer Präsident
Gerhard Kiniger





Kürbiscremesuppe mit Kernen

Zeitaufwand
Vorbereitung: 15 Minuten
Zubereitung (mit Kochzeit): 30 Minuten
Für 4 Personen

700 g Kürbis
 2 Zwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 2 EL Rapsöl
 1 dl trockener Weisswein
 7 dl Gemüsebrühe
 2 dl Rahm
 Salz, Pfeffer, gemahlene Muskatnuss
 Kürbiskerne

So wirds gemacht

Den Kürbis schälen und von den Kernen befreien, das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und klein schneiden. Das Rapsöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Kürbis darin andünsten, mit dem Weisswein ablöschen. Die Temperatur ein wenig reduzieren und anschliessend mit der Brühe auffüllen, bei geringer Hitze ca. 30 Min. leicht köcheln lassen.

Anschliessend die Suppe pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken, den Rahm dazugeben. Bei Bedarf die Suppe noch etwas einkochen lassen.

Die fertige Suppe in einer Tasse oder einem Teller anrichten und mit den Kürbiskernen und Kürbisöl garnieren.



Inhalt

à point

- 6 Waffen im Kampf gegen Food-Waste
- 12 Pseudogetreide – Die kleinen Kraftlieferanten
- 13 Misfits – Die eigenwilligen Aussenseiter

gastro-trends

- 15 Gilde-Weine
- 21 Genussreise nach Yverdon-les-Bains und Neuenburg

Rezepte

- 4 Kürbiscremesuppe mit Kernen
- 10 Eingelegte marinierte Pilze
- 11 Eingelegte Gurken
- 27 Capuns
- 30 Lebkuchenmousse
- 31 Crème Catalan

Kreuzworträtsel

- 26 Gewinnen Sie tolle Preise

News

- 28 Unsere neuen Mitglieder / Generationenwechsel / Unsere neuen Partner
- 32 Gilde-Gutscheinkarte



Mit
 Rezepten
 aus
 Gilde-Küchen



ZERO
WASTE

Waffen im Kampf gegen Food-Waste

Wir Menschen sind Gewohnheitstiere. Aber manchmal lohnt es sich, Gewohnheiten zu überdenken. Besonders dann, wenn wir so Lebensmittelvergeudung vermindern und unseren ökologischen Fussabdruck verkleinern können. Denn Food-Waste verursacht laut der Schweizer Akademie der Naturwissenschaften jede Menge Treibhausgasemissionen. Auch der Weltklimarat ruft dazu auf, Food-Waste zugunsten des Klimas zu vermeiden. Wir zeigen Ihnen, was Sie tun können – ob im Privathaushalt oder im Gastronomiebetrieb.

In früheren Ausgaben berichteten wir bereits über dieses Thema, welches uns am Herzen liegt. Der Kampf gegen Lebensmittelverschwendung ist inzwischen in der Mitte der Gesellschaft angekommen – Apps, Info-Plattformen und Rezeptbücher stellen dabei nützliche Hilfsmittel bzw. Waffen im Kampf gegen Food-Waste dar. Nachfolgend werden die wichtigsten präsentiert, zusammen mit weiteren Ideen und Initiativen zur Vermeidung von Food-Waste.

Info-Plattformen, Kochbücher und Rezepte-Apps

Oft mangelt es an Wissen und Ideen, damit eigentlich Essbares auf dem Teller anstatt im Abfall landet. Inspiration dafür bieten die Kochbücher «Nose to Tail» und «Leaf to Root». Sie helfen, verschmähte Teile neu zu entdecken – sei es beim Tier oder bei den Pflanzen. Warum nicht mal ein Pesto aus Karottenkraut zubereiten? Oder Pickles aus Wassermelonenschalen? Der Fantasie scheinen keine Grenzen gesetzt zu sein.

Doch auch Info-Plattformen und Apps können Ideen für neue Gewohnheiten und Rezepte geben. Foodwaste.ch, gggessen.ch und zugutfürdietonne.de sind gute Info-Plattformen, um mehr über Food-Waste zu erfahren und was dagegen getan werden kann. MyFoodways etwa schlägt personalisierte Rezepte vor, basierend auf Ihren Vorlieben und Ihrem Kühlschrankinhalt.

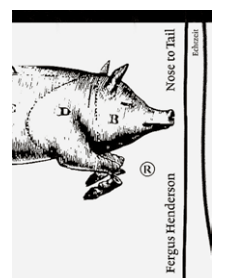
BUCHTIPPS

Leaf to Root



Esther Kern, Pascal Haag,
Sylvan Müller
AT Verlag
2016

Nose to Tail



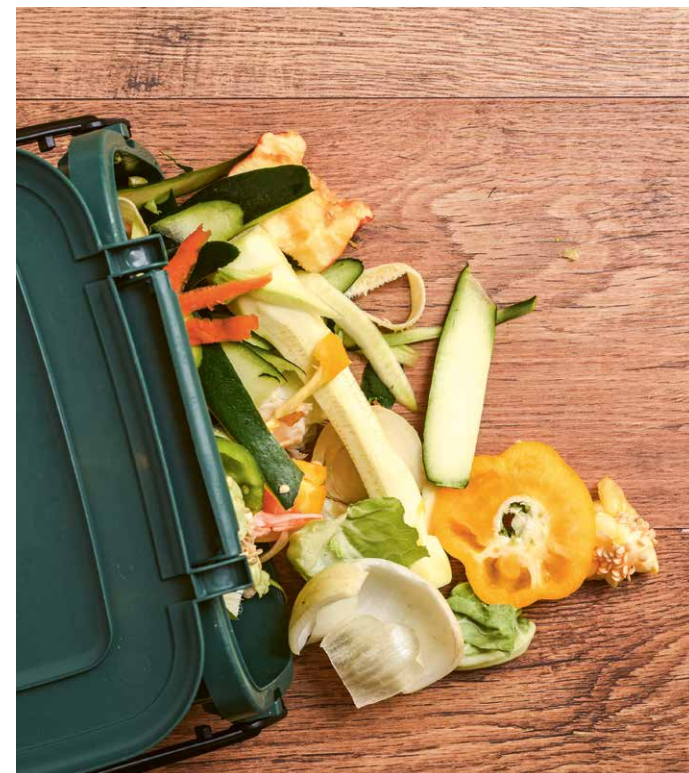
Ferguson Henderson
Verlag Echtzeit
2014

Speziell an Betriebe richtet sich United Against Waste, ein Branchenzusammenschluss im Food-Service-Sektor, mit der Informationsplattform united-against-waste.ch, die auch Fallstudien beinhaltet. Ebenfalls für Betriebe geeignet sind die Apps wastetrackerapp.ch (hilft Lebensmittelabfälle im Betrieb zu erfassen, sichtbarzumachen und zu analysieren), foodsaveapp.ch (liefert über 200 Lösungsvorschläge für den Küchenalltag) und prognolite.com (richtet sich an Gastro-Betriebe, welche ihre Mengen- und Personalplanung optimieren möchten).

