

Flaschenpost

Mitglied Nummer 452

Meine lieben Leserinnen und Leser der Flaschenpost: Es ist so weit, ich bin nun endgültig ein echter Wengerter. Mitglied Nummer 452 des Collegium Wirtemberg. Weil in so einem Weinberg alles seine Richtigkeit haben muss, war's nötig, die Flächen umzuschreiben und die Rebsorte in Weinsberg zu melden – und irgendwie auch, mich zum Kollegen zu machen. Als wir Löcher gegraben haben, kam Rolf Berner, der Vorstandsvorsitzende, daher und hat mich unterschreiben lassen. Großartig, oder? ICH BIN WINZER!

Ein kleiner, okay. Aber ein fleißiger. In den letzten Wochen haben wir zunächst



Heute von Michael Weier

m.weier@stn.zgs.de

Steine gesammelt, dann die Löcher gegraben. Dadurch, dass der Berg ganz neu angelegt wurde, hat sich mein Anteil nunmehr auf circa 220 Reben reduziert, so viele Löcher durften wir buddeln. Ich dachte erst, für diesen Job finden sich bestimmt keine Freunde, weil die lieber zum Ernten als zum Arbeiten kommen. Aber mit einer Kiste Bier, vielen roten Würsten und einem perfekten Wetterbericht lockt man die Kumpels. Und ich glaube auch den Beteuerungen, dass sie sogar bei Regen den Spaten geschwungen hätten. Klar.

Weil Löcher allein keinen Wein geben, haben wir inzwischen die Reben gepflanzt. Gekauft bei der Rebschule Wahler in Schnait, lauter nette kleine Pflanzen, die in einem einzigen Karton Platz gefunden haben. Bei der Auswahl war wieder Rolf Berner gefragt: Als direkter Nachbar und Koryphäe, was den Anbau betrifft, war sein Rat gefragt. Als Unterlage (Reben müssen immer auf eine amerikanische Rebe, die mit der Reblaus keine Probleme hat, aufgepfropft werden) wählte er eine mit starkem Wachstum, damit unsere künftigen Weine mit dem lehmigen Untergrund fertig werden. Der Chardonnay obendrauf ist der Duftklon Dr 258 (Dr für Herrn Dreher, der diesen Klon gezüchtet hat). In der Beschreibung steht: Selektionsziele höchste Qualität und Stabilität, nicht Höchstertre. Klingt gut? Klingt sogar sehr gut. Wir wollen schließlich keine Masse erzeugen, sondern den besten Chardonnay der Welt!

Beim Pflanzen habe ich allerdings ganz schnell meine ersten Grenzen erreicht. Morgens um 8 Uhr ging's los, Vesperpause halb zwölf, dann weiter: Pflanze rein, Rebe rein, Erde drauf, Pflanze rein, festtreten. Pflanze rein, Schaufeln. Und als wir mit allem fertig waren, fing Rolf Berner wieder vorne an, doch noch einmal auf alle Pflanzen ein bisschen Erde zum Schutz drauf. Meine Hände taten weh, obwohl ich diesmal den Ehering brav ausgezogen hatte. Natürlich hatte ich längst Rückenschmerzen, die Beine wollten nicht noch einmal die Staffeln hoch. Aber ein Wengerter kennt ja keinen Schmerz.

Wobei das nicht ganz stimmt: Längst sucht mich der Schmerz des Weinbauern heim, ich schaue sehnsüchtig den Himmel und hoffe auf Regen! So etwas gab's in meinem Leben wirklich noch nie, aber Mitglied 452 ist eben ein neuer Mensch.

Tipp der Woche

Echte Wengerter trinken zum Vesper eher Schorle, ich entschied mich für meine Helfermansschaft lieber für eine Kiste ordentliches Bier. Aus der Region, selbstverständlich.

