

GILDE



**ACHTUNG, FERTIG-
VEGETARISCH!**

Wir heissen unsere **neuen Mitglieder** herzlich willkommen
Essen macht schön
Spitzenrezepte zum Kochen

frigemo natürlich frischer
ORIGINAL SCHWEIZER

regiofrites

6 Regionen regiofrites

- Léman
- Nordwestschweiz
- Bern
- Zentralschweiz
- Zürich
- Ostschweiz

100% Schweizer Rapsöl

NEW

SUISSE GARANTIE ProCert

www.regiofrites.ch



Liebe Gäste

Gesund ist hip. Und wenn gesundes Essen auch noch schön machen soll, umso besser. Beauty-Food, Superfood und fotogenes Essen sind aktuelle Food-Trends und wir freuen uns, Ihnen diese in unserem Gilde-Magazin etwas näher zu bringen.

Und wenn wir schon beim Thema «gesund» sind, gehen wir auch dem Vegetarismus und Veganismus in dieser Ausgabe des Gilde-Magazins auf den Grund. Sind sie wirklich gesund, diese beiden Trends, die schon längst alltäglich und doch noch lange keine Selbstverständlichkeit sind?

Vegetarier zu sein bedeutet nicht nur eine besondere Ernährung, sondern in letzter Konsequenz auch eine bestimmte Lebensweise. Gründe für Vegetarismus sind nebst der Gesundheit aber auch ökologische Aspekte, wie natürliche Ressourcen zu schonen. Doch schonen wir denn wirklich die Ressourcen, wenn wir Sojaprodukte, Quorn, Cashewnüsse oder Avocados aus aller Welt importieren, weil sie in der vegetarischen Ernährung als ideale Alternativen zu Fleisch verwendet werden?

Tatsache ist, dass es auch hierzulande immer mehr Menschen gibt, die bewusst auf Fleisch verzichten. Die Anhängerschaft des Vegetarismus und der veganen Ernährung ist in den letzten Jahrzehnten stark gewachsen. 14 % der Schweizer ernähren sich gemäss einer von SwissVeg in Auftrag gegebenen Umfrage vegetarisch (11 %) oder vegan (3 %). Noch grösser ist der Anteil an Teilzeit-Vegetariern, den sogenannten Flexitariern, welche 17 % ausmachen. Etwa ein Drittel der Bevölkerung achtet demnach bewusst auf eine fleischfreie oder -arme Ernährung.

Spannend ist auch, dass es in der Deutschschweiz signifikant mehr Vegetarier gibt als in der Westschweiz (12 % im Vergleich zu 5 %) und dass der Anteil der Frauen unter den Vegetariern 70 % ausmacht, bei den Veganern jedoch nur 40 %.

Auch unsere Gilde-Köche sind sich diesen Tatsachen und Trends bewusst und setzen sie konkret um, wie das Beispiel von Annegreth's Schützenstube in Schaffhausen zeigt. Andere unserer Mitglieder haben da vielleicht noch Potenzial – oder aber sie verzichten ganz bewusst darauf, auf diesen Trend einzugehen. Das ist ihr Recht, denn so wie ein Gast aussuchen kann, in welchem Betrieb er essen möchte, darf auch der Wirt entscheiden, was er seinen Gästen anbietet.

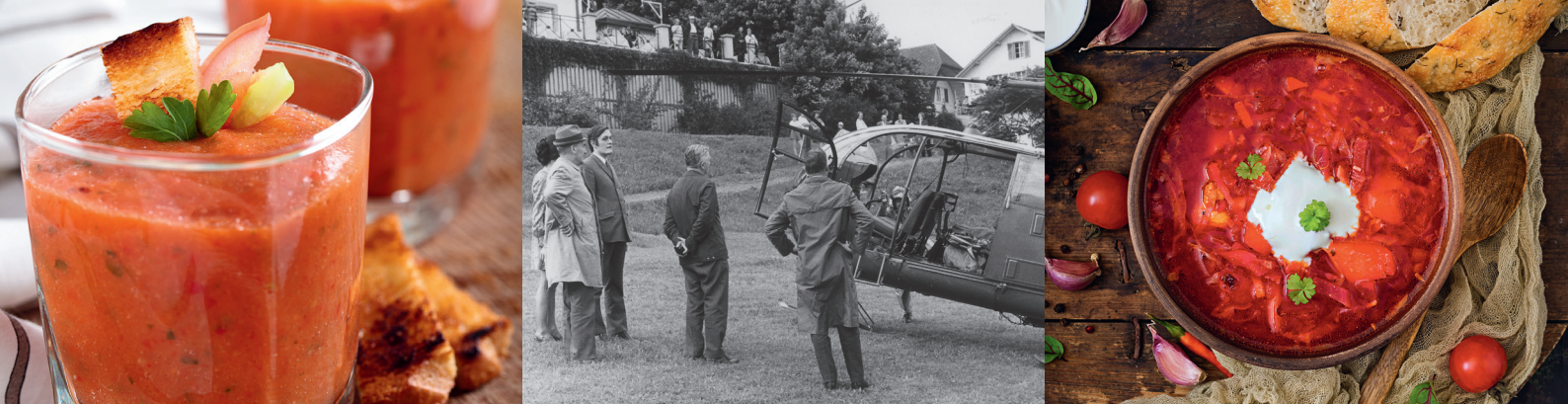
Und das ist ja das Schöne bei der Gilde etablierter Schweizer Gastronomen: Gilde-Restaurants bieten eine breite Palette für jedermann und für jeden Geschmack. Alle Gilde-Betriebe haben jedoch eines gemeinsam, Sie willkommen zu heissen und Ihnen einige unbeschwerte Stunden Lebensfreude zu bereiten.

Wir freuen uns, Sie bei uns zu haben, und wünschen Ihnen eine spannende Lektüre.

R. F. Maeder

René F. Maeder





GESCHICHTEN & GEKOCHTES

TANZ MIT DER GASTRONOMIE

In 60 Jahren «Tanz mit der Gastronomie» ist wohl das eine oder andere Küchengeflüster herumgegangen und es ist die eine oder andere Suppe gekocht worden, die dann auch ausgelöffelt werden musste: «Geschichten und Gekochtes» ist ein Buch für Menschen vom Fach und für solche, die ein bisschen etwas von Lust und Frust des Gastgewerbes verstehen. Es ist aber auch ein Buch für Menschen, die genussfreudig und mit etwas augenzwinkerndem Humor gepfeffert auf und über den Tellerrand schauen wollen.