Weiterverkauf, -gabe, -verarbeitung und Catering

Manchmal stösst man mit dem Resteverwerten an Grenzen, dann ist es möglich, noch Essbares zu verschenken, z. B. mit der App [Foodshelf](http://foodshelf.ch), welche sich an Privatpersonen adressiert. Über foodsharingschweiz.ch können sowohl Private als auch Betriebe Essen verschenken, via food-bridge.ch können nur Produzierende Lebensmittel abgeben. An vielen Orten gibt es zudem öffentliche Kühlschränke. Dominik Waser verkauft über grassrooted.ch Bio-gemüse weiter, ob kiloweise oder als Gemüseabo, vermittelt aber auch grössere Mengen zwischen Unternehmen.

Wer nicht kochen will oder kann, hat dennoch die Möglichkeit, Food-Waste zu vermeiden, nämlich durchs Unterstützen entsprechender Initiativen. Mit der Devise «Frisch von gestern» verkaufen die Äss-Bars in den grössten Schweizer Städten Backwaren vom Vortag zu reduzierten Preisen, d. h. mind. 50 % günstiger. Im Könizer Restaurant Mein Küchenchef wird Food-Waste



Auf zum Kampf gegen Food-Waste!

ebenso bekämpft wie im Zürcher Restaurant Metzger, wo nicht nur das Filet, sondern das ganze Tier verarbeitet wird.

Weitere Initiativen sind puretaste.ch, welche fermentierte Produkte aus gerettetem Biogemüse in verschiedenen Deutschschweizer Städten verkaufen, oder woodandfield.ch, die Molke für ihre Jomo Shakes verwenden.

Zu guter Letzt: Zum guten Heinrich ist ein Catering-Unternehmen mit einer Zero-Waste-Philosophie. Neben dem alltäglichen Catering ist es mit seinem Food Bike auch an diversen Anlässen vertreten. Es verwendet qualitativ hochwertiges und unförmiges Obst und Gemüse, das nicht verkauft werden kann – einfach, weil es der Normgrösse nicht entspricht. Anlässe in der Stadt Zürich beliefert es wenn möglich emissionsfrei per Velo, ausserhalb von Zürich per Auto, aber CO₂-kompensiert.



Abfall und wilde Pflanzen retten

Wem das alles zu kommerziell und konventionell ist, kann auch Abfall oder wilde Pflanzen retten. Auf der Website von [Falling Fruit](http://fallingfruit.org) findet sich eine globale Karte, auf der Bäume mit essbaren Früchten, Blättern oder Beeren eingetragen sind, vor allem auf urbanem Gebiet. [Mundraub.org](http://mundraub.org) ist die grösste Online-Plattform für die Entdeckung und Nutzung essbarer Pflanzen weltweit. Auf der Karte sind nur Bäume, Sträucher usw. vertreten, von denen ohne Sorge gepflückt werden kann. Beim Containern schlussendlich wird Essbares aus dem Abfall gerettet, nämlich aus Supermarkt-Containern. Wer dies praktiziert, befindet sich jedoch in einer rechtlichen Grauzone – wenden wir uns doch besser direkt an die Betriebe, bevor die Lebensmittel bereits im Abfall gelandet sind. Oder versuchen wir es mit einer der oben genannten Initiativen und Hilfsmitteln bzw. Waffen. Na dann, auf zum Kampf gegen Food-Waste!



Ein weiterer effizienter Weg, um Food-Waste zu vermeiden, ist das Konservieren von Lebensmitteln, um sie länger haltbar zu machen.

Hier gibt es verschiedene Methoden, die sich je nach Lebensmittel und späterem Verwendungszweck gut eignen.

Gefrieren:

Eine sehr naheliegende und einfache Methode zum Haltbarmachen von Lebensmitteln ist sicherlich das Gefrieren. Durch die sehr tiefen Temperaturen werden die Aktivitäten von Mikroorganismen in Nahrungsmitteln unterbrochen und diese sind so länger gefahrlos verzehrbar. Bananen lassen sich so bis zu sechs Monate halten, Butter sogar bis zu neun Monate. Auch teure, klimaintensive Produkte wie beispielsweise Rindfleisch lassen sich gut einfrieren und bleiben so um ein Vielfaches länger geniessbar. In vielen Kochbüchern findet man detaillierte Tabellen mit Details, wie verschiedene Lebensmittel am besten eingefroren werden.



Salzen/pökeln:

Diese Methode eignet sich besonders für Fisch oder Fleisch. Wiederum ist der Schlüssel zum Erfolg, das Wachstum von Mikroorganismen zu verlangsamen oder gar aufzuhalten. Durch das Salzen wird den Lebensmitteln viel Wasser entzogen, welches die Mikroorganismen brauchen, um normal zu wachsen. Gepökeltes Fleisch wird nicht nur länger haltbar, sondern auch würziger. Im Internet finden sich viele ausführliche Anleitungen, wie man erfolgreich pökelt.



Trocknen:

Das Trocknen, zum Beispiel auf einem Dörrgerät, ist eine einfache Vorgehensweise, um Früchte oder Kräuter zu trocknen. Jedoch eignen sich nicht alle Kräuter zum Dörren. Bei Schnittlauch, Petersilie und Basilikum ist teilweise mit Aromaverlust zu rechnen, diese Kräuter lassen sich jedoch hervorragend einfrieren. Majoran und Oregano hingegen können durch den Dörrprozess sogar an Aroma und Intensität gewinnen.



