



Die fünf Tiroler Spitzenköche Hannes Ebster, Thomas Grander, Traudi Sigwart, Martin Sieberer und Hannes Hell (v.l.n.r.) haben ein neues Buch rund um Fleischgerichte und Bier verfasst (oben). Im Kapitel von Drei-Hauben-Koch Martin Sieberer (rechts) dreht sich alles um Lamm- bzw. Schaffleisch.

Fotos: Böhm/Tyrolia/Zillertal Bier

Mahlzeit und Prost auf einen Streich

Fünf Tiroler Spitzenköche, ein Kochbuch, viel Fleisch und Bier: Unter Federführung von Drei-Hauben-Koch Martin Sieberer ist ein Kochbuch entstanden, das mit Nachkochbarem auch für Otto Normalverbraucher aufwartet.

Von Irene Rapp

Innsbruck – Gut Ding braucht Weile – und das kann auf vieles zutreffen. „Rund eineinhalb Jahre Arbeit stecken in unserem neuen Kochbuch“, erzählt etwa Drei-Hauben-Koch Martin Sieberer. Darin haben sich er und vier weitere Tiroler Spitzenköche des vielfältigen Themas Fleischgerichte angenommen. Durch das 176-Seiten-Werk zieht sich allerdings ein zweiter roter Faden: Denn in zahlreichen Rezepturen findet sich Bier auf der Zutaten-Liste – und wenn das nicht der Fall ist, dann als Getränkeempfehlung zum jeweiligen Gericht.

Womit wir wieder am Anfang der Geschichte wären: Denn gutes Bier, das weiß Martin Lechner, Geschäftsführer von Zillertal Bier, „braucht lange Reifezeiten, um seinen unverkennbaren Geschmack zu entwickeln“. Womit zwar nicht eineinhalb Jahre, aber mitunter Monate gemeint sind. So wie beim „Gauder Bock“, der acht Monate Zeit hat, um heranzureifen.

Kochen mit Bier: Dabei handelt es sich um keine kulinarische Zeitgeist-Erscheinung dieser Tage. Bevor mit dem Einzug der französischen Küche der Wein in den Kochtopf floss, „wurde bei uns auf jedem größeren Hof Bier gebraut und damit auch gekocht“, weiß Sieberer. Aus Zell am Ziller

etwa gibt es Hinweise, dass schon um 1350 Bier gebraut wurde. Und so findet sich laut Sieberer in zahlreichen alten Rezepten das Hopfen/Malz-Getränk. Doch nicht nur aus diesem Grund macht er sich für den wieder vermehrten Einzug von Bier in die Küche stark: „Bier hat geschmacklich viel mehr zu bieten als Wein“, sagt der u. a. im „Trofana Royal“ in Ischgl tätige Koch.

Für Geflügel würde sich Weißbier anbieten, für Reh sowie Gams Schwarzbier.

Und eine Essig-Öl-Vinaigrette könne durch einen Schuss Pils ebenfalls perfekt abgerundet werden. Martin Lechner von Zillertal Bier freut das neue Buch aber noch aus einem anderen Grund: „Damit wollen wir einmal mehr aufzeigen, dass Bier nicht gleich Bier ist“, sagt der Biersommelier.

Seit Jahren arbeite man etwa intensiv mit der Tiroler Gastronomie zusammen, um das Bier weg vom Bierzelt- sowie Bierbauch-Klischee zu holen. Offenbar mit Erfolg: „Bier ge-

winnt wieder an Stellenwert“, sagt Lechner, „auch die Damen, die lange keine rechte Freude mit dem Getränk gehabt haben, greifen vermehrt darauf zurück.“ Und so konnte Tirols älteste und größte Privatbrauerei zuletzt neue Biersorten einführen – u. a. das Weißbier Dunkel.

Zurück zum Buch: Da wird zwar auf das Bier als altbewährter Bestandteil in der Küche zurückgegriffen. Ansonsten haben aber die fünf Tiroler Spitzenköche die traditionel-

len Fleischgerichte der modernen Zeit angepasst. „Nicht Schweineschmalz, sondern Olivenöl“, nennt Martin Sieberer ein Beispiel dafür, wie neueste ernährungswissenschaftliche Kenntnisse in das Buch eingeflossen sind.

In seinem Kapitel macht sich der 2000 zum „Koch des Jahres in Österreich“ Prämierte vor allem für das Schaf- bzw. Lammfleisch stark, das wieder vermehrt Einzug in die Küche findet. Sieberer präsentiert neun verschiedene Gerichte –

vom gebackenen Milchlamm bis zum Gröstl vom Lammfilet mit Eierschwammerln. Und nichts freut den Haubenkoch mehr, als wenn er im „Trofana Royal“ seinen Gästen Lamm kredenzt – „und diese dann ganz überrascht sind, weil sie Schaffleisch bislang immer nur mit dem typischen Schöpsern-Geruch bzw. -Geschmack in Verbindung gebracht haben“. Um das zu vermeiden, bräuchte es das Fleisch von Tieren mit einem Lebendgewicht von 45 Kilogramm und einem Alter zwischen sechs und acht Monaten. „Dann braucht man keine Angst zu haben, dass das Fleisch nichts wird“, sagt Sieberer.

Hobbyköche brauchen auch keine Angst vor dem Kochbuch der Tiroler Spitzenköche zu haben. Denn die klingenden Namen – von Sieberer über Traudi Sigwart („Sigwart's Tiroler Weinstuben“/Brixlegg), Hannes Hell („Metzgerwirt“/Uderns), Thomas Grander („Grander Restaurant“/Wattens) und Hannes Ebster („Gasthaus Linde“/Stumm) – repräsentieren zwar insgesamt acht Hauben. „Doch das ist ja das Interessanteste, wenn solche Köche dann für Otto Normalverbraucher leicht Nachkochbares entwickeln“, so Sieberer. Und ein Blick in das Kochbuch beweist, dass der Haubenkoch die Latte nicht zu hoch gelegt hat ...

Informationen

Rezept: Bratli vom gerollten Knödel mit geschmorter Lammschulter: Zutaten für die Lammschulter: 1 kg Lammschulter, Kräuteröl, Knoblauch, Olivenöl zum Braten, 1 Handvoll Mirepoix (Karotten, Lauch, Sellerie), 1 EL Stärke, Zillertal Schwarzbier, 0,3 l brauner Lammfond, Eierschwammerl, Serviettenknödel.

Grundrezept Kräuteröl: Zutaten: Olivenöl, Rosmarin, Thymian, Basilikum, ein wenig Staudensellerie. Die abgezupften Kräuter mit dem Olivenöl gut pürieren.

Grundrezept Lammfond: Zutaten: Lauch, Stangensellerie, Zwiebel, Lammknochen und -parüren, Butter, Rosmarin, je 1 Zweig Thymian und Rosmarin, 1 Lorbeerblatt, Pfefferkörner, Lauch, Stangensellerie



Lammbratli und Weißbier, mehr Rezepte finden sich in einem neuen Buch.

und Zwiebel in Butter anschwitzen, Knochen und Parüren beigegeben, mit Rotwein ablöschen. Gewürze dazugeben, mit Flüssigkeit aufgießen. Ca. 45 Minuten lang bei kleiner Flamme kochen. Mehrmals Trübstoffe abschäumen, anschließend durch ein Sieb passieren.

Zubereitung: Die Lammschulter

vom Fett befreien, den Großteil der Sehnen wegschneiden. Mit Kräuteröl und Knoblauch marinieren und diese Marinade 24 Stunden einwirken lassen. Das Fleisch in etwas Olivenöl anbraten, eine Handvoll fein geschnittenes Mirepoix dazugeben und das Ganze so lange rösten, bis es eine schöne Farbe bekommt. Mit dem Schwarzbier ablöschen und

mit dem Lammfond aufgießen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen und so lange dünsten, bis die Lammschulter weich ist – ca. 1/2 Stunde. Dann das Fleisch aus dem Bratensatz nehmen, den Saft durch ein feines Sieb passieren und mit etwas Stärke und Schwarzbier abbinden. Für das Bratli ausgekühlte Serviettenknödel in 5 mm dicke Scheiben schneiden. In einer heißen Pfanne mit wenig Öl die Knödel und die Lammschulter anbraten, mit Gewürzen und Kräutern abschmecken und schichtweise mit den geputzten, gebratenen Eierschwammerln anrichten. Dazu passt u. a. ein Zillertal Weißbier (Hell mit feiner Hefe).

Buchtip: „Saftig zarte Fleischgerichte: Die feine regionale Küche modern interpretiert“, Tyrolia-Verlag, 19,95 Euro.