Autor Herbert Huber
Umfang 232 Seiten, Format 16,4x23,5 cm, gebunden, Hardcover, mit 68 Abbildungen
© 2017, ISBN 978-3-85932-911-9
CHF 39.–



Bestellung
Bitte senden Sie mir ___ Ex. «Geschichten & Gekochtes» zum Preis von je CHF 39.– (inkl. MwSt. und Versandkosten).
ISBN 978-3-85932-911-9

WERDVERLAG.CH

Talon einsenden / faxen an: Werd & Weber Verlag AG, Gwattstrasse 144, 3645 Thun / Gwatt, Fax 033 336 55 56 oder bestellen Sie online oder per Mail: www.werdverlag.ch, mail@weberag.ch

Name / Vorname _____
Adresse _____
PLZ / Ort _____
E-Mail _____
Datum _____ Unterschrift _____

Inhalt

à point

- 6 Achtung, fertig – vegetarisch!
- 10 Vegetarische Küche in Annegreth's Schützenstube
- 11 Exklusives Veggie-Rezept von Annegreth Eggenberg

gastro-trends

- 13 Lebensmittel transparent machen
- 14 Weniger is(s)t mehr
- 20 Essen macht schön

Rezepte

- 12 Cremiges zum Löffeln aus Basilikum
- 17 Türmchen von Tomate und Mozzarella
- 24 Tomatenrisotto und mediterranes Gemüse
- 26 Gebrannte Crème mit Lavendel, Safran und Honig
- 27 Heidelbeergratin mit Krausminzeis und Birnenweggenbonbon

Partner

- 16 Glatz AG: Der Grossschirm Palazzo
- 18 Sbrinz Käse GmbH: Sbrinz AOP

Kreuzworträtsel

- 22 Gewinnen Sie tolle Preise

Events

- 25 Interessante und kulinarische Anlässe

News

- 28 Unsere neuen Mitglieder / Betriebswechsel / Generationenwechsel / Unsere neuen Partner
- 31 Gilde-Kochtag



Ab Seite
12
Rezepte aus
Gilde-Küchen



FRISCH
FIT
VITAL
VEGI

Achtung, fertig – vegetarisch!

Vegetarismus ist keine neue Idee, aber eine Idee, die in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich an Bedeutung gewonnen hat. Und der Lebensstil spricht mittlerweile auch vermehrt Nicht-Vegetarier an: Immer mehr Menschen wollen häufiger fleischlose Mahlzeiten genießen. Das Angebot auf dem Lebensmittelmarkt sowie in den Restaurants wächst stetig, allerdings ist es je nach Restaurant und Region noch lange keine Selbstverständlichkeit.

Wie der Wortstamm «vegetus» (= lebendig, gesund, frisch) aus dem Lateinischen schon sagt, verzichten Vegetarier auf Produkte, bei denen die Tötung eines Tieres vorausgeht. Einfach ausgedrückt, ist ein Vegetarier also jemand, der kein Fleisch isst. Diese Definition ist allerdings viel zu einfach, da es ganz verschiedene Arten von vegetarischen Diäten gibt. Die gängigsten Formen des Vegetarismus sind in der Folge aufgelistet:

FORMEN DES VEGETA- RISMUS

- Lacto-Ovo-Vegetarier essen Milchprodukte – wie Milch, Käse und Joghurt – und Eier, aber kein Fleisch, Geflügel, Meeresfrüchte oder Fisch. «Lacto» bedeutet «Milch», «Ovo» bedeutet Eier.
- Lacto-Vegetarier essen Milchprodukte, aber nicht Eier, Fleisch, Geflügel, Meeresfrüchte oder Fisch.
- Ovo-Vegetarier essen Eier, aber meiden Fleisch, Fisch, Milch und Milchprodukte.
- Veganer meiden alle vom Tier stammenden Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Milch, Eier oder Honig, aber auch allgemeine Produkte wie Wolle oder Leder.



Gemäss einer Studie von Swissveg aus dem Jahr 2017 leben in der Schweiz 11 % Vegetarier und 3 % Veganer. Der Fleischverzicht wird aus verschiedenen Gründen praktiziert: So stehen das Tierwohl sowie ethische und ökologische Gründe im Vordergrund, aber auch die eigene Gesundheit wird als Grund für den Verzicht aufgeführt. Zudem zeichnet sich ein zunehmender Trend zum Veganismus ab.

Nach- und Vorteile

Eine Ernährung, bei der man Fleisch weglässt, kann, muss aber nicht zwangsläufig ungesund sein. Wer als Vegetarier seine Nahrung falsch zusammenstellt, riskiert Mangelerscheinungen und Probleme bei der Resorption und Verdauung von Nährstoffen. Die vegetarische und überwiegend pflanzenbasierte Kost kann – gerade bei Veganern – denn auch ein paar Nachteile bergen: Bei der vegetarischen Kostform wird ein Grossteil der Nahrung naturbelassen verzehrt, damit steigt aber leider auch die Gefahr für Lebensmittelallergien. Ausserdem stellt gerade bei einer streng vegetarischen Lebensweise die Mangelversorgung mit Eiweiss, Mineralstoffen, Spurenelementen und Vitaminen – besonders Eisen, Jod, Vitamin B12 und Kalzium – ein Problem dar. Mit einer abwechslungsreichen und achtsamen vegetarischen Ernährung kann dies jedoch umgangen werden. Ferner bringt Vegetarismus auch viele Vorteile für den menschlichen Körper: Eine vegetarische Ernährung kann helfen, den Cholesterinspiegel zu senken, Diabetes zu kontrollieren, Krebs vorzubeugen und Vitamine zu erhalten.

Worauf man achten muss

Für eine abwechslungsreiche und ausgewogene vegetarische Ernährung empfiehlt es sich, das Essen nach den Grundsätzen der Ernährungspyramide aufzustellen und die Nahrungsmittel sorgfältig und abwechslungsreich auszuwählen. Vegetarier können ihren Proteinbedarf mit Bohnen, Linsen, anderen Hülsenfrüchten, diversen Samen und Erbsen de-

Tierwohl und ökologische Gründe stehen im Vordergrund.



cken. Ovo-Lakto-Vegetariern bieten sich noch Eier und Milchprodukte an. Viele gängige Nahrungsmittel wie Vollkornbrot, Gemüse, Kartoffeln und Mais tragen ausserdem zur schnellen Proteinaufnahme bei und liefern täglich genügend essentielle Aminosäuren. Dörrbohnen, Tofu, Spinat, Mangold, gebackene Kartoffeln, Cashewnüsse, getrocknete Früchte und mit Eisen angereicherte Lebensmittel sind alle gute Quellen für Eisen. Um die Menge an aufgenommenem Eisen bei einer Mahlzeit zu erhöhen, kann man zusätzlich Nahrungsmittel essen, die Vitamin C enthalten, wie Zitrusfrüchte oder Säfte, Tomaten oder Broccoli. Gute Quellen für Kalzium sind Broccoli, Kohl, Senf, mit Kalzium angereicherte Sojamilch und Orangensaft. Die empfohlene Zufuhr von Vitamin B12 für Erwachsene ist sehr niedrig, das Vitamin ist aber ein äusserst essentieller Nährstoff. Angereicherte Nahrungsmittel wie einige Getreidearten, Ernährungshefe oder Sojamilch sind gute Quellen – Ovo-Lakto-Vegetarier können ausserdem auf Milchprodukte und Eier zurückgreifen. Die vier Hauptnahrungsgruppen von gesunden Vegetariern sind demzufolge also Früchte, Hülsenfrüchte, Gemüse und Vollkornprodukte. Dass die vegetarische Ernährung deshalb einseitig sein muss, trifft so nicht ganz zu.