Einkochen:

Die wohl bekannteste und auch prototypische Art des Einmachens für viele ist das Einkochen in Einmachgläsern. Nicht nur bleiben Lebensmittel in den Gläsern ein ganzes Jahr oder teils auch länger haltbar, die Gefässe se-

hen mit ihrem bunten Inhalt auch sehr hübsch aus und eignen sich ideal als Geschenk. Wichtig beim Einmachen ist, dass mit grosser Sorgfalt und besonders hygienisch gearbeitet wird. Gemüse und Früchte können zudem nur in einem Sud eingekocht werden – bei Früchten empfiehlt sich Zuckerlösung, bei Gemüse zum Beispiel Essig. Nachdem die Gläser befüllt sind, werden sie gut verschlossen in ein Wasserbad gestellt und dieses anschliessend langsam erhitzt. Wichtig ist, dass die Gläser zu etwa zwei Dritteln von Wasser bedeckt sind. Sobald im Glas Luftbläschen nach oben steigen, kann die Temperatur etwas zurückgedreht werden. Die Produkte werden je nach Zeitangabe des Rezeptes unterschiedlich lange eingekocht.

Eingelegte marinierte Pilze

- Für 1 grosses Glas
600 g frische Pilze

Marinade

 - 2 Zweige Rosmarin
 - 2 Zweige Zitronen-Thymian
 - 2 frische Lorbeerblätter
 - Pfefferkörner
 - 3 dl Weissweinessig

Zum Einlegen

 - 1 Peperoncino
 - 2 Knoblauchzehen
 - Olivöl neutral

So wirds gemacht
Die Pilze reinigen, in gleich grosse Teile zupfen oder schneiden.

Für die Essigmarinade alle Zutaten zusammen aufkochen, die Pilze entsprechend der Grösse 1–3 Minuten köcheln lassen.

Die Pilze und Kräuter aus der Marinade nehmen, noch warm direkt in die heissen Gläser schichten und mit Olivenöl auffüllen. Beachten Sie, dass die Pilze komplett mit Öl bedeckt sind. An einem kühlen Ort aufbewahren.



Eingelegte Gurken

- 2 kg kleine Gurken oder Salatgurken (Salatgurken halbieren, Kerne entfernen, danach in regelmässige Stücke schneiden)

140 g Salz

1,5 l Kräuternessig

4 dl Wasser

250 g Zucker

1 EL zerdrückte schwarze Pfefferkörner

Zutaten für das Glas

- 2 rote Zwiebeln
- 2 Stengel frischer Dill
- 1 Lorbeerblatt, getrocknet, pro Glas
- Pfefferkörner, Peperoncini

So wirds gemacht
Die Gurken gut waschen. Danach in einem grossen Topf alle Zutaten für den Sud ausser dem Essig aufkochen.

In die vorbereiteten sterilen Gläser kommen je 2 Stück geviertelte Zwiebelstücke, etwas Dill sowie Senfkörner sowie ein Lorbeerblatt. Jetzt werden die Gurken in das Glas geschichtet.

Zum gekochten Sud kommt nun der Essig hinzu. Kurz umrühren und über die Gurken giessen. Dabei darauf achten, dass die Gurken mit dem Sud komplett bedeckt sind. Die Gläser verschliessen und in einen Topf

mit kochendem Wasser stellen, oder im Dampfgarer für ca. 15 Min. bei 80 °C köcheln lassen. Danach erkalten lassen und für min. 4 Wochen in der Vorratskammer ziehen lassen. Die eingelegten Gurken eignen sich herrlich zu einem Raclette im Winter.

Pseudogetreide – Die kleinen Kraftlieferanten

Sie sind im Moment in aller Munde – Nahrungsmittel wie Quinoa, Amaranth oder Buchweizen sind gerade voll im Trend. Sie bieten nicht nur eine willkommene Abwechslung zu vielen traditionellen Getreiden und Beilagen, sie haben oft auch gesundheitliche Vorteile und sind für Allergiker gut geeignet. Sehr ähnlich im Verwendungszweck, rührt ihre Bezeichnung als Pseudogetreide daher, dass sie aus einer anderen Pflanzenfamilie stammen als die sogenannten richtigen Getreide.



Quinoa

In Südamerika ist Quinoa eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel. Die kleinen Körner enthalten wichtige Nährstoffe und sind gute Eisen- und Proteinlieferanten. Dies macht Quinoa besonders bei Vegetariern und Veganern sehr beliebt. Ein weiterer grosser Vorteil von Quinoa ist, dass es kein Gluten enthält und somit für Menschen mit Zöliakie verträglich ist. Auch wenn man es den Körnern nicht unbedingt ansieht, ist die Pflanze eng mit Spinat, Mangold und Roter Bete verwandt.



Amaranth

Auch Amaranth enthält viel Eisen sowie Protein und ist ebenfalls glutenfrei. Zusätzlich liefert es dem Körper sehr viele Ballaststoffe. Bereits 100 Gramm des Pseudogetreides decken einen Drittel des empfohlenen Tageswerts ab, so fördert es die Verdauung und sättigt langanhaltend. Zwar enthält Amaranth relativ viel Fett, doch handelt es sich dabei zu 70 % um die gesunden ungesättigten Fettsäuren, welche gut für das Herz sind. Auch für Sportler sind die Körner sehr zu empfehlen, denn sie enthalten sehr viel Magnesium.



Buchweizen

Der Name täuscht, denn der Buchweizen hat mit Weizen nichts am Hut. Buchweizen schützt unsere Zellen, denn es enthält rund zwei Milligramm Vitamin E pro 100 Gramm. Vitamin E schützt Körperzellen vor freien Radikalen und beugt somit Krankheiten und dem Alterungsprozess vor. So gesund Buchweizen ist, sollte man ihn doch nicht im Übermass verzehren, denn er kann einen Stoff enthalten, der bei Kindern und anfälligen Menschen die Haut empfindlicher auf Sonneneinstrahlung macht.



Misfits – Die eigenwilligen Aussenseiter

Übersetzt bedeutet ihr Name etwa «Aussenseiter» oder «Sonderling» und genau dies sind sie oft im Sortiment der Grossverteiler. Aufgrund von Verformungen oder nicht der Norm entsprechenden Proportionen werden sie direkt vom Verkauf ausgeschlossen, womit ein wichtiger Teil des Ertrages vieler Landwirte verlorengeht.