- **Horst hell, Schönbuch Bräu, Lager Bier, 14,49 Euro**

Neues aus der Gastroszene

Vegan und mehr

Der Trend ist längst keiner mehr, vegan gehört in vielen Lokalen inzwischen zur Pflichtaufgabe. In der Innenstadt, Neue Brücke 4, gibt's nun eine perfekte Anlaufstelle: Im Violas können Veganer im Erdgeschoss einkaufen und im ersten Stock speisen. Nicht allein vegan: Chefkoch Keerthi Bandara kocht täglich von 12 bis 15 Uhr zudem ayurvedisch. Die Lounge lässt sich mieten, es finden regelmäßig Veranstaltungen statt. (StN)

www.kochen-und-feiern-bei-violas.de

Tag des Bieres

Hoch die Tassen, rein den Zinken: Am heutigen Donnerstag wird der Tag des Bieres gefeiert. Unter anderem im Schlesinger, das zu Ehren des Gerstensaftes an diesem Tag 136 Biersorten auschenkt. Frei nach dem Motto: Morgen müssen wir Wasser trinken. (StN)

Zwischen Bärlauchspätzle und Brennesselchips

Wildwuchs für die Küche: Um das Kräuterwissen ranken sich so manche Mythen – Antworten auf die wichtigsten Fragen

Frühblüher geben jedem Salat eine besondere Note. Zudem verfügen sie über sanfte Heilkräfte. Bei einer öffentlichen Führung durch den Kräutergarten der Uni Hohenheim erklärt die Biologin Franziska Kubisch, worauf man achten muss.

VON ELKE RUTSCHMANN

Woher kommen die Rückbesinnung und die Begeisterung der Menschen für Frühblüher, die im Moment in Scharen bei Führungen von Experten durch die Kräutergärten pilgern?

Da ist zum einen die Freude, dass alles wieder blüht. Außerdem will sich heute jeder möglichst gesund und naturverbunden ernähren, fit und jung bleiben. Und die älteren Leute geben ihr Wissen bei diesen Spaziergängen gerne weiter, damit es nicht verschwindet. Hinzu kommen gewisse Zukunftssängste, und falls man – aus welchen Gründen auch immer – irgendwann doch wieder im Wald leben müsste, wäre es ganz gut, wenn man weiß, was man essen kann und was nicht.

Welche Mythen ranken sich denn um die Frühblüher?

Wenn eine junge Frau einen Kranz aus Gänseblümchen getragen hat, dann sollte das die Träume anregen, und wenn man die ersten Blüten direkt vom Boden gegessen hat, ohne sie mit den Händen zu berühren, dann sollte das einen das ganze Jahr vor Krankheiten bewahren. Oder wenn sich beim Löwenzahn die Blüten in Samen verwandelt haben, sollte man so viele Kinder bekommen, wie man Versuche braucht, um alle wegzupusten.

Welche Pflanzen findet man im Moment, und wie kann man sie in der Küche verarbeiten?

Da ist zum einen das Gänseblümchen, dessen Blüten zu Wildsalaten passen oder dessen Knospen man wie Kapern einlegen kann. Aus Brennesselblättern lässt sich ein köstlicher Spinat zubereiten, oder man frittiert sie in gutem Öl als Chips. Aber auch der von Gärtnern ungeliebte Giersch lässt sich zu Salat, Pesto und Gemüse verarbeiten. Das gilt auch für das Lungenkraut und natürlich den Bärlauch.

Wie erkenne ich Bärlauch, dessen Blätter ja Ähnlichkeit mit denen der giftigen Maiglöckchen oder der Herbstzeitlose haben?

Zum einen erkennt man den Bärlauch schon an seinem knoblauchartigen Geruch, spätestens dann, wenn man an den Blättern reibt. Außerdem sind die Blätter gestielt und glänzen leicht metallisch.

Und was macht man, wenn sich trotz Vorsicht eine falsche Pflanze ins Pesto verirrt hat?

Die Vergiftung äußert sich durch Übelkeit, Bauchschmerzen und kann auch zu Herz-

rhythmusstörungen führen. Erwachsene sollten dann selbst den Magen entleeren, bei Kindern sollte man unbedingt ins Krankenhaus gehen. Das gilt übrigens für alle Vergiftungserscheinungen. Und wenn man sich gar nicht sicher ist, kann man sich an den Giftnotruf (Telefon 07 61 / 1 92 40) wenden.

Wie vielseitig ist der Bärlauch?