Vegetarische Küche – keine Selbstverständlichkeit

Das Interesse an der fleischfreien Küche ist besonders im 21. Jahrhundert stark angewachsen, trotzdem ist die Zahl der Vegetarier in den letzten zehn Jahren ziemlich stabil geblieben. Das



eigentliche Wachstumsgebiet sind die sogenannten «Flexitarier». Das sind Menschen, die Fleisch nicht vollständig aufgegeben haben, sich aber bewusst bemühen, weniger davon zu essen. Trotz des wachsenden Marktes kann auswärts essen für Flexitarier, Vegetarier und besonders für Veganer eine Herausforderung sein. Während einige Restaurants vollständig vegetarisch sind oder ein separates Menü für Vegetarier anbieten, gibt es nach wie vor etliche Restaurants, die bewusst auf ein solches Angebot verzichten und nicht auf diesen Trend eingehen. Dies ist auch ihr Recht, denn so wie ein Gast aussuchen kann, in welchem Betrieb er essen möchte, darf auch der Wirt entscheiden, was er seinen Gästen anbietet.

Bei der Auswahl der Gerichte kommt erschwerend hinzu, dass alternative Gemüsegerichte mit Zutaten zubereitet werden, die Vegetarier und Veganer nicht essen, einschliesslich Butter, Hühner- oder Fleischbrühe und Gelatine. Der Punkt beim auswärts Essen ist jedoch das Ausgeherlebnis und das gilt gleichermaßen für Vegetarier und Leute, die gelegentlich fleischfreie Gerichte geniessen – ja sogar bevorzugen. Und die Qualität des Erlebnisses leidet, wenn die Menüauswahl sehr klein und vorhersehbar ist. Die gute Nachricht ist, dass Restaurants ihre vegetarischen Menüoptionen als Reaktion auf Kundenwünsche stetig erweitern, und ein paar Pioniere auf dem Gebiet kommen sogar schon seit einiger Zeit ohne Fleisch auf ihren Menükarten aus: zum Beispiel die Gastronomen-Familie Hiltl, die in ihren Restaurants schon seit 1898 gänzlich ohne Fleisch kocht.

Inspiration internationale Küche

Inspirationsquellen für fleischlose Gerichte gibt es genug, vor allem in der internationalen Küche: Asiatische Menüs wie Chinesisch, Japanisch, Thai und Vietnamesisch bieten eine Vielzahl von fleischlosen Optionen wie Reis- und Nudelgerichte mit Gemüse und Tofu. Südasiatische Küchen, darunter Indisch, Sri-Lankisch, Burmesisch, Pakistanisch und Nepali, sind bekannt für fleischlose Gerichte mit Brot, Linsen, Bohnen, Reis, Currygemüse und Joghurt. Die italienische, griechische und nahöstliche Küche bietet viele fleischlose Speisen wie Pasta Primavera, Falafel, Couscous, Minestrone, Auberginengerichte, griechische Salate und Taboulé. Die Vegetarier-freundliche mexikanische Küche bietet Burritos, Fajitas, Tacos, Enchiladas, Quesadillas und Tamales aus Reis und Bohnen. Fleisch ist also nicht mehr zwingend der Mittelpunkt eines Gerichtes, nach dem sich die Beilagen richten müssen: Gemüse übernimmt die neue Hauptrolle auf dem Teller. Hanni Rützler spricht im Food Report 2018 sogar von der kopernikanischen Wende in unserer Esskultur: «Wir werden nicht alle

zu Vegetariern, aber wir haben erkannt, dass Fleisch nicht der Mittelpunkt eines guten Genussuniversums sein muss.» Gerade das Lernen von anderen Esskulturen und damit verbundene gänzlich neue Verwertungsmöglichkeiten von Pflanzen eröffnen ungeahnte Innovationspotenziale und ganz neue Geschmackserlebnisse.

Beim auswärts Essen zählt das Ausgeherlebnis.



Vegetarische Küche in Annegreth's Schützenstube

Die vegetarische wie auch die vegane Küche erleben einen Aufschwung. Mit dem zunehmenden Ernährungs- und Nachhaltigkeitsbewusstsein wächst auch die Nachfrage nach fleischlosen Alternativen. In Annegreth's Schützenstube in Schaffhausen wird dies dem Kunden in Form von täglich zwei vegetarischen Mittagsmenüs geboten.

Frau Eggenberg, woher holen Sie sich die Inspiration für Ihre Rezepte?

Seit Jahren besorge ich mir immer wieder Kochbücher aus aller Welt. Ich finde es spannend, regionale Produkte mit verschiedensten Gewürzen zu verfeinern und so zu aussergewöhnlichen Gerichten zu verarbeiten. Auch Kochtechniken, die man rund um den Globus anwendet, interessieren mich brennend.

Seit wann bieten Sie ein vegetarisches Menü an?

Als ich Anfang der 90er in einem Restaurant mit der vegetarischen Küche konfrontiert wurde, merkte ich, wie vielfältig und lecker vegetarisch essen sein kann.



Annegreth Eggenberg, Gastgeberin im Gilde-Restaurant Annegreth's Schützenstube.

Was tun Sie für eine abwechslungsreiche vegetarische oder sogar vegane Küche?

Saisonale Gemüse berücksichtigen – das fordert meine Kreativität. Des Weiteren kombiniere ich traditionelle Schweizer-Küche mit italienischer, nordischer, asiatischer oder orientalischer Küche.

Welches ist Ihre persönliche Lieblingsküche und aus welchem Grund bevorzugen Sie diese?

Indische, vegetarische Küche hat eine uralte Tradition. Sie ist sehr ausgewogen, und ich finde es spannend, dass sie alle Sinne anspricht.

Welche Art vegetarischer Küche kommt bei den Gästen am besten an?

Indische und italienische. Aber auch meine eigenen Kreationen, die eine Kombination verschiedener Küchen sind.

Was halten Sie von Fleischalternativen wie z.B. Quorn?

