

*Andreas
Caminada*

*Pure
Leidenschaft*

*Meine
einfache
Küche*

Remo Caminada, Design
Gaudenz Danuser, Fotografie
Alexander Kühn, Texte

atVERLAG

Inhalt

Mein besonderer Dank geht an:

das Team von Schloss Schauenstein
das Küchenteam der Casa Caminada um Mathias Kotzbeck
Jana Ritsch und Fabio Galizia

Die Seele der Bündner Küche
10

Unser alpiner Garten Eden
20

Berge, wohin das Auge reicht
75

Wege durch Graubünden und in die Fremde
110

Unter dem Dach des Waldes
120

Wilde Wasser, sanfte Seen
150

Die kleine Region der grossen Weine
170

Im Feuer liegt die Kraft
174

Grundrezepte
213

Rezeptverzeichnis
215

© 2019
AT Verlag, Aarau und München
Fotos: Gaudenz Danuser
Grafische Gestaltung: Remo Caminada
Texte: Alexander Kühn
Lektorat: Nicola Härms, Rheinbach
Satz: AT Verlag
Druck und Bindearbeiten: Graspö CZ, a.s.
Printed in Czechia

ISBN 978-3-03902-028-7

www.at-verlag.ch

Der AT Verlag, AZ Fachverlage AG, wird vom Bundesamt für Kultur
mit einem Strukturbeitrag für die Jahre 2016–2020 unterstützt.

Die Seele der Bündner Küche

Gutes Essen ist stets ein Abbild der Jahreszeiten

Warum kochen und essen wir? Um satt zu werden, klar. Aber kochen tun wir doch auch, um uns und andere glücklich zu machen. Mein kulinarisches Glück ist trotz der Passion für die feine, aufwendige Küche, die wir auf Schloss Schauenstein zelebrieren, oft ein ganz einfaches: Maluns, Bizochels, ein Bohneneintopf, ein Stück Brot mit Butter, ein bunter Salat aus dem Garten oder auch mal eine Cremeschnitte. Speisen, wie wir sie in unserem Gasthaus, der Casa Caminada, anbieten. Bodenständig, natur- und heimatverbunden.

Dieses Kochbuch soll eine Verneigung vor der Einfachheit und dem Handwerk sein. Eine Ermütigung, auch die bescheidensten Dinge mit der gebotenen Achtung zu behandeln. Denn hinter jeder Zutat stehen Menschen, die viel Zeit und Liebe in ihre Produkte stecken: der Fischer, der auch bei klirrender Kälte in aller Herrgottsfrühe auf den See hinaus fährt; der Bäcker, der am Züngeln der Flammen die Temperatur seines Ofens erkennt; der Bauer, der seine Felder mit den Händen vom Unkraut befreit; der Imker, der sich hingebungsvoll um seine Bienen kümmert.

Es geht auf den kommenden Seiten deshalb nicht nur um Wohlfühlküche auf Bündner Art, sondern auch um einige der Persönlichkeiten, denen wir die Rohstoffe für unsere Küche verdanken. Schliesslich ist diese Küche nicht zuletzt dank ihnen ein Abbild der Jahreszeiten, der Traditionen, der Berge, der Gärten und Felder, der Flüsse und Seen unserer Region.

Wir suchen in der Casa Caminada nicht nach kulinarischen Knalleffekten. Das Optimum bei bekannten Gerichten ist unser Ziel. Ich will die besten Capuns machen und die beste Bündner Gerstensuppe. Die Erinnerungen, die ich an diese Geschmackserfahrungen habe, sind meine Referenz. Sie leiten mich

und treiben mich an. Ich frage mich: Mit welchem Kniff bekomme ich es noch besser hin als meine Grossmutter damals? Was braucht es noch – oder was muss ich weglassen?