Schönheitsideale und Körpermassstäbe gibt es nicht nur in der Schönheitsindustrie, auch im Gemüse- und Früchtesortiment wird gemessen und taxiert. Oft beginnt dieser harte Selektionsprozess schon auf dem Feld. Nur die schönen, ge-

nügend grossen und prototypischen Exemplare schaffen es in den Supermarkt, der Rest wird entweder weggeworfen, bleibt auf dem Feld liegen oder wird immerhin als Tierfutter verwendet. Die Überlegung hinter diesem Vorgehen ist,

dass für perfektes Gemüse und für makellose Früchte bei den Abnehmern mehr Geld erzielt werden kann. Denn klar, das Auge isst mit und so wählen viele beim Einkauf automatisch den symmetrischen Apfel oder die runde Kartoffel. Doch die

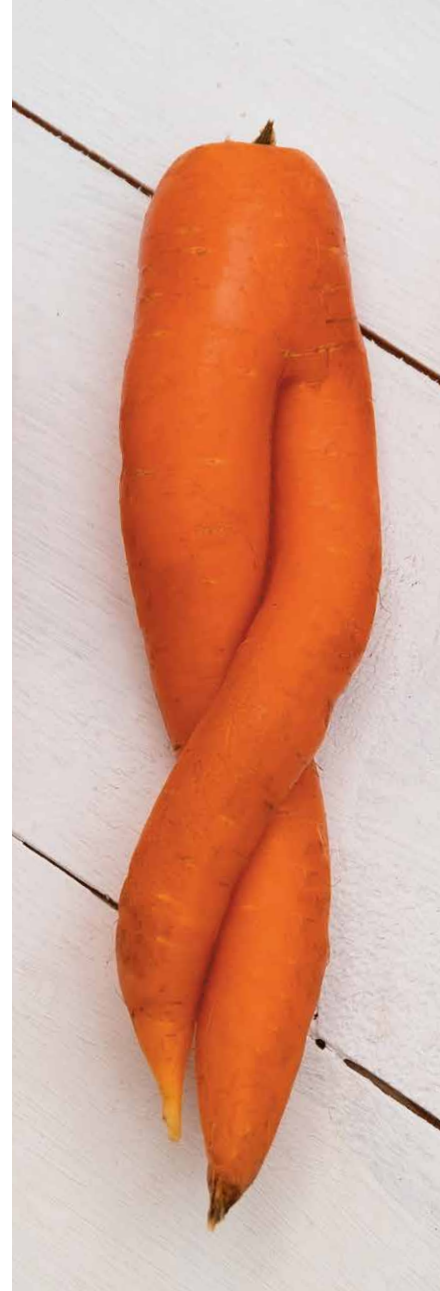
Kalkulationen beginnen schon vorher. Normiertes Gemüse lässt sich auch viel effizienter transportieren. So betrifft eine der allgemeinen Regeln der Qualitätsbestimmungen für Schweizer Gemüse die Homogenität im Gebinde und schreibt vor, dass «die Kalibrierung innerhalb eines Packstücks so homogen sein muss, dass der gute Gesamteindruck nicht beeinträchtigt wird». Die genormten, geraden Gurken lassen sich natürlich besser stapeln als krumme und ungleichmässige Exemplare.

Neben Bestimmungen für den Transport gibt es auch ganze Regelblätter, wie bestimmte Gemüse- und Fruchtsorten normiert sein müssen und welche Werte sie nicht überschreiten dürfen, um überhaupt in den Grosshandel zu gelangen. So muss ein Rüebli unter anderem glattschalig und nicht gebrochen sein, darf

keine Flecken oder Verfärbungen aufweisen und kann explizit nicht «deformiert» sein.

Mehr Platz für die Sonderlinge

In den letzten Jahren hat jedoch allgemein ein Umdenken stattgefunden und viele Anbieter und Konsumenten realisieren, dass bei Nahrungsmitteln vielmehr die inneren Werte zählen und dass von einer Ernte möglichst alles verwertet werden sollte. So bieten manche Grossverteiler spezielle Linien mit unförmigem Gemüse und asymmetrischen Früchten neben den regulären, genormten Waren an. Wer aber wirklich gezielt auch die Aussenseiter im Gemüse- und Früchteverkauf unterstützen will, geht am besten einen Schritt näher zum Produzenten. Insbesondere bei Hofläden und Anbietern von Gemüse-Abos hat man gute Möglichkeiten, speziell geformtes



Gemüse und individuelle Früchte erwerben zu können. Oft sind diese sogar preiswerter als reguläres Gemüse im Grosshandel, da man dem Produkt quasi eine zweite Chance gibt und die Anbieter froh sind, wenn sie Abnehmer für einen möglichst grossen Teil ihrer Erzeugnisse finden.

Denn für die Qualität und den Geschmack macht es absolut keinen Unterschied, ob ein Rüebli nun nur ein «Bein» hat oder gleich mehrere, ob die Gurke krumm ist oder schnurgerade. Ganz im Gegenteil, bei Misfit-Gemüse und -Früchten kann man sich sogar ganz sicher sein, dass keine unnatürlichen Mittel eingesetzt wurden, um ein perfektes Exemplar zu züchten.





Die Gilde etablierter Schweizer Gastronomen pflegte schon länger Partnerschaften mit Weinbetrieben. Vor einiger Zeit wurden schliesslich die Gilde-Weinpartner angefragt, einen neuen Gilde-Wein speziell für die Gilde-Betriebe zu entwickeln.

Unter Absprache der drei Weinproduzenten entstanden so die aktuellen, aufeinander abgestimmten Gilde-Weine, ideal für die Gastronomie. Dies sind die weisse Assemblage aus Pinot Gris, Pinot Noir und Pinot Blanc aus der Waadt von Obrist, ein Pinot Noir aus dem Bündner Rheintal von Nüesch Weine sowie ein Merlot aus dem Tessin von Tamborini.

Die Weine – mit Etiketten mit einem zeitlosen Gastronomie-Sujet und dem Label «Sélection Gilde» veredelt – stossen auf ein sehr positives Echo am Markt und erfreuen sich bis heute einer grossen Nachfrage bei den Gilde-Betrieben in der ganzen Schweiz.

Die Gilde-Weine sind in einigen Gilde-Gastronomiebetrieben sowie bei den drei Gilde-Weinpartnern erhältlich.





Obrist

Das Weinhaus Obrist ist langjähriger Gilde-Partner und wurde zum ersten Mal in den 2000er-Jahren angefragt, ob die Gilde einen Wein aus den Kellern von Obrist aussuchen und zum Gilde-Wein ernennen dürfe.