Ich persönlich arbeite lieber mit meinen hausgemachten Produkten.

Kann man von einer Wende in unserer Esskultur sprechen?

Uns fällt auf, dass die vegetarische Küche am Mittag durchaus einen grossen Raum eingenommen hat. Nicht so am Abend, da stehen Fisch- und Fleischgerichte immer noch an erster Stelle. Bei Gesellschaften sind bei 50 Personen jeweils nur ein bis drei Vegetarier dabei – wenn überhaupt.

Welche Ernährungsform bevorzugen Sie?

Ich bin Flexitarierin, ich esse, worauf ich gerade Lust habe und was zur Verfügung steht.

Worauf sollte man bei der vegetarischen Ernährung besonders achten?

Abwechslungsreich essen und sich nicht auf die paar Modegemüse beschränken, auch mal neugierig sein und auf dem Wochenmarkt einkaufen. Bei veganer Ernährung sind Hülsenfrüchte wie auch alle Sojaprodukte, Nüsse und kaltgepresste Öle eminent wichtig.

Welches sind die besten pflanzlichen Alternativen für Proteine und Eisen?

Hülsenfrüchte und Sojaprodukte wie Tofu, der bei richtiger Zubereitung übrigens sehr lecker ist. Aktuell Saisongemüse wie Grünkohl, Kohlsprossen und Randen.



Seitan

5 kg Mehl • 3,5 l lauwarmes Wasser

Sud

3,5 l Wasser • 5 dl Sojasauce • Gewürze (bspw. Curry, Biberflocken, Thymian, Pfeffer, Nelken, Lorbeer, Zwiebel und Knoblauchpulver)

Seitan

Mehl und Wasser zusammenmischen und einen knollenfreien Teig herstellen. Den Teig ganz mit kaltem Wasser bedecken. Über Nacht in der Küche stehen lassen. In einem ersten Becken heisses Wasser einfüllen, über ein zweites Becken ein gleich grosses Blech legen sowie ein Blech für die fertigen, ausgewaschenen Teigkugeln vorbereiten. Nun den Teig portionenweise in heissem Wasser auswaschen, bis er sich gummig anfühlt. Danach auf das Blech legen und in Abwechslung unter kaltem, beziehungsweise heissem Wasser auswaschen, bis keine weisse Stärke mehr aus dem Teigbatzen fließt.

Sud

Nach Belieben kräftig würzen. Beispielsweise mit Curry, Biberflocken, Thymian, Pfeffer, Nelken, Lorbeer, Zwiebel und Knoblauchpulver. Das Ganze aufkochen. In der Zwischenzeit die Weizeneiweissbatzen auf einem nassen Brett in nicht zu grosse Stücke schneiden (so können sie die Würze ganz aufnehmen) und sofort in den Sud gleiten lassen. Ca. 45 Minuten köcheln lassen. Aus dem Sud heben und abgekühlt wie Geschnetzeltes schneiden, nach Belieben in Bratbutter oder Rapsöl anbraten.

Geschnetzeltes Seitan



Anrichten vegetarisches Menü

Rahm mit Tamari- oder Sojasauce aufkochen, ein wenig reduzieren und am Schluss mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Achtung: Den Seitan nie in der Sauce aufwärmen, sonst wandern alle Geschmacksstoffe in die Sauce und der Seitan schmeckt nicht mehr. Tipp: Den Seitan im Steamer zusammen mit dem Gemüse regenerieren und die Sauce erst auf dem Teller über den Seitan geben.

Anrichten veganes Menü

Wasser mit einem Kaffeelöffel Mandelmus aufkochen. Das Mandelmus verhält sich wie Erdnussbutter, beim Kochen dickt es immer mehr ein. Bei Bedarf noch mehr Wasser beifügen, mit einem Spritzer Zitronensaft, Soja- oder Tamarisauce abschmecken. Diese Grundsauce ist sehr simpel und eignet sich gut als vegane Alternative zu Rahmsaucen. Auch hier gilt: Warme Sauce über den warmen Seitan nappieren.

Dazu servieren wir knusprige Röstli und Saisongemüse.



Cremiges zum Löffeln aus Basilikum

1 Zwiebel • 2 Knoblauchzehen •
5 EL Olivenöl • 200 g Kartoffelwürfel
(geschält) • 700 ml Gemüsfond •
200 ml Vollrahm • 60 g Sbrinz •
1 TL Senf mild • wenig Salz • Pfeffer aus
der Mühle • Muskat • 2 Bund Basilikum
à ca. 30 g

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen.
Zwiebel in kleine Würfel schneiden und
den Knoblauch hacken. Das Olivenöl er-

hitzen und beides darin andünsten. Die
Kartoffeln hinzugeben und unter rühren
mit dem Schneebesen, den Gemüsfond
und den Rahm dazu giessen. Alles aufko-
chen und bei geringer Hitze 10 Minuten
köcheln lassen.

Den Sbrinz reiben und zusammen mit
dem Senf unter die Suppe mischen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss ab-
schmecken. Die Basilikumblätter zupfen,
in die Suppe geben und alles fein pürie-

ren. Die Suppe sofort in Schälchen vertei-
len und servieren.

Passend zum Frühling kann die Suppe mit
einem jungen Gemüsegarten dekoriert
werden. Für den Gemüsegarten können
Sie beliebig gedämpftes Gemüse, junge
Salatblätter und Kräuter verwenden.

Lebensmittel transparent machen

Verbraucher wollen Transparenz, Einzelhändler fordern sie. Lebensmittelproduzenten, die Transparenz liefern, gewinnen Vertrauen. Doch was bedeutet dieser Wandel für die Lebensmittelindustrie?

Der moderne Verbraucher hat angefan-
gen, sich umfassend dafür zu interessie-
ren, woher sein Essen kommt und was
drin ist. Was steckt in den verpackten Le-
bensmitteln, woher kommen die Zutaten
und wer hat sie wie produziert?

Transparenz in der Lebensmittelkette
umfasst viele verschiedene Bereiche: Sie
beinhaltet sicherlich ein «sauberes» Eti-
kett, das bedeutet Lebensmittel mit weni-
ger Zutaten, Konservierungsmitteln oder
künstlichen Aromen, Farben und Süs-
stoffen. Folglich: eine kürzere Inhaltsan-
gabe mit weniger chemisch klingenden
Namen. Konsumenten verlangen auch
nach authentischen, ethisch vertretbaren
und einfacheren Alternativen zu her-
kömmlichen Massenproduktionsprozes-
sen. Dieses sogenannte «Clean eating»
hat grundlegende Ansätze für die Pro-
duktentwicklung inspiriert, nämlich das
Interesse an einer Rückkehr zur Lebens-
mittelverarbeitung auf natürliche Weise

und die Suche nach dem ursprünglichen
Genuss. Ein gutes Beispiel hierfür ist si-
cher die Konservierung im Einmachglas –
eine Haltbarkeitsmethode, die dank dem
Clean-eating-Konzept ein Revival erlebt
und dies ganz ohne E-Nummern.

