

Gar nicht schweinish. Sind Schweine, die auf Wiesen, Äckern und in Wäldern ihren beinah unbegrenzten Auslauf haben und mit bestem Bio-Getreide gefüttert werden, Glücksschweine? Ja! Natürlich. Aber angesichts ihres geruhsamen artgerechten Daseins inmitten der Natur im niederösterreichischen Waldviertel, heißen sie bei der Bio-Marke genau genommen „Freiland-Schweine“. Denn ihr Bedürfnis nach Freilauf, Freiluft und Freigeist stillen sie, indem sie in der Erde nach Wurzeln, Disteln und anderen Schweinereien wühlen. Auf Augenhöhe mit dem Waldviertler Freiland-Schwein, das vor allem im östlichen Österreich erhältlich ist, befindet sich übrigens das Stroh-Schwein, das im geräumigen Stall mit großzügigem Auslauf ins Freie lebt. Zur Unterhaltung und als Beschäftigung gibt es flächendeckend Stroh für die verspielten Tiere. Und so schließt sich durch Anbau, Fütterung und Wiesendüngung mit Schweinemist der geschlossene Kreislauf der Natur.



BIO TIPP 1 Schweinsfilet in ca. 1,5 cm dicke Medaillons schneiden, mit 1 EL gehacktem Rosmarin, Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben. 3 Eier verquirlen, mit 4 EL frisch geriebenem Parmesan mischen. Fleisch durch die Mischung ziehen, in einer Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten und im Ofen bei 180 Grad ca. 15 Minuten fertig garen. Dazu passt ein sommerlicher Blattsalat oder gegrilltes Gemüse.

Weitere Infos unter <http://blog.janatuerlich.at/ernaehrung>

Lesen Sie nächste Woche: Bio-Heumilch



www.janatuerlich.at



Am Herd MIT THOMAS MAURER

Der kulinarisch versierte Kabarettist und Autor kann mit Selbstexperimenten wie Schweineschlachten oder Karpfenzerlegen aufwarten. Für uns kocht der Teilzeit-Vegetarier Frühlingsgemüse.

Direkt vom Kutschkermarkt kommt Thomas Maurer zu mir auf den Berg, mit einem Sack voller Gemüse. Französische Artischocken, junger Knoblauch, knackiger Fenchel, wilder Spargel. Zwei Stunden davor hat er angerufen, dass er sich etwas verspäten werde, eine Stunde davor, dass er soeben sein Auto kaputt gemacht hätte und jetzt auf den Markt ginge, um sich zu einem Rezept inspirieren zu lassen.

Der Vater dreier Söhne – der Älteste hat gerade mit Auszeichnung maturiert, der Jüngste ist noch ein Baby – kocht oft und gern. Abgeschaut hat er sich zumindest die Wiener Klassiker von seiner Mutter. „Ich hab’ das Glück, in einer Familie aufgewachsen zu sein, in der ganz normal gegessen und getrunken wurde.“ Für seine jüngste Geschichte im „À la Carte“-Magazin ging der Kabarettist mit Spitzenkoch Walter Eselböck im Burgenland auf Survival-Expedition, um sich der kulinarischen Verwertung von Wildpflanzen zu widmen. Und auch wenn dabei letztlich doch mehr getrunken als gegessen wurde, so sind ihm immerhin fleischige Distelstiele in guter Erinnerung geblieben. Gekonnt großzügig putzt er jetzt die französischen Knospen. „Artischocken machen eindeutig den schönsten Mist in der Kuchl.“ Gemüse schneiden, Risotto rühren. Ganz zum Schluss hebt er behutsam den Wildspargel unter. Eine Premiere – die zarten, saftigen Pflänzchen haben wir beide noch nie verkocht. Apropos Premiere – im Oktober präsentiert der Mann mit den schönen grauen Augen sein neues Programm. Titel gibt’s noch keinen. Unser heutiger Titel: Frühlings-Pflichtessen.

FOTOS: FRANZ GRUBER

5 fragen

Welche Küche der Welt ist Ihnen am Liebsten?

Die österreichische ist die vertrauteste, die vielen chinesischen Küchen sind wohl die interessantesten.

Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?

Himbeer- und Heidelbeersaft, den die Oma in Edlitz frisch eingekocht hat. Und Schafgabekracherl.

Was würden Sie nie essen?

Fabriksschwein und Fabrikshuhn – wenn es sich vermeiden lässt. Das hat eher eine ethische Dimension als eine kulinarische.

Ihr größtes kulinarisches Missgeschick?

Oktopus. Ist und ist nicht weich geworden, auch nach Stunden. Komplett versenkt. Und das gemeinsam mit einem der besten Köche des Landes.

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?

Wenn’s richtig gut ist, geht das mit den meisten Speisen.

RISOTTO PRIMAVERA

Zwiebel und Karotte schälen, klein würfeln. Blätter der Artischocken auf ca. 1/3 kürzen, harte äußere Blätter wegzupfen, Stiele einkürzen und schälen. Artischocken halbieren, Heu herauskratzen, in Zitronenwasser legen. Fenchel putzen und würfeln, Fenchelgrün hacken. Knoblauch schälen, hacken. Zwiebel in Butter anschwitzen, Reis dazu, mit einem Schuss Wein ablöschen, Knoblauch dazugeben. Fenchel und Karottenwürfel unterrühren, mit einem Schöpfer heißer Suppe aufgießen. Artischocken würfeln, dazugeben, Suppe nach und nach einrühren. Wildspargel putzen, unterheben. Mit Fenchelgrün, gehacktem Basilikum und geriebenem Parmesan vollenden.

- 1-2 Zwiebeln
- 2 große Artischocken
- 1 Karotte, 1 Fenchelknolle
- 300 g Risottoreis, 2 EL Butter
- 1 Knoblauchzehe
- 750 ml Gemüsesuppe
- 1 Bund Wildspargel
- Basilikum, Parmesan, Weißwein, 1 Zitrone



✚ Kurz nach dem Zusperrren kommen wir zur kleinen Bäckerei Rudolf Ölz in der Landstraßer Hauptstraße 19, Wien 3. Ob wir vielleicht trotzdem noch einen Laib Brot haben könnten? Ja, können wir. Abend gerettet, danke. Und wir brauchen ihn nicht einmal zu bezahlen.

■ Mittagszeit im „Meinl Food Corner“ am neuen Pier am Flughafen Schwechat: Hendlhaxl und Lachs mit Gemüse auf dem Tablett – eine lange Schlange an der einen Kassa, die zweite unbesetzt. Auf den Hinweis, dass wir gern warm gegessen hätten, bedauert die Kassiererin: „Leider kein Mensch da für die zweite Kassa.“ Kalt schmeckt das Essen jedenfalls noch fader, als es warm gewesen wäre. Kein Renommee für Meinl und keines für die österreichische Küche. Der Abschied aus Wien fällt leicht.

www.radatz.at



RADATZ
Schmeckt

EGAL WELCHER GRILLER

HAUPTSACH’ RADATZ AM ROST



GRILLER BAUEN UND KOHLE GEWINNEN!