Heute ist der Gilde-Wein aus dem Hause Obrist eine weisse Assemblage aus Pinot

Gris, Pinot Noir (weiss gepresst) und Pinot Blanc. Der Wein wird, nach Rebsorten getrennt, während neun Monaten teilweise in Eichenholz-Barriques ausgebaut, bevor er vor dem Flaschenabzug definitiv zusammengeführt wird. Der Wein passt hervorragend zu Spargeln, Süss- und Salzwasserfischgerichten, Gerichten mit weissem Fleisch oder Ziegenfrischkäse.



Kontakt

Obrist SA Vins
Avenue Reller 26
1800 Vevey

Tel. 021 925 99 25

www.obrist.ch

Tamborini Vini

Einer der Produzenten der Gildeweine ist die Tamborini Carlo SA in Lamone. Das Familienunternehmen wurde 1944 gegründet und setzt sich mit ganzem Herzen für die Produktion von Wein, Grappa und Portwein ein. Sein Motto lautet nicht umsonst «Il vino per passione».

Für Leonardo Allevato ist die Partnerschaft mit der Gilde ebenfalls eine Herzensangelegenheit: «Wir haben die Gilde etablierter Schweizer Gastronomen immer sehr geschätzt, da wollten wir na-

türlich gerne mit einem Partner-Wein dabei sein.»

Der Gilde-Wein mit Jahrgang 2015 ist ein reiner Merlot aus dem Tessin. Der Wein besticht durch ein kräftiges Rubinrot und eine vielschichtige Struktur. Er duftet nach reifen, roten Früchten wie Pflaumen oder Waldbeeren, gepaart mit würzigen Aromen. Nach sechs bis acht Jahren Lagerung ist die Trinkreife des Weines erreicht. Besonders gut passt er zu Braten, Wurstwaren, Hart- oder Halbweichkäse sowie Pasta.

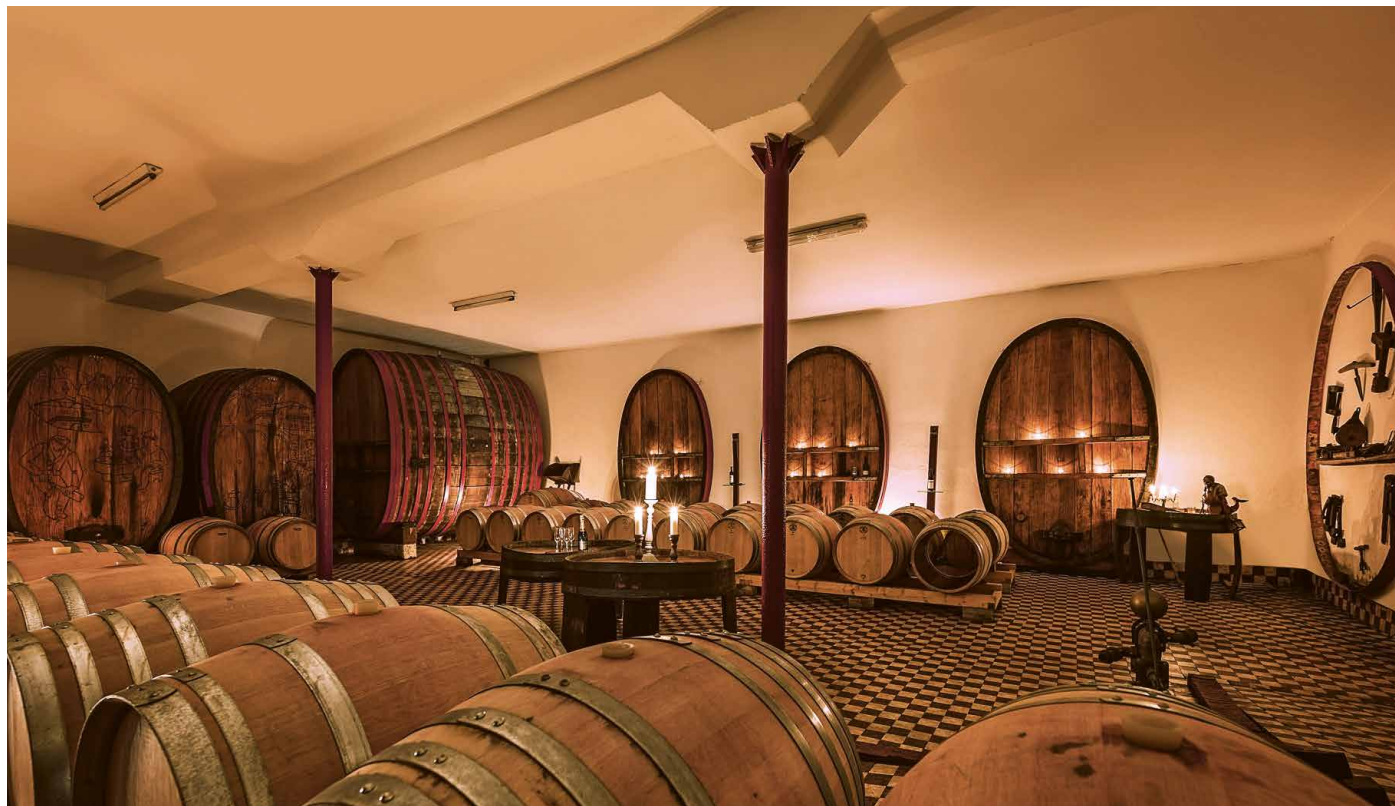


Kontakt

Tamborini Carlo SA
Via Serta 18
6814 Lamone

Tel. 091 935 75 45

www.tamborinivini.ch



Nüesch

Die Weinkellerei Nüesch blickt auf eine lange Tradition der Weinkultur zurück. Neben den hochkaratigen Weinen aus dem St. Galler und dem Bündner Rheintal werden auch auf dem eigenen Gut in der Toskana erstklassige Weine hergestellt.

Auch die Weinkellerei Nüesch wurde von der Gilde angefragt, einen qualitativ hochstehenden Wein zur Verfügung zu stellen, der über die Gilde-Partner erhält-

lich ist und einen unverwechselbaren Auftritt hat. Die Wahl fiel schliesslich auf einen Zizers Pinot Noir, im Barrique-Fass ausgebaut.