Lebensmittel erzählen eine Geschichte

Der Ersatz künstlicher Zutaten durch
saubere ist jedoch nur der Anfang: Le-
bensmittelunternehmen haben erkannt,
dass sich das Marketing ihrer Produkte
auch auf der kommunikativen Ebene ver-
ändert und entscheidend weiterentwi-
ckelt hat. Die Produzenten müssen den
Verbrauchern auf persönlicher Ebene
ihre Geschichte erzählen und mit ihrem
Ethik- und Umweltkodex punkten, denn
die Konsumenten von heute kaufen nicht
mehr nur das Produkt, sondern auch die
Wertvorstellungen, die es vermittelt.
Transparenz in der Lebensmittelindus-
trie ist also viel mehr als nur die Offenle-

gung von Inhaltsstoffen. Produktent-
wickler und Vermarkter müssen alle As-
pekte der Transparenz berücksichtigen,
um Erfolg zu haben. Der Weg ist das Ziel:
Es zählt nicht nur das Erreichen eines
Clean-Labels, Transparenz wird schon
während des Prozesses erwartet. Junge
Unternehmen und neue Marken haben
hier sicher einen Vorteil: Während etab-
lierte Konzerne sich in der sogenannten
Natural Food Industry neu erfinden und
Rezepturen ändern müssen, stehen junge
Unternehmen weniger unter Zugzwang
und können mit überzeugenden Produk-
ten ihre Zielgruppen bedienen und eine
authentische Markenidentität entwi-
ckeln. Trotzdem können sich selbst gros-
se Player dieser Entwicklung nicht länger
entziehen und haben reagiert: So hat bei-
spielsweise Nestlé 2015 begonnen, künst-
liche Aromen und Farben aus ihren Pro-
dukten zu verbannen, und kann diese nun
mit dem Kriterium «ohne künstliche
Aromen oder Farbstoffe» schmücken.



Weniger is(s)t mehr

Wenn edles Essen bequem verpackt würde, würde es öfter gegessen werden, unabhängig davon, ob der Preis stimmt oder nicht? Ein aufregendes Konzept, das unsere Essgewohnheiten bereits entscheidend verändert hat – speziell in einer Zeit, in der Bequemlichkeit und Zugänglichkeit eine grosse Rolle für unser Leben spielen.

Die Verbraucher von heute suchen ständig nach Wegen, ihre Freizeit und ihr verfügbares Einkommen so zu maximieren, um den grösstmöglichen Nutzen daraus zu ziehen. Dieser Trend wirkt sich auch auf das Essverhalten aus. Dass dabei die gesunde und ausgewogene Ernährung auf der Strecke bleiben muss, ist ein Mythos.

Gründe für den Convenience-Trend

Eine Studie aus dem Jahr 2008 fand heraus, dass viele Menschen, besonders die sogenannten Millennials und die Genera-

tion Z, das Gefühl haben, unter ständigem Zeitdruck zu stehen und gerade für Freizeit und Familie zu viel Zeit einbüßen zu müssen. Über 50 Prozent der Befragten gaben ausserdem an, dass Zeitmangel für sie das grössere Problem darstelle als Geld. Dieser Trend hat auch Einfluss auf den Konsum und die Zubereitung von Speisen: Aufgrund der sich verändernden und immer schneller werdenden Lebensstile verbringen Konsumenten heute weniger Zeit mit der Planung und Zubereitung von Mahlzeiten. Viele Verbraucher

wissen bis 16 Uhr oftmals noch nicht, was sie zu Abend essen werden, und verbringen nur etwa 30 Minuten damit, das Essen zuzubereiten. Essen zu nicht fixierten Zeiten – oftmals auch alleine – wird durch die geänderten Gewohnheiten, den geschäftigen Lebensstil von heute sowie die Einstellung zum Kochen immer häufiger.

Die Merkmale des Trends

Der Convenience-Food-Trend hat sich also längst etabliert: Tiefkühlkost, Suppenbeutel, Sandwiches etc. – allen Produkten ist gemein, dass sie dem Konsumenten Zeit und Mühe abnehmen, ein Nahrungsmittel oder ein Gericht zuzubereiten. Während für die Gastrobranche Küchenfertiges im Vordergrund steht, kaufen Endkonsumenten vor allem Produkte, die entweder nur noch erhitzt werden müssen oder sofort verzehrfertig sind. Der Convenience-Food-Trend ist fa-



cettenreich, muss sich aber auch ständig weiterentwickeln und mit anderen Trends konvergieren, um den Bedürfnissen der Gesellschaft gerecht zu werden. Convenience bedeutet mehr als nur servierfertige, einfach zuzubereitende und zugängliche Produkte. Die Verbraucher von heute diktieren die Zukunft der Lebensmittelindustrie durch ihren Hunger nach gesunden, erschwinglichen Ernährungserlebnissen. Gesunder Konsum in allen Bereichen der Lebensmittelindustrie steht denn auch seit ein paar Jahren im Fokus dieser Branche. Die Lust und Nachfrage nach gesundem Essen ist immens gestiegen und der Konsument von heute ist anspruchsvoller geworden. Er hat nicht mehr länger das Gefühl, bei der Ernährung Kompromisse eingehen zu müssen, während er seinen geschäftigen Alltag meistert. Er scheut sich vor ungesundem Essverhalten und sucht aktiv nach

Produkten, die nicht nur das Grundbedürfnis Essen stillen, sondern auch sein Wohlergehen unterstützen – aber schnell und einfach muss es gehen. Convenience bedeutet, Kochzeiten zu verkürzen und die Einkaufsliste zurechtzustutzen. Mit weniger Zutaten zu kochen, macht den Verbraucher bedachtsamer, was er in sein Essen tut: Essentiell ist einfach, dass gutes Essen super-einfach herzustellen und leicht zugänglich ist. Qualität vor Quantität, ein bisschen Fleiss an der Kochfront und im Gegenzug massiver Geschmack.

Convenience mit Persönlichkeit

Der Vorstoss der Millennials und Gen Z, gesündere, umweltfreundlichere Lebensmittel zu essen, und der Aufstieg der Lebensmittelunternehmen, die ebendiesen Kunden nahrhafte, frische Zutaten liefern, die sie schnell zu einer gekochten Mahlzeit verarbeiten können, fordert den

Convenience-Food-Bereich enorm. Die Aussage «du bist, was du isst» gewinnt auch je länger je mehr an Gewicht.