Wenn mich Gäste, Freunde und Bekannte fragen, was für mich die Bündner Küche ausmache, komme ich immer wieder auf den Urgeschmack meiner Heimat zu sprechen: auf Dörrbirnen, geräucherten Schinken, braune Butter und Zwiebelschmelze. Sie stehen sinnbildlich für die einstige Notwendigkeit, Lebensmittel vor dem harten Winter haltbar zu machen, für die Bedeutung der Milchwirtschaft und die Beschränktheit des Angebots vor dem Zeitalter der Supermärkte.



Judith und Albert Nigg

Das Dörren von Birnen hat in der Familie von Judith und Albert Nigg eine über hundertjährige Tradition. Schon Alberts Grossvater war ein Meister dieser ganz besonderen Art der Obstverarbeitung und baute 1916 den Dörröfen, mit dem sein Enkel heute arbeitet. Albert selbst liess sich vor 26 Jahren in das Handwerk einführen und nahm anschliessend den grossväterlichen Ofen wieder in Betrieb. Damals gab es in Mastrils gerade noch drei weitere Produzenten von Dörrbirnen, um 1940 waren es noch über zwanzig, in der ersten Dekade des 20. Jahrhunderts sogar dreissig gewesen. An der Tardisbrücke,

die über den Rhein führt, gab es einst jedes Jahr einen gut besuchten und vor allem von den Bäckern aus der Region geschätzten Dörrbirnenmarkt. Nach 1950 verlor die Herstellung des Dörrobsts in Mastrils leider immer mehr an Bedeutung. Die selten gewordenen Länggeler-Birnen, die an uralten Bäumen wachsen, mögen roh eher belanglos wirken. Während des bis zu neunzigstündigen Dörrprozesses, bei dem die Anfangstemperatur von 85 Grad täglich um circa 10 Grad gesenkt wird, entwickeln sie aber ein unvergleichliches Aroma. Weil die Birnen so grossartig schmecken, haben wir im vergangenen Jahr zweihundert Kilo davon gekauft.

In der «Casa Caminada» – und in diesem, von ihrer Küche inspirierten Buch – geschieht die Beschränkung auf das, was hier gedeiht, ganz freiwillig. Denn dieses Fokussieren ist eine der grossen Triebfedern unserer Arbeit, es öffnet den Blick für die verborgenen Qualitäten von vermeintlich längst Bekanntem, für den Facettenreichtum so mancher Pflanze und für die geschmacklichen Veränderungen, die sich durch traditionelle Techniken wie Fermentieren oder Einmachen in Essig ergeben.





Berge, wohin das Auge reicht

In der Höhe treffen sich Gams,
Kuh, Sennerin und Senn

Hoch hinaus geht es in Graubünden, bis zur Spitze des Piz Bernina auf schwindelerregenden 4049 Metern über Meer. So weit hinauf wagen sich nicht einmal die grössten Kletterkünstler unter den Tieren. Für die wagemutigen Steinböcke ist bei rund 3500 Metern Schluss, die auf den ersten Blick etwas plump wirkenden, aber äusserst behenden Gämsen fühlen sich zwischen 1500 und 2500 Metern am wohlsten. So kreuzen sich ihre Blicke im Sommer immer wieder einmal mit denen der Kühe – und sie mögen sich fragen: Warum sind denn die plötzlich hier oben und nicht wie in der kühleren Jahreszeit unten im Tal?

Die Antwort ist simpel: Auf der Alp gedeihen Dutzende von Kräutern, die der Milch ein ganz besonderes Aroma geben. Aus dieser Alpmilch entstehen in den Sennereien wichtige Pfeiler der alpinen Küche: Rahm, Joghurt, Quark, Butter und Käse. Rahm und Butter zählen zu den wichtigsten Geschmacksträgern, sie sind der Urgeschmack meiner Heimat. Quark macht den Teig von Bizochels luftig, ergibt zusammen mit ein paar Kräutern oder Frühlingszwiebeln einen wunderbaren Brotaufstrich und macht auch in Desserts eine gute Figur. Meine Nachbarin Christina Kälin, die sich um die Obstbäume im Garten unterhalb von Schloss Schauenstein kümmert, vermengt ihn gerne mit selbstgekochem Zwetschgenkompott – ein cremig-fruchtiges Vergnügen, das so manche aufwendige Süssspeise locker aussticht.