Die meisten machen aus den Blättern Pesto oder verarbeiten sie in Smoothies. Aber Bärlauch kann man auch in Pfannkuchen- oder Spätzleteig sowie Kräuterquark rühren. Die Blüten und Knospen lassen sich wie Antipasti in Öl, Essig oder Salzlake einlegen, und die Zwiebeln kann man wie Knoblauchzehen verwenden.

Stimmt es, dass der Bärlauch nicht nur Knoblauch riecht, sondern ähnliche Heilkräfte hat?

Ja. Ähnlich wie Knoblauch senkt Bärlauch den Cholesterinspiegel und hilft bei zu hohem Blutdruck. Wie fast alle Frühblüher wirkt er blutreinigend und harntreibend. Als Frischpresssaft wirkt er antibakteriell bei Magen- und Darmstörungen und als Hustensaft schleimlösend.

Bei welchen Wehwechen helfen die anderen Frühblüher?

Brennesselblätter wirken entzündungshemmend bei Rheuma, das Scharbockskraut enthält viel Vitamin C und wurde früher den Seeleuten als Tee gegen die Mangelkrankheit Skorbut mitgegeben. Löwenzahn unterstützt die Fettverdauung, und die Wurzel enthält das süße Inulin, das für Diabetiker geeignet ist, weil es keinen Einfluss auf den Blutzucker hat. Die Blüte des Gänseblümchens hilft bei Insektenstichen.

Bärlauch für die Küche kennt inzwischen jeder. Gibt es einen Geheimtipp unter den Frühblüher?

Noch ziemlich unbekannt ist der Gundermann, der zu den Lippenblütengewächsen zählt. Man erkennt ihn an der Behaarung, den kreuzgegenständig angeordneten Blättern und den lilafarbenen Blüten. Blätter und Triebspitzen enthalten ätherische Öle und wichtige Bitterstoffe und sind eine appetitanregende Beigabe zu Salaten, Suppen und Eierspeisen und die Blüten eine aromatische und essbare Dekoration. Medizinisch hilft sein Tee gegen Bronchitis, weil er schleimlösend wirkt, und Kompressen und Salben wirken bei Verbrennungen und eitrigen Wunden.

Was sollte man auf keinen Fall essen?

Am giftigsten sind die Herbstzeitlosen, bei denen fünf Gramm der Samen bereits tödlich wirken. Einen Bogen machen sollte man auch um Buschwindröschen, Hohen Lerchensporn, Haselwurz, Immergrün, Leberblümchen und den gefleckten Ahornstab. Wer sichergehen will, sollte sich ein Bestimmungsbuch zulegen.

Tafelspitzen: Brust oder Keule, Stuttgart-Mitte

Wo Bouillabaisse auf Gaisburger Marsch trifft

VON ANJA WASSERBÄCH

Louis de Funès macht Grimassen. An der Wand hängen Porträts des großartigen Schauspielers. Wer sein Restaurant nach dessen bekanntem Film „Brust oder Keule“ nennt, kann kein schlechter Mensch sein. Und auch kein schlechter Wirt. Der Abend in der Lokalität im Leonhardsviertel, die schon einige Pächterwechsel durchgemacht hat, zeigt, dass diese erste Vermutung durchaus standhält. Viele Jahre war das Schmuckstück an der Katharinenstraße als Irma La Douce bekannt, ein kurzes Gast-

Küche	★★★★★
Gute Qualität, sehr gute Verarbeitung	
Atmosphäre	★★★★★
Gediegen, elegant, schön	
Service	★★★★★
Freundlich und flink	
Preis-Leistungs-Verhältnis	★★★★★
Gehoben – der Qualität entsprechend	

Bewertung

★★★★★	erstklassig
★★★★☆	überdurchschnittlich
★★★☆☆	gut
★★☆☆☆	passabel
★☆☆☆☆	enttäuschend

spiel gab Marc Müller mit einer innovativen skandinavischen Küche im Smøgen. Jetzt also Brust oder Keule, schwäbisch, international und gutbürgerlich.

Eins vorweg: Ohne Reservierung geht hier nichts. Im Eingangsbereich ist die Theke, auf der Ebene oben ist alles voll, im Parterre werden wir zum Tisch gebracht. Hier ist es gemütlich und eng, so dass man staunend und etwas neidisch auf die Vorspeisenvariation zwei Tische weiter starrt: Auf einer Etage werden Beefatatar, Ziegenkäse, Filderkrautroulade und Hackepeter von der geräucherten Bachforelle aufgeföhrt. Noch einen Tisch weiter löffeln zwei Blondinen ihren Gaisburger Marsch und sagen nur andächtig: „Mmmh. Lecker!“

Andreas Ackermann, der neue Chef, setzt auf Klassiker aus der schwäbischen und internationalen Küche. Die gibt es als Menu du Chef zum Preis von 33 Euro. Ein kleiner Aufpreis kommt hinzu, wenn die Wahl etwa auf die Bouillabaisse als Vorspeise fällt. Die ist eine Wucht: rezent die Suppe, viel Fisch-einlage zwischen Gemüse und Miesmuschel, dazu wird knuspriges Brot mit Sauce Rouille serviert, eine kräftige Knoblauch-Safran-Mayo. Der gebackene Ziegenkäse auf Roter Bete mit ein paar Tupfen Waldorfsalat (11,50 Euro) ist fein abgestimmt.

Dann bei den Hauptgerichten glänzt der Rostbraten mit handgeschabten Spätzle (23,50 Euro). Das gute, schmackhafte Fleisch ist ein Boeuf de Hohenlohe und liegt auf einer guten Lembergersoße. Die Spätzle sind schlichtweg zu viel des Guten. Allein



Kubisch (rechts) führt durch den Kräutergarten der Uni Hohenheim. Fotos: Lichtgut/Achim Zweygart



Brennesseln wirken entzündungshemmend



Geheimtipp: Gundermann ist extrem vielseitig

Was muss man generell beim Sammeln beachten?

Man sollte auf keinen Fall Kräuter am Straßenrand sammeln, und es ergibt Sinn, einen Korb oder einen Stoffbeutel mitzunehmen. Wer sich an Brennesseln wagt, sollte am besten auch Handschuhe dabei haben. Ansonsten: Einfach trauen, wenn man sich davor mit der Bestimmung beschäftigt hat.

Und was ist mit dem Fuchsbandwurm?

Das ist eher ein Problem für die Landwirte oder wenn man Beeren sammelt. Bei Kräutern ist laut Franziska Kubisch von der Uni Hohenheim nicht bekannt, dass man sich anstecken kann. Aber natürlich sollte man die Pflanzen vor dem Verzehr immer leicht abwaschen, auch wenn dabei einige Vitamine verloren gehen.



Schmuckstück an der Katharinenstraße: Das Brust oder Keule

Foto: Lichtgut/Leif Piechowski

- **Adresse:** Brust oder Keule, Katharinenstr. 21 b, S-Mitte, Telefon 0711 / 86 02 73 00, www.bok-stuttgart.de
- **Öffnungszeiten:** Mo bis Fr 12 bis 14.30 und 18 bis 0 Uhr, Sa 17 bis 1 Uhr, So Ruhetag
- **Extras:** Es gibt ein täglich wechselndes Zweigänge-Mittagsmenü ab 12,50 Euro. Das abgebildete „Menu du Chef“ umfasst drei Gänge (ab 32 Euro). Die Weinkarte enthält mehr als 300 Positionen. Das Restaurant ist nicht barrierefrei. Reservieren wird empfohlen.
- **Anfahrt:** Die nächsten Haltestellen sind Charlottenplatz und Rathaus. Wer mit dem Auto kommt, sollte in einem der nahe gelegenen Parkhäuser parken.



beim Wiener Schnitzel aus der Kalbshäfte gibt es was zu mäkeln: Das Fleisch ist an einigen Stellen so dünn geklopft, dass sich die Panade, an der es wiederum nichts zu beanstanden gibt, in den Vordergrund drängt. Im Menü gibt es dann noch den Ofenschlupfer (regulärer Preis 7,50 Euro),

der fest ist und Biss hat. Abgerundet wird er durch das fein cremige Bratpfoteis. Man wundert sich nicht, dass das Restaurant so gut besucht ist. Beim Rausgehen werfen wir noch einen Blick auf Louis an der Wand: Auf einem Bild lächelt er sehr zufrieden. Das kann er hier.