Damon Nett von der Emil Nüesch AG betont dabei die Wichtigkeit einer ausgewogenen Repräsentation der Regionen: «Die Weine sollten aus der Gegend sein, woher die Partner kommen. In unserem Falle aus der Ostschweiz. Obrist vertritt die Westschweiz und Tamborini das Tessin.»



Kontakt

Nüesch Weine
Emil Nüesch AG
Hauptstrasse 71
9436 Balgach

Tel. 071 722 22 22

www.nuesch-weine.ch



Genussreise nach Yverdon-les-Bains und Neuenburg

Am Fusse des Juras besticht die Region um Neuenburg und Yverdon-les-Bains durch einmalige Ausblicke über den Neuenburgersee und lädt auf Wanderschaften durch die weiten Rebberge ein. Besucher erwartet ebenfalls ein reiches Angebot an Kultur, Entspannung und Genuss. Wir zeigen Ihnen ein paar gute Adressen und Ausflugsideen in den beiden Städten am Wasser.

Thermalzentrum Yverdon-les-Bains

Wie es der Name bereits vermuten lässt, hat Yverdon-les-Bains eine reiche Thermal-Geschichte. Bereits in der Römerzeit war der Ort ein beliebtes Ziel für entspannendes Baden. Das Kernstück des Thermalzentrums von Yverdon-les-Bains bildet eine schwefelhaltige Quelle mit einer Temperatur von 29°C. Dieses warme Wasser kann besonders bei Gelenk- und Muskulaturbeschwerden eine lindernde Wirkung haben.

Das Thermalbad bietet drei Aussenbecken und ein Innenbecken, welche mit Whirlpools und Massagedüsen zur perfekten Entspannung beitragen. Wer den Wellness-Genuss verlängern will, hat im Vier-Sterne-Hotel Grand Hôtel des Bains die Möglichkeit für eine stilvolle Übernachtung.



Kontakt

Centre Thermal
Avenue des Bains 22
1400 Yverdon-les-Bains

Tel. 024 423 02 32

www.bainsyverdon.ch

Zentrum für Zeit- genössische Kunst (Cacy)

Da Genuss auch visueller Natur sein kann, empfiehlt sich in Yverdon-les-Bains auch das Zentrum für Zeitgenössische Kunst (Cacy – Centre d’Art Contemporain Yverdon-les-Bains). Der Besuch ist gratis, das Ziel hinter dem Zentrum ist, dass jeder Zugang zu Kunst haben sollte. Neben geführten Besichtigungen für Kinder bietet das Zentrum auch besondere Angebote, wie zum Beispiel die kulturellen Mittagspausen. Das Zentrum befindet sich mitten in der Innenstadt im Rathaus und ist somit auch Teil der innovativen Kulturpolitik von Yverdon-les-Bains, welche 2009 mit dem Wakker-Preis ausgezeichnet wurde.



Kontakt

Centre d’Art Contemporain
Place Pestalozzi
1400 Yverdon-les-Bains

Tel. 024 423 63 80
www.centre-art-yverdon.ch

Wochenmarkt in Yverdon-les-Bains

Vor der Kulisse der wunderschönen Altstadt begeistert dieser authentische Wochenmarkt sowohl die Einheimischen als auch Besucher. Der Wochenmarkt ist der perfekte Ort, um sich mit den vielseitigen Produkten aus der Region um Yverdon-les-Bains bekannt zu machen und deren Produzenten kennenzulernen. Neben dem traditionellen Lebensmittelmarkt mit einer reichen Auswahl an Gemüse, Früchten und anderen Produkten findet jeden letzten Dienstag im Monat ein grosser Markt mit Kleidern, Kunsthandwerkartikeln und vielem mehr statt.



Kontakt

Wochenmarkt Yverdon-les-Bains

Dienstag: Promenade Auguste-Fallet
(Rue des Remparts) von 8 bis 12 Uhr /
Monatsmarkt von 8 bis 18 Uhr
Samstag: Rue du Milieu und Place
Pestalozzi von 8 bis 12 Uhr

Belle Époque in Neuenburg

Wie sah das Leben vor hundert Jahren in Neuenburg aus, wie lebte man zur Zeit dieses industriellen Aufschwungs? Die neue Besichtigung zum Thema Belle Époque lässt Sie diesen Fragen mit allen fünf Sinnen auf den Grund gehen. Auf dem geführten Stadtrundgang erleben Sie hautnah, wie sich Neuenburg um die Jahrhundertwende angehört, angefühlt und vor allem auch geschmeckt hat. Kulinarisch besticht das Angebot nämlich sowohl mit feinsten Suchard-Schokolade als auch mit einer geheimen Degustation des berühmten Absinths.



Kontakt

Tourisme neuchâtelois

Hôtel des Postes
2000 Neuenburg

Tel. 032 889 68 90
info@ne.ch



Neuenburgersee

Neuenburg besticht nicht zuletzt wegen seiner wunderschönen Lage direkt am gleichnamigen See. Ob lieber am oder auf dem See, in Neuenburg finden sich genügend Möglichkeiten:

Spaziergänge am Quai Ostervald lassen Sie die Nähe zum Wasser direkt erleben, eine Fahrt auf dem Dampfschiff «Neuchâtel»

besticht mit einem atemberaubenden Alpenpanorama. Wenn Sie es lieber aktiv und sportlich mögen, sind die Jeunes Rives die richtige Adresse für Sie, dort finden Sie allerlei Badeplätze und Wassersportangebote. Und wenn Sie danach so richtig entspannen wollen, lässt es sich in einem der Cafés am Hafen gut verweilen und die maritime Atmosphäre genießen.



Neuenburger Non Filtré



Eine Besonderheit der Neuenburger Weinberge ist sicherlich der Non Filtré. Dieser wird anfangs Januar ohne Endfiltration abgefüllt und ist ein früher Vorbote des Frühlings. Der Wein ist aufgrund seiner Frische sowohl bei Weinkennern als auch bei Anfängern sehr beliebt. Jeweils am dritten Mittwoch im Januar werden die Neuenburger Non Filtré der Öffentlichkeit im Rahmen von zwei Degustationen vorgestellt. Weitere Informationen und eine Liste der Winzer, die Non-Filtré-Wein anbieten, finden Sie auf der Webseite von Neuchâtel – Vins et Terroir.



Kontakt

Neuchâtel – Vins et Terroir
Route de l'Aurore 4
2053 Cernier

Tel. 032 889 42 16
www.neuchatel-vins-terroir.ch

Hafen auf Honshu (Japan)

meist blauer Edelstein

griech. Vorsilbe

Salat-kraut

Hafen-stadt in Latium (Italien)

Verhält-niswort

Gehack-tes mit Ei u. Ge-würzen

gego-renes Milch-ge-tränk

Hinter-rhein-Zufluss

grie-chische Vorsilbe: neu...

zylindr. Glas für Alt-bier, Kölsch

Vege-tations-insel in d. Wüste

kurz für: an das

Anspruch

Lenden-stück

ugs.: Naviga-tions-gerät

schma-ler Schal aus Pelz oder Federn

zu vor-ge-rück-ter Stunde

Gegen-teil von süß

grob, unge-hobelt

japan. Rohfisch-speise

Christus-mono-gramm

Abk.: Lauf-sport-gruppe

Vor-silbe: vor (lat.)

slaw. weibl. Vorname

Röst-brot-scheibe

Kahn, Nachen

indian. Pfeilgift (fach-sprachl.)

Gewürz-pflanze

Abk.: Dioptrie

griech. Buch-stabe

Vorsilbe: selbst-eigen (griech.)

radio-aktives Element

Verfall, Zusam-men-bruch

Torheit, Allotria

eingedickter Braten-saft

Abk.: anwesend

Abk.: Rechts-anwälte

Berg bei St. Moritz

Teil des Schlüs-sels

spanisch: Appetit-happen (Mz.)

Monats-name

Schweizer Maler (Jo-hannes) † 1967

Mitglied der orth. Kirche in Ägypten

Bezirk im Kt. Solo-thurn

hohe Tempe-ratur

Leben, Existenz

skand. Münze

Futter-behälter

Ort im Malcan-tone (TI)

europ. Vulkan (Landes-sprache)

ausge-storb. Feuer-länder

Abk.: Südsüdost

Heide-kraut-gewächs

Speise in Teig-hülle

Gewürz-likör

verschö-nerndes Beiwerk

Gesell-schafts-zimmer

franz. Frauen-name

Wir verlosen drei Gilde-Gutscheine im Wert von jeweils CHF 150.-

1.-3. PREIS



www.kanzlit.ch

svd1419-7

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Name/Vorname

Adresse

PLZ/Ort

Talon mit Lösungswort einsenden an Gilde-Geschäftsstelle, Blumenfeldstrasse 20, 8046 Zürich oder per E-Mail an info@gilde.ch Teilnahme-schluss: 29. Februar 2020. Barauszahlungen der Gilde-Preise sind nicht möglich. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Die Lösung finden Sie in der nächsten Ausgabe.

Capuns

Zeitaufwand ca. 1 Stunde
Für 4 Personen

- 1 kg Blattmangold
- 200 g Mehl
- 2 Eier
- 1/2 dl Wasser
- 1/2 dl Milch
- 100 g Kartoffeln Agria
- 100 g Bündnerfleisch-Würfeli
- 20 g Peterli gehackt
- 5 dl kräftige Bouillon
- 1 dl Rahm
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 40 g Sbrinz gerieben
- 40 g braune Butter
- 40 g frische Pilze

So wirds gemacht

Aus Wasser, Milch, Eiern und Mehl einen ziemlich festen Spätzliteig zubereiten. Anschliessend die gekochten passierten Kartoffeln dazugeben, eine halbe Stunde ruhen lassen. Sparsam würzen und Trockenfleisch und Petersilie beifügen. Den Teig löffelweise in blanchierte Mangoldblätter einwickeln. Die gerollten Capuns in Rahmbouillon ca. 15 Min. garen, herausnehmen, die Bouillon etwas einkochen, mit Rahm aufschäumen. Mit geriebenem Sbrinz, gedämpften Pilzen und brauner Butter gratinieren.



Meyer's Hotel & Restaurant
Posta veglia
7031 Laax
Tel. +41 81 921 44 66
www.postaveglia.ch



Besuchen Sie unsere neuen Mitglieder



Gasthof Schlüssel

Jean-Daniel Moix
Hauptstrasse 29
4153 Reinach
Tel. 061 712 33 00
info@schluessel-in-reinach.ch
www.schluessel-in-reinach.ch



Hotel Greina

Andreas Baselgia
Via Sursilvana 34
7172 Rabius
Tel. 081 943 11 68
info@hotelgreina.ch
www.hotelgreina.ch



Gasthof von Arx

Peter Felber
Bahnhofstrasse 2
4622 Egerkingen
Tel. 062 398 17 77
info@gasthof-vonarx.ch
www.gasthof-vonarx.ch



Hotel Restaurant Stalden

Heinrich Kuster
Friedlisbergstrasse 9
8965 Berikon
Tel. 056 633 11 35
info@stalden.com
www.stalden.com



Gaststuben zum Schlössli

Ambros Wirth
Zeughausgasse 17
9000 St. Gallen
Tel. 071 222 12 56
info@schloessli-sg.ch
www.schloessli-sg.ch



Restaurant La Riva

Dominique Schrotter
Voa davos Lai 27
Postfach 128
7078 Lenzerheide
Tel. 081 384 26 00
genuss@lariva.ch
www.lariva.ch



Hotel & Restaurant Hahnenblick

Marcel Ineichen
Wasserfallstrasse 6
6390 Engelberg
Tel. 041 637 12 12
info@hahnenblick.ch
www.hahnenblick.ch



Restaurant MIXX

Mireille Gisler-Wintraecken
Axenstrasse 12
6454 Flüelen
Tel. 041 872 12 12
info@restaurant-mixx.ch
www.restaurant-mixx.ch



Hotel & Restaurant Heidelberg

Stephan Roth
Schützenstrasse 45
8355 Aadorf
Tel. 052 368 40 40
info@heidelberg-aadorf.ch
www.heidelberg-aadorf.ch



Restaurant Schwiizer Pöschtl

Vittorio Laubscher
Dorfplatz 12
8911 Rifferswil
Tel. 043 530 05 08
info@schwiizerpöschtl.ch
www.schwiizerpöschtl.ch



Hotel al ponte

Frank Walker
Wangenstrasse 55
3380 Wangen an der Aare
Tel. 032 636 54 54
info@alponte.ch
www.alponte.ch



Restaurant Traube

Reto Bundi
Tösstalstrasse 60
8486 Rikon im Tösstal
Tel. 052 544 51 51
info@traube-rikon.ch
www.traube-rikon.ch



Restaurant Villa Sunneschy

Béda Zingg
Seestrasse 156
8712 Stäfa
Tel. 044 927 30 90
info@villa-s.ch
www.villa-s.ch



Restaurant zur Alten Eiche

Roger Nuss
Sägastrasse 29
9495 Triesen
Tel. +423 392 26 86
info@alteeiche.li
www.alteeiche.li



Wirtshaus zum Wyberg

Peter Aeschlimann
Oberteufenerstrasse 1
8428 Teufen
Tel. 044 865 49 72
restaurant@wyberg.ch
www.wyberg.ch



Zunfthaus zur Rebleuten

Marco Rudolph
Pfisterplatz 1
7000 Chur
Tel. 081 255 11 44
rebleuten@bluewin.ch
www.rebleutenchur.ch

Generationenwechsel



Hotel-Restaurant Tenne

Fernando Michlig
Furkastrasse 2
3998 Glurigen im Goms
Tel. 027 973 18 92
info@tenne.ch
www.tenne.ch



Hôtel Restaurant Victoria

Honorine Rosenfeldt
Place de la Gare 6
2800 Delémont
Tel. 032 422 17 57
victo@bluewin.ch
www.victoria-delemont.ch



Landgasthof Seelust

Thomas und Matthias Hasen
Wiedehorn 10
9322 Egnach
Tel. 071 474 75 75
info@seelust.ch
www.seelust.ch

Wir begrüßen unsere neuen Partner



Brauerei Schützengarten AG

St. Jakob-Strasse 37
9004 St. Gallen
Tel. 071 243 43 43
info@schuetzengarten.ch
www.schuetzengarten.ch



Doppelu Boxer AG

Industriestrasse 40
8404 Winterthur
Tel. 052 233 08 70
winterthur@doppeluboxer.ch
www.doppeluboxer.ch



Ecolab Schweiz GmbH

Kägenstrasse 10
4153 Reinach
Tel. 061 466 94 66
ch-customerservice@ecolab.com
de-ch.ecolab.com



G. Bianchi

Allmendweg 6
5621 Zufikon
Tel. 056 649 27 27
order@bianchi.ch
www.bianchi.ch

Lebkuchenmousse

Zeitaufwand ca. 2–3 Stunden
Für 4 Personen

Lebkuchenmousse:

- 75 g Eigelb
- 50 g Honig
- wenig Lebkuchengewürz
- 1 Blatt Gelatine
- 250 g Vollrahm

Mandarinensauce:

- 3–4 Mandarinen
- 50 g Zucker
- wenig Maizena

Pavé Grand Cru:

- Ganache am Vortag kochen
- 65 g Vollrahm
 - 10 g Zucker
 - 85 g Kuvertüre Grand Cru 70 %
 - 10 g Butter

So wirds gemacht

Lebkuchenmousse

Eigelb und Honig auf Wasserbad leicht erwärmen (ca. 60 °C) und in der Küchenmaschine schaumig rühren, bis die Masse kalt ist. Lebkuchengewürz begeben. Eingeweichte Gelatine vorsichtig schmelzen und der Masse unter Rühren begeben. Schlagrahm unterheben, die Mousse in eine Schüssel oder Förmchen abfüllen. Im Kühlschrank 2–3 Std. festwerden lassen.

Mandarinensauce

Für die Dekoration ein paar schöne Mandarinschnitze beiseitelegen, den Rest ausdrücken. Zucker hellbraun karamellisieren, mit dem Mandarinsaft auffüllen, 5 Min. leise köcheln. Wenig Maizena mit Wasser anrühren und die Sauce leicht abbinden, kühl stellen.

Pavé Grand Cru

Rahm und Zucker aufkochen, die Couverte beigegeben und mischen, bis die Couverte geschmolzen ist. Butterflocken beigegeben und mit dem Stabmixer die Ganache emulgieren. Keine Luft einmischen! Auf ein Blech mit Silikonfolie ausgießen und über Nacht erstarren lassen. Am nächsten Tag die Ganache in gleichmässige Würfel schneiden und in Kakaopulver wälzen.





Hotel National Frutigen
3714 Frutigen
Tel. +41 33 671 16 16
www.national-frutigen.ch





Hotel Restaurant Central
7134 Obersaxen
Tel. +41 81 933 13 23
www.central-obersaxen.ch

Crème Catalan

Zeitaufwand ca. 40 Minuten
Für 6 Personen

- 1,5 dl Eigelb
- 80 g Zucker
- 1 Vanillestange
- 2 dl Milch
- 5 dl Rahm
- Etwas Rohrzucker

So wirds gemacht

Eigelb und Zucker vermischen. Vanillestange, Milch und Rahm aufkochen, anschliessend Ei- und Zucker-Mischung langsam darunterziehen. Alles in Porzellanschalen abfüllen und bei Dampf 25 Minuten auf 94 ° pochieren.

Anrichten: Vor dem Servieren mit Rohrzucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner karamellisieren.

IMPRESSUM

© Copyright by Gilde
Blumenfeldstrasse 20
CH-8046 Zürich
Tel. +41 44 377 52 90
Fax +41 44 377 55 14
www.gilde.ch
info@gilde.ch

Verlag & Realisation
Werd & Weber Verlag AG
Gwattstrasse 144
CH-3645 Thun / Gwatt
Tel. +41 33 336 55 55
Fax +41 33 336 55 56
www.weberverlag.ch
mail@weberag.ch

Redaktion
Gerhard Kiniger
Yvonne Steiner
Annette Weber
Laura Scheidegger

Erscheinung
2× jährlich Frühling / Sommer
und Herbst / Winter

Auflage
35 000 Exemplare
Sprachausgaben
Deutsch / Französisch
ISSN 1664-3801

Fotos Rezepte
Karl-Heinz Hug, Ueberstorf FR
www.hugphotos.ch
Adobe Stock

gedruckt in der
schweiz

Entspannt, spontan online einkaufen

Die Gilde-Geschenkkarte im handlichen Kreditkartenformat ist in allen Gilde-Betrieben einlösbar.