Der König unter den Milchprodukten aber bleibt der Käse. Für ihn haben wir in der Casa Caminada einen eigenen Keller geschaffen, in dem er atmen und reifen kann. Als Kind machte ich einen Bogen um den rezenten Käse, den mein Vater in einem speziellen Schrank im Keller aufbewahrte. Heute darf Käse für mich ruhig einen prägnanten Geschmack und einen entsprechenden

Duft besitzen. Ich finde es faszinierend, wie sehr er seinen Charakter je nach Reifegrad ändert. Wir haben in der Schweiz aber auch fantastischen Weichkäse. Die Hölzig Geiss von Willi Schmid aus dem Toggenburg zum Beispiel, ein fein-cremiger, in Fichtenrinde eingeschlagener Ziegenweichkäse. Etwas ganz Spezielles sind die grossen Käseläibe von Maria Meyer und Martin Bienenrth aus Andeer. Martin hat sich angewöhnt, Zeichen in ihre Rinde zu ritzen. Das gibt ihnen noch mehr Persönlichkeit.

Maria Meyer und Martin Bienenrth



Hinter der Sennerei unseres Nachbardorfs Andeer steht ein ganz besonderes Ehepaar: Maria Meyer und Martin Bienenrth. Sie zählt zu den herausragenden Käserinnen der Schweiz, er zu den besten Affineuren weit und breit. Zum enormen Know-how der beiden kommt ihre Kompromisslosigkeit in Sachen Qualität: Für die zwanzig Käsesorten der Stizun da Latg ist nur silofreie Rohmilch von fünf Bauern aus der nächsten Umgebung gut genug. Weite Transportwege und die damit verbundenen Erschütterungen schaden nämlich der Milch. Seit Maria und Martin die Sennerei vor achtzehn Jahren übernommen haben, gehen sie konsequent ihren Weg.



Für die Milch von Kühen, die Hörner tragen, zahlen sie zum Beispiel einen Rappen mehr pro Liter an die Produzenten. Denn zu einer rechten Kuh gehören für sie eben auch die Hörner. Ehe er in den Verkauf kommt, lagert der Andeerer Käse zwischen drei und achtzehn Monate lang im über vierhundert-jährigen Natursteinkeller. Lohn all dieser Mühen sind begeisterte Kunden, zu denen auch ich zähle, und sogar ein Weltmeistertitel – für den Andeerer Traum, einen rahmig-würzigen, acht Monate gereiften Bergkäse. Übrigens: Martin Bienenrth ist ein echtes Multitalent. Neben der Arbeit mit dem Käse fotografiert und schreibt er auch, inzwischen hat er schon drei der alpinen Welt gewidmete Bücher herausgebracht.

In der Freizeit zieht es mich wieder vermehrt in die Berge. Oft nehme ich meine beiden Söhne mit und erinnere mich daran, wie ich früher mit meinem Vater ähnliche Touren unternommen habe. Er ist ein richtig guter Bergsteiger und weiss – wie ich inzwischen auch – die Stille hoch über der Hektik des Alltags zu schätzen. Im Gebirge finde ich Ruhe und Entspannung. Wenn man von einem Gipfel nach unten blickt, sieht alles ein wenig kleiner aus, gerade auch der Stress, der in meinem Beruf bisweilen nicht zu vermeiden ist.





Birne, N°16

N°16 Sternanis-Birnen

200 g Zucker
400 ml Weisswein
200 ml weisser Portwein
2 Lorbeerblätter
2 Nelken
10 Stück Sternanis
3 Abate-Birnen

Den Zucker in einem Topf hell karamellisieren, mit dem Weisswein und dem Portwein ablöschen. Die Gewürze dazugeben und aufkochen. Die Birnen schälen (den Stiel dranlassen) und in ein sterilisiertes Weckglas geben. Den heissen Sud darübergiessen und das Glas verschliessen. 10 Minuten bei 90 Grad dämpfen. Alternativ einen Einkochtopf verwenden.

Diese Birnen waren die wichtigste Zutat in einem der ersten Desserts, die ich 2003 auf Schloss Schauenstein serviert habe. Dazu gab es ein Schokoladenparfait. Seit damals hat sich in der Küche viel getan, die Sternanis-Birnen gefallen mir aber unverändert gut.

Quark, N°19



N°19

Bizochels

300 g Mehl
300 g Quark
4 Eier
Salz, Pfeffer aus der
Mühle
Muskatnuss

Zum Anrichten
braune Butter
krause Minze, gebackt
Bergkäse, gerieben

Das Mehl mit dem Quark und den Eiern zu einem luftigen Teig schlagen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Den Teig auf ein Spätzlibrett geben und lange, dünne Bizochels herunterschaben. In kochendem Wasser garen, bis die Bizochels an der Oberfläche schwimmen. Mit brauner Butter, gehackter krauser Minze und geriebenem Bergkäse servieren.

Meine Mutter hat den Teig ihrer Bizochels immer mit klein geschnittenen Rosinen verfeinert – eine wunderbare Variante des klassischen Rezepts. Wenn ich grosse Mengen davon zubereiten muss, fülle ich den Teig in eine Spritze und ziehe ihn dann über ein Ofengitter, das ich auf den dampfenden Topf lege.

N°35

Rehnuss

*1 Rehnuss
Salz, Pfeffer aus der
Mühle
Wildgewürz
Bratbutter*

*Frische Steinpilze
8 Steinpilze
Bratbutter
Salz*

*Geschmorter Sellerie
500 g Mehl
300 g Salz
1 l Wasser
1 Knollensellerie
Bratbutter*

*8 Brombeeren zum
Garnieren*

Die Rehnuss von Sehnen befreien, mit Salz, Pfeffer und Wildgewürz würzen. In Bratbutter von allen Seiten scharf anbraten und anschliessend im Backofen bei 160 Grad Umluft bis zu einer Kerntemperatur von 44 Grad garen. Den Ofen ausschalten und die Rehnuss bei geöffneter Ofentür 10 Minuten ruhen lassen. Dann in Scheiben schneiden.

Die Steinpilze mit einem Pinsel putzen, die Pilze je nach Grösse halbieren oder vierteln und in der Pfanne in Bratbutter auf der Schnittfläche goldgelb anbraten. Salzen.

Für den Sellerie das Mehl mit dem Salz und dem Wasser zu einem Teig kneten. Den gut gewaschenen Sellerie in diesen Salzteig einpacken. Im Backofen bei 180 Grad Umluft weich schmoren. Den Sellerie aus dem Salzteig nehmen, in Stücke schneiden und mit Bratbutter in einer Pfanne goldgelb braten.

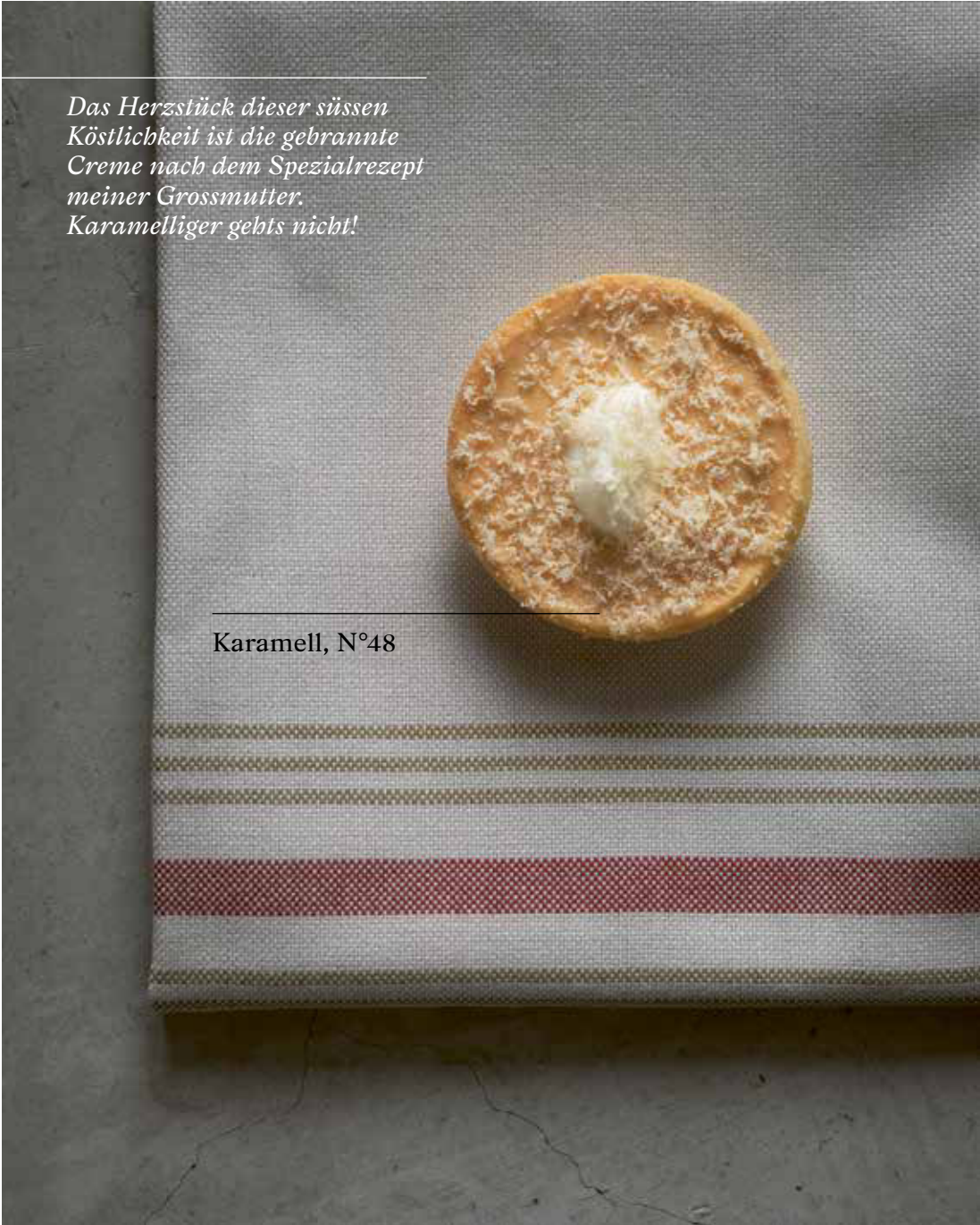
Anrichten

Eine Tranche der Rehnuss in die Tellermitte legen, die Steinpilze, den Sellerie und die Brombeeren rundherum platzieren.

Der heimliche Star dieser Kreation ist der Sellerie mit seinem dichten, erdigen Aroma. Er harmoniert wunderbar mit den Steinpilzen und dem Reh. Die Brombeeren bringen dezente Säure und Süsse. Es müssen nicht immer die klassischen Preiselbeeren sein.



Reh, N°35



*Das Herzstück dieser süssen
Köstlichkeit ist die gebrannte
Creme nach dem Spezialrezept
meiner Grossmutter.
Karamelliger gehts nicht!*

Karamell, N°48

N°48

Karamell-Tartelette

Tartelettes
500 g Mehl
340 g zimmerwarme
Butter
170 g Puderzucker
1 Ei
1 Prise Salz
1 unbehandelte Zitrone,
Abrieb
½ Vanilleschote, das Mark
ausgekratzt
Fett für die Form
Kichererbsen zum
Blindbacken

Gebrannte Creme
200 g Zucker
1 l Milch
1 EL Butter
70 g Vanillepuddingpulver
1 Blatt Gelatine,
eingeweicht
200 ml Rahm

Fudge
200 g Zucker
200 ml Rahm
20 g Butter

Zum Anrichten
Schlagrahm

Für die Tartelettes alle Zu-
taten miteinander verkneten,
10 Minuten in den Kühl-
schrank stellen. Dann den
Teig etwa 3 mm dick aus-
rollen, rund ausstechen und
in gefettete Tartelettefor-
men legen. Den Teig mit Back-
papier bedecken und mit
Kichererbsen beschweren. Im
Backofen bei 180 Grad Um-
luft 10 Minuten blind backen.

Für die Gebrannte Creme
zuerst den Zucker in einem
Topf karamellisieren. 900 ml
Milch und die Butter in
einem separaten Topf zum
Kochen bringen. Das Pud-
dingpulver mit 100 ml kalter
Milch verrühren. Mit der
erhitzten Milch den Karamell
ablöschen und so lange quel-
len lassen, bis sich der Zu-
cker aufgelöst hat. Die heisse
Karamellmilch mit der Pud-
ding-Milch verrühren und
nochmals quellen lassen.
Danach den Topf vom Herd
nehmen und die einge-
weichte Gelatine dazugeben.
In der Zwischenzeit den
Rahm steif schlagen. Die Ka-
ramellmasse auskühlen
lassen und mit der Küchen-
maschine glatt rühren, zum
Schluss den Rahm unter
die Masse heben.

Für den Fudge eine recht-
eckige Form mit Backpapier
auslegen. Alle Zutaten im
Topf aufkochen und stetig
umrühren. Wenn die Masse
aufgekocht ist, nicht mehr
rühren. Die Masse muss eine
goldgelbe Farbe bekommen.
Den Topf vom Herd nehmen
und die Masse etwa 5 Minu-
ten mit einem Kochlöffel
umrühren. So lange rühren,
bis die Masse dick-cremig
ist. Den Fudge in die vor-
bereitete Form geben und
3–4 Stunden auskühlen
lassen.

Anrichten

Den Tarteletteboden auf
einen Teller setzen und mit
der gebrannten Creme füllen.
Etwas geschlagenen Rahm
daraufgeben und den Fudge
darüberraaffeln.



Rezeptverzeichnis

Blätterteig
375 ml Wasser
40 g Salz
200 g Butter
250 ml kaltes Wasser
250 ml kalter Rahm
1,5 kg Weissmehl
(Type 550)
650 g Butterplatte
Mehl für die Arbeitsfläche

Das Wasser mit dem Salz und der ersten Portion Butter einmal aufkochen. 250 ml kaltes Wasser mit dem Rahm mischen. Die Wasser-Rahm-Mischung zum Mehl geben und einrühren. Anschliessend die aufgekochte Wasser-Butter-Mischung hinzufügen und kräftig durchkneten.

Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche quadratisch ausrollen, die Butterplatte darin einschlagen und den Teig erneut ausrollen. Den Teig zweimal abwechselnd doppelt (vier Teiglagen) und einfach (drei Teiglagen) übereinanderfalten und ausrollen. Zwischen den Touren den Teig jeweils 1 Stunde kalt stellen. Der Teig kann in Folie geschlagen und portioniert im Gefrierfach bis zum Gebrauch aufbewahrt werden.

Eingelegte grüne Korianderkörner
250 g grüne Korianderkörner
500 ml Einlegefond

Die Korianderkörner gut waschen (die Stiele vorher abschneiden) und in ein sterilisiertes Weckglas geben. Den kochenden Fond darübergiessen und 5 Minuten bei 90 Grad steamen. Alternativ einen Einkochtopf verwenden.

Wenn der Koriander zu wuchern beginnt, bilden sich kleine, knackige Körner an den Spitzen seiner Ästchen. Und die haben es geschmacklich fast noch mehr in sich als das Kraut. Ein schönes Beispiel dafür, wie vielseitig nutzbar zahlreiche Pflanzen sind.

Eingelegte Holunderknospen
250 g Holunderknospen
500 ml Einlegefond

Die Holunderknospen gut waschen (die Stiele vorher abschneiden) und in ein sterilisiertes Weckglas geben. Den kochenden Fond darübergiessen und 5 Minuten bei 90 Grad steamen. Alternativ einen Einkochtopf verwenden.

Die Knospen des Holunders sind sauer eingemacht eine überraschende und äusserst schmackhafte alpine Alternative zu Kapern. Sie passen zu einem Rindstatar ebenso wie zu geräucherter Lachsforelle.

Apfelmus 35
Apfel-Tarte-Tatin mit Vanilleglace 188
Artischocken, gefüllt 43

Balsamicolinsen 160
Bärlauchblüten, eingelegt 140
Bärlauchwurzeln, eingelegt 140
BBQ-Creme 101
Beignets 193
Birnen, Sternanis- 69
Birnenbrot 195
Bizochels 79
Blätterteig 214
Blumenkohl, eingelegt 63
Bramata 196
Bratbutter 213
Brotsuppe 181
Buchweizentajarin mit Gehacktem 80

Capuns 83
Clafoutis 199
Cremeschnitte mit Joghurtglace 202

Dörrbirnenravioli 26

Egli, sauer eingelegt 149
Eierschwämmchen, eingelegt 151
Einlegefond 62
Erbsensalat 29

Fichtensprossen, eingelegt 140
Focaccia 205
Forelle, geräuchert 160

Gemüsesalat 47
Gerstensuppe 182
Gnocchi mit Ziegenfrischkäse gefüllt 84
Gurken, eingelegt 62

Harissa 31
Hirschrücken mit Steinpilzen und Pastinakenpüree 135
Holunderblütensirup 146
Holunderknospen, eingelegt 214
Honig-Dessert 73

Joghurtbutter 86

Kalbsjus 213
Kalbsrahmgulasch 90
Karamell-Tartelette 187
Kartoffelbrot 212
Korianderkörner, eingelegte grüne 214

Lammnacken mit süss-sauren Aprikosen und Alpjoghurt 92

Maluns 94
Milchlammkeule mit Gremolata 97

Nussbutter 213

Petersiliengnocchi 50
Preiselbeeren, eingelegt 151

Radieschen, eingelegt 62
Radieschenbrot mit Senfmayonnaise 53
Randensalat 54
Rehnuss 132
Rhabarber-Dessert 66
Röstzwiebelbutter 39

Röstzwiebeln 39
Rosenkohl, eingelegt 63
Rote Zwiebeln, eingelegt 62
Ruchbrot 212

Saibling mit Kartoffel-Buttermilch-Espuma 167
Sanddorn-Dessert mit Dillöl 142
Sanddorndrink 149
Sauerrahmglace mit Blütensirup 119
Schinkenravoli in Schinkenbouillon 98
Schnittlauchblüten, eingelegt 63

Schnittlauchknospen, eingelegt 63
Schwarze Nüsse 147
Schweinebauch 101
Siedfleisch 104
Spareribs 107
Spargelsaft, fermentiert 37
Spargelsalat 44
Spargelspitzen, eingelegt 63
Steinpilze, eingelegt 151
Sternanis-Birnen 69

Tomatensalat 59

Weinblätter, eingelegt 63
Weisse-Bohnen-Eintopf 116
Wildterriner 131

Zander mit Fenchelgemüse 168
Zwetschgen, süss-sauer 70
Zwiebeln, frittiert 39
Zwiebelschmelze 39