Es steht nicht mehr nur die gute und gesunde Ernährung im Zentrum, sondern vielmehr auch die Identitätsbildung des Konsumenten: Essen als eine Erweiterung der Persönlichkeit. Genauso, wie die Menschen immer versucht haben, sich durch Kleidung und Besitztümer auszudrücken, werden Gen Z und Millennials ihre Identität durch die Nahrungsmittel, die sie essen, weiter erforschen und manifestieren. Essen ist zu einer weiteren Plattform der Selbstdarstellung von Verbrauchern und Unternehmen geworden – einer Möglichkeit, Kreativität und sogar Designbewusstsein zu äussern.



Palazzo – auf Mass und in neuen Standardgrössen

Zum Saisonauftakt 2018 setzt der Schweizer Schirmhersteller Glatz die Erfolgsstory der Grossschirme Palazzo fort. Abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse in der Gastronomie und Hotellerie, lassen sich die Modellvarianten Style, Noblesse und Royal in diversen Sondergrössen auf Mass anfertigen. Zusätzlich sind drei Palazzo Style und zwei Palazzo Royal als neue Standardformate erhältlich, die mühelos hohen Windgeschwindigkeiten bis zu 110 km/h trotzen.

Neben einer Vielzahl an Standard- und Sondergrössen fertigt Glatz ab der kommenden Saison auf Wunsch den passenden Palazzo Style, Noblesse und Royal an – abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse der Kunden im Gastro-Gewerbe und in der Hotellerie. Dabei begutachten zuvor autorisierte und zertifizierte Vertriebspartner die Aussenfläche vor Ort, tauschen sich mit Architekten, Stadtplanern und Gastronomen aus und liefern individuelle Schattenlösungen.

Als Idealbesetzung in der Freiluftgastronomie überzeugen die Palazzo Grossschirme im XL-Format und sind gefragter denn je. Ein Grund mehr für den Hersteller, ab der Saison 2018 das Sortiment um drei Palazzo Style und zwei Palazzo Royal in den Standardformaten zu erweitern.

Die grossen Schirme stellen vor allem in windexponierten Lagen ihr Standvermögen unter Beweis. So trotzt beispielsweise der Palazzo Royal mit einem Schirmdach von 5 x 5 Meter Windgeschwindigkeiten von bis zu 110 km/h.

Sämtliche Palazzo-Modelle schützen nicht nur vor Sonne und Regen, sondern garantieren mit dem Prüflabel «UV-Protection» bei allen Stoffbezügen einen UV-Schutz von über 98 Prozent. Quadratisch, rechteckig oder im runden XL-Format, lässt sich bei allen das Schirmdach mit einer Handkurbel oder auf Wunsch mit einem integrierten Motor per Funk bedienen. Für jedes Palazzo-Modell stehen optional Heizung, LED-Beleuchtung, Sockel, Bodenhülsen, Regenrinnen, Schlösser und vieles mehr zur Wahl.

In der Freiluftgastronomie geht es bei der Neu- oder Umgestaltung mehr als um eine Schattenlösung. Der Indoor- und Outdoorbereich ist harmonisch aufeinander abzustimmen und soll als attraktiver Anziehungspunkt für Gäste fungieren. Bei der Wahl des passenden Grossschirms sind auch die Platz- und Sonnenverhältnisse sowie die Bodenbeschaffenheit zu berücksichtigen. Nur durch ein bis ins letzte Detail durchdachtes Konzept ist gewährleistet, dass der Schirm richtig genutzt und die Abläufe im Outdoorbereich optimal gestaltet werden.



Kontakt

Glatz AG
Neuhofstrasse 12
8500 Frauenfeld

Telefon +41 52 723 64 64
E-Mail: dc@glatz.ch

www.glatz.ch

Glatz
Von der Sonne empfohlen

Türmchen von Tomate und Mozzarella

4 vollreife Tomaten • 2 Mozzarella-Kugeln • 2 kleine Zucchini • 8 Kirschtomaten mit Stauden • Zucker, Salz und Pfeffer • etwas Öl • etwas eingedickter Balsamico

Balsamico-Sauce

1 dl weisser Balsamico • 1 dl Olivenöl • 1 dl Gemüsebouillon • Pfeffer und Salz

Basilikumpesto

50 g Basilikumblätter • 1 Knoblauchzehe • 1/2 TL Salz • 2 EL Parmesan • 1 EL Pinienkerne • 1 dl Olivenöl

Zucchini in dünne Streifen schneiden. Tomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden, würzen. Abwechslungsweise Tomaten und Mozzarella zu einem Türmchen stapeln, mit Pesto beträufeln. Die Balsamico-Sauce dazugeben. Die Kirschtomaten mit Zucker, Salz, Pfeffer und Öl würzen, dann 6 – 10 Minuten im Ofen backen.

Balsamico-Sauce

Alle Zutaten miteinander gut mischen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Basilikumpesto

Alles fein hacken oder kurz cuttern und zu einem Pesto rühren.



Restaurant Landhaus
9424 Rheineck
Tel. +41 71 888 12 60
www.landhaus-rheineck.ch



Sbrinz AOP – Der vielseitige Innerschweizer Extrahartkäse



Rau und
lieblich –
die Eigenschaften
unseres Sbrinz.



**Der Sbrinz ist seit Jahr-
hunderten weit über die
Schweizer Landes-
grenzen hinaus begehrt.
So begehrt, dass die
kürzeste Transitverbindung
zwischen der Zentral-
schweiz und Norditalien
vor der Eröffnung des Gott-
hards, die Sbrinz-Route,
nach dem Sbrinz-Käse
benannt wurde.**

So belegen Dokumente, dass schon im 16. Jahrhundert «formaggio di Sbrinzo – von bester Qualität» von der Innerschweiz über die Pässe Brünig, Grimsel und Gries nach Italien gesäumt wurde, um Papst Klemens VIII. (1592 – 1605) damit zu beglücken.

Wer heute auf der Sbrinz-Route unterwegs ist, entdeckt eine raue und doch liebevolle Landschaft, die auch den Charakter des Sbrinz prägt. Kein Wunder, passt der harte, aber würzige Sbrinz nicht nur zur Natur, sondern auch zu den Menschen zwischen Luzern und Norditalien. So verbindet nicht nur die Sbrinz-Route über die Landesgrenzen hinaus Regionen und Kulturen – dasselbe tut auch seit jeher der Sbrinz-AOP-Käse.

Für dessen Produktion wird nur erstklassige Rohmilch verwendet. Konstante Kontrollen während des gesamten Produktionsprozesses garantieren, dass der Konsument in den Genuss eines 100 % natürlichen, qualitativ hochstehenden Produkts kommt. Die Sbrinz-Käsereien, 28 ausgesuchte Tal- und Alpkäsereien in der Innerschweiz, arbeiten nach strengen Richtlinien. Die Verwendung irgendwelcher Zusatzstoffe oder gentechnisch veränderter Organismen ist verboten. Für die Reifung braucht der Sbrinz AOP Zeit – sehr viel Zeit. Das Mindestalter für den Konsum beträgt idealerweise 24 Monate. Je länger die Reifedauer, desto aromatischer und würziger wird das Bouquet. Sbrinz schmeckt als Möckli (brechen, nicht schneiden!), als Hobelrolle oder aber auch als Reibkäse.



Kontakt

Sbrinz Käse GmbH
Merkurstrasse 2
6210 Sursee

Telefon +41 914 60 60
Telefax +41 914 60 61
E-Mail: info@sbrinz.ch

www.sbrinz.ch

Mögliche Bezugsquellen:
EMMI Interfräis, Intercheese AG,
Prodega, CCA



Essen macht schön

Begriffe wie «Beauty-Food» und «Superfood» sind zurzeit in aller Munde. Besonders das Konzept des Superfoods ist allgegenwärtig – so sehr, dass es scheinbar jeden Tag ein neues sogenanntes Superlebensmittel gibt. Doch was genau bedeutet es für ein Essen, super zu sein?

Genau betrachtet sind Superfoods normale, gesunde Lebensmittel, es gibt keine klaren Anforderungen an ein Nahrungsmittel, um als Superfood zu gelten. Grundsätzlich kann also jedes gesunde Essen dieser Beschreibung entsprechen. Oft passiert es, dass Obst oder Gemüse, das erfahrungsgemäss unbeliebt oder irgendwie in Vergessenheit geraten ist, als Superfood vermarktet wird – das Interesse der Verbraucher wird so von Neuem geweckt. Ein negativer Nebeneffekt dieses Trends besteht in der Annahme des Verbrauchers, dass gesunde Lebensmittel

wie Äpfel, Hafer und Spinat ernährungsphysiologisch vermeintlich schlechter sind. Auf der anderen Seite hat der Begriff Wunder gewirkt und weniger bekannte nahrhafte Lebensmittel, wie alte Getreidesorten, wieder in Umlauf gebracht.

Oft gehen Superfoods und sogenannte Beauty-Foods Hand in Hand. Das Konzept der Schönheitsnahrung bezeichnet im Wesentlichen nährstoffreiche, entzündungshemmende Nahrungsmittel, die unseren Körper von innen heraus gesund halten – Schönheit kommt ja bekannter-

massen von innen. Es geht hier also nicht um Eitelkeit, sondern darum, wie sich ein gesundes Inneres von aussen zeigt. Dass das Essen nebenbei auch noch fotogen sein muss, kommt vor allem aus der trendigen Food-Blogger-Szene.

Kurz: Es ist nichts Falsches daran, sich dem Superfood des Tages hinzugeben, solange man nicht vergisst, dass auch herkömmlich gesunde Lebensmittel gut sind und einen Platz in einer ausgewogenen Ernährung verdient haben.

Superfoods aus der Nachbarschaft



Kürbiskerne

Sie schmecken nicht nur gut, sondern enthalten auch viele Antioxidantien, vor allem Vitamin E. Es wurde auch gezeigt, dass Kürbiskerne kardiovaskuläre Vorteile haben und den Blutdruck verringern können. Die Kerne enthalten viel Zink, was wichtig ist für gesunde Haut, starkes Haar und starke Nägel.



Hirse

Dieses uralte Getreide ist eines der wenigen, die glutenfrei sind. Es ist reich an Vitaminen und Mineralstoffen und hat mehr Antioxidantien als Superfoods wie Granatäpfel und Gojibeeren. Darüber hinaus enthält es sehr viel Eisen, ist faserreich und enthält höhere Mengen an essentiellen Mineralien als moderner raffinierter Weizen, Mais und Reis.



Hanfsamen

Wegen ihrer geringen Grösse und des relativ neutralen Geschmacks können sie im Wesentlichen in jedem Gericht verwendet werden. Zudem sind die kleinen Samen wahre Proteinbomben – nur drei Esslöffel enthalten etwa 11 Gramm Protein!



Heidelbeeren

Es hat sich gezeigt, dass Heidelbeeren dank ihren zahlreichen antioxidativen Abwehrmechanismen das Herz-Kreislauf-System unterstützen, aktive Anti-Aging-Eigenschaften besitzen und ausserdem einen potenziellen Nutzen für das Nervensystem und das Gehirn bringen.



Rosenkohl

Rosenkohl hat in den letzten Jahren eine Renaissance erlebt und ist eine der gesündesten Gemüsesorten. Jede Portion enthält mehr als 100 Prozent der empfohlenen Tagesdosis an Vitamin C, 3 Gramm Ballaststoffe und nur 38 Kalorien.



Rindfleisch

Ja, auch Rindfleisch kann als Superfood bezeichnet werden. Es gibt ganz magere Stücke, die nur 5 Gramm Fett und 2 Gramm gesättigtes Fett pro Portion enthalten. Mageres Rindfleisch ist eine der besten Quellen für Zink, Vitamin B und Eisen. Zum Vergleich: Um die gleiche Menge an diesen Nährstoffen zu bekommen, müsste man über ein Kilo Lachs essen.



Tomatenrisotto und mediterranes Gemüse

Lamm-Nierstück

640 g Lamm-Nierstück • 30 g Olivenöl • 1 Zweig Rosmarin

Kräuterkruste

1,6 dl Fettstoff • 125 g Paniermehl • 20 g Provence-Kräuter im Öl • 20 g Knoblauch im Öl • 20 g Italienische-Kräuter im Öl • Salz, Pfeffer

Tomatenrisotto

10 g Olivenöl • 40 g gehackte Zwiebeln • 40 g Tomatenpüree • 240 g Risotto-Reis • 1 dl Weisswein • 1 Lorbeerblatt • 1 Nelke • ca. 7 dl Geflügelfond je nach Risotto • 50 g Butter • 50 g Parmesan gerieben

Mediterranes Gemüse

20 g Olivenöl • 200 g Peperoni farblich gemischt • 120 g Aubergine • 160 g Zucchini

Kräuterkruste

Fettstoff erhitzen, alle Zutaten begeben, gut vermengen und abschmecken, auf die Seite stellen.

Mediterranes Gemüse

Gemüse in Rauten schneiden (Peperoni schälen), anschliessend im Olivenöl mit Farbe sautieren, bis das Gemüse schön knackig ist, abschmecken mit Salz, Pfeffer und frischen Kräutern.

Tomatenrisotto

Zwiebeln andünsten, Tomatenpüree begeben, mitdünsten, Risotto-Reis beige-



ben, glasieren und anschliessend mit Weisswein ablöschen, nach und nach Geflügelfond begeben, Nelken und Lorbeer nicht vergessen, abschmecken. Vor dem Anrichten die Butter und den Reibkäse unter den Risotto ziehen.

Lamm-Nierstück

Würzen und im Olivenöl anbraten, Rosmarin begeben, anschliessend in den Backofen schieben bei 140°, bis die Kerntemperatur von 51° erreicht wird. Den

Ofen auf Oberhitze umstellen, Kräuterkruste auf das Lamm-Nierstück geben und schön überbacken, anschliessend anrichten.

Tipp

Zu diesem Gericht passt hervorragend ein Rosmarin-Jus.

Interessante und kulinarische Anlässe

Neben der kulinarischen Küche, mit welcher unsere Gilde-Köche Sie verwöhnen, werden Sie durch das ganze Jahr hinweg immer wieder von speziellen Angeboten und Anlässen der verschiedenen Gilde-Betriebe unterhalten und überrascht. Von der Stubete und der Smoker-Night bis hin zur Metzgete – es ist für jeden etwas dabei.



Hack'n'Roll mit Nicolas Senn am Hackbrett

11. August 2018, ab 20.30 Uhr
Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

Mit ihrer kreativen Offenheit wagen sich die beiden Musiker vom traditionellen Appenzeller Wälserli zum packenden «Hack'n'Roll» und lassen verschiedene Stile verschmelzen. Wir bieten Ihnen vor dem Konzert eine leichte Sommer-à-la-carte-Karte. Konzertbeginn von Nicolas Senn ist um 20.30 Uhr. Der Eintrittspreis liegt bei CHF 55.– pro Person.



Live & Pasta mit Crazy Comets

1. Juni 2018, ab 20 Uhr
Wasserschloss Hagenwil, Hagenwil bei Amriswil

Ein Muss für alle Musik- und Pasta-Liebhaber: Live-Musik kombiniert mit Pasta à discrétion für nur CHF 25.– (exkl. Getränke). Die Rock'n'Roller von Crazy Comets sorgen für eine tolle Atmosphäre im Wasserschloss.



Herbst dank

23. September 2018, ab 13.30 Uhr
Stump's Alpenrose, Wildhaus

Die Felder und Alpen sind leer, die Vorratskammern voll. Zufriedenheit und Dankbarkeit. Das alles feiern wir mit Klängen und Liedern des Jodelclubs Sänstisgruoss. Gibt es eine schönere Kulisse für dieses herbstliche Erntedank-Konzert als den Schwendisee? Hier spüren wir gelebtes Brauchtum in seiner authentischen Form an einem der schönsten Orte des Obertoggenburgs. Das Konzert inkl. Alp- und Zvieri erhalten Sie für nur CHF 59.–.

Mehr Informationen zu den Anlässen finden Sie unter:
www.gilde.ch/de/aktuelles/anlaesse

Eine Auswahl der kommenden Anlässe unserer Gilde-Betriebe:

Jeden 1. Mittwoch im Monat

Stubete im Stadtrain

Restaurant Stadtrain, Winterthur

5. Mai 2018, ab 18 Uhr

Candle Light Dinner

Berggasthaus Niederbauen, Emmetten

13. Mai 2018

Muttertagsgenuss

Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

26. Mai 2018

Q. linarisch durchs Tessin

Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

1. Juli 2018

Sommer-Brunch mit den Alder-Buebe

Stump's Alpenrose, Wildhaus

1. Juli 2018

Grosses Sommer-Fischbuffet

Fischbeiz Alte Post, Kaiserstuhl

6. Juli 2018

Live & Pasta mit generation-g

Wasserschloss Hagenwil, Hagenwil bei Amriswil

1. August 2018

1.-August-Brunch

Restaurant Stadtrain, Winterthur

23. August 2018

Smoker Night mit Rum-Degustation

Restaurant & Lounge Sonne, Leuggern

3. September 2018

Eierschwämmli-Zyt

Restaurant Stadtrain, Winterthur

1. Oktober 2018

Wilde Gezeiten

Restaurant Stadtrain, Winterthur

19. Oktober 2018

99er-Metzgete

Restaurant Stadtrain, Winterthur

Gebrannte Creme mit Lavendel, Safran und Honig



260 ml Rahm • 180 ml Milch • 1/2 Vanille-Schote • 1/2 Messerspitze Safran gemahlen • 40 g Zucker • 2 Lavendel-Blüten (frisch oder getrocknet) • 4 Eigelb • 50 g Honig • etwas Rohrzucker zum Abbrennen

Rahm, Milch, Vanille-Schote, Safran, Zucker mit den Lavendel-Blüten aufkochen. Eigelb und Honig unter regem Rühren begeben, anschliessend durch ein Sieb passieren und in die Formen abfüllen. Im Ofen im Wasserbad bei 100 °C ca. 60 Minuten garen, je nach Grösse der Form. Auskühlen lassen, mit Zucker bestreuen und mit dem Gasbrenner abbrennen. Vor dem Servieren mit frischen Früchten nach eigenem Geschmack dekorieren.



Heidelbeergratin mit Krausminzeeeis und Birnenweggenbonbon



Heidelbeergratin
300 g Heidelbeeren • 50 g Zucker • 50 g Eigelb • 1 dl Schlagrahm

Krausminzeeeis (1 Pacojet-Becher)
3 EL gehackte Krausminze • 450 g Sauerhalbrahm • 150 g Zucker • 1/2 dl Vollrahm • 1 1/2 Zitronen

Heidelbeergratin
Zucker und Eigelb schaumig schlagen, Schlagrahm begeben. Heidelbeeren in eine Schale setzen, die Gratinage oben drauf und gratinieren.

Beilage: Birnenweggenmasse im Strudelteilig zu einem Bonbon drehen und fritieren.

Krausminzeeeis (1 Pacojet-Becher)
Zitronen auspressen, alles zusammen mischen und aufkochen (evtl. passieren). In Pacojet-Becher abfüllen, einfrieren.

Besuchen Sie unsere neuen Mitglieder



Annegreth's Schützenstube

Annegreth Eggenberg
8200 Schaffhausen SH
Tel. +41 52 625 42 49
info@schuetzenstube.ch
www.schuetzenstube.ch



Bergrestaurant Moosalp

Amadé Kalbermatten
3929 Törbel VS
Tel. +41 27 952 14 95
info@moosalp.ch
www.moosalp.ch



Restaurant zum Löwen Messen

Sebastian Graber
3254 Messen SO
Tel. +41 31 765 50 25
info@loewen-messen.ch
www.loewen-messen.ch



Rêves Gourmands

Bob Jacq
1904 Vernayaz VