

Mise en place



Leandra Graf,
Redaktorin

Von Werten und Preisen

Wie lange diskutieren wir eigentlich schon über die Farbe des Kalbfleisches? Ich erinnere mich an eine Zeit, in der die Metzger – von denen es damals noch erheblich mehr gab als heute – den Kopf schüttelten über ihre Kundschaft. Es war, als der allgemeine Wohlstand ausbrach und die Schweizer nur noch auf «edles Fleisch» aus waren. Beim Kalbfleisch bedeutete dies, dass es vornehm blass zu sein hatte – entgegen allen Beteuerungen der Metzger, dass rötliches Kalbfleisch geschmacklich besser sei. Es war sogar preisgünstiger. Doch was nicht viel kostete, konnte nicht wertvoll sein. Inzwischen kennen bewusste Konsumenten den Wert von Fleisch aus artgerechter Haltung. Von Kälbern, deren Fleisch rosa ist, weil sie sich in freier Natur bewegen konnten und mit Heu oder Mais gefüttert wurden. Tiere, die selten erkrankten, weil sie nicht in enger Masthaltung leben, wo sich Keime und Bakterien ausbreiten können. Die keine vorsorgliche Antibiotika-Behandlung brauchen. So, wie es die Tierschutzverordnung ab 2013 vorschreibt. Seltsamerweise sind die Preise fürs wertvollere Fleisch immer noch tiefer. Höchste Zeit, dass wir umdenken lernen: Das Teuerste ist nicht immer das Beste.

Fotos: «Schweizer Familie»-Fotostudio, zvg



Vor dem Essen werden die Erdbeeren am besten in einem Sieb kurz abgebraust.

Saubere Früchtchen

Frisch in der Nähe gepflückt schmecken Erdbeeren am besten. Ihr unvergleichliches Aroma lockt zum sofortigen Geniessen. Was in jeder Hinsicht empfehlenswert ist. Denn die süssen, reifen Beeren platzen fast vor Vitamin C und andern Vitalstoffen, die der gesunden Ernährung dienlich sind. Nur kalorienmässig fallen sie nicht ins Gewicht.

Vor dem Verzehr sollten Erdbeeren – auch solche aus Bio-Anbau – gewaschen werden. Nicht gebadet, nur kurz abgebraust. Am besten in einem Sieb, in dem die empfindlichen

Früchte gut abtropfen können. Und nur portionenweise, damit sie sich nicht gegenseitig erdrücken. Dafür eignen sich diese erdbeerförmigen Siebe bestens. Mit dem passenden Unterteller in Blütenform kommen sie direkt auf den Tisch. Die bunten Sets aus lebensmittelechtem Melamin sind stapelbar, spülmaschinenfest und temperaturbeständig von –20 bis +120 Grad. Sie sind im Fachhandel zum Richtpreis von 19.50 Franken erhältlich. Vertrieb und Bezugsquellen durch Vetrag AG, Stäfa, Tel. 044 928 25 01 www.vetrag.ch



Häppchen

Japan trifft Tessin

Erntefest auf dem Monte Verità. Am 5. und 6. Mai wird in Ascona TI die Frühlingsernte im einzigen Teegarten Europas gefeiert. Die Ernte wird von japanischen Spezialisten in Handarbeit verarbeitet. Nebst Tee-Zeremonien gibts ein asiatisches Buffet, Kunsthandwerk, Aikido und Tessiner Volksmusik. www.casa-del-te.ch

Wonne in Schaffhausen

Den ganzen Wonnemonat Mai lang dauert das 10. Gourmet-Festival in Schaffhausen. 21 Restaurants bringen ihre kulinarischen Köstlichkeiten mit den Weinen der Region Blauburgunderland zusammen. Ein Programm, das die Reservation lohnt. Neu auch über die kostenlose App «Gourmet-SH» oder über www.blauburgunderland.ch

Buchtipps

Milder als Essig, aromatischer als Zitronensaft: Verjus, der grüne Saft noch nicht ganz reifer Weintrauben. **Verjus – Geschmack der Ewigkeit** erzählt vom wiederentdeckten, uralten Heil- und Würzmittel. Recherchiert von Winzerin Cécile Schwarzenbach und Martin Petras. Mit Rezepten von Spitzenköchen. Weber Verlag, 49 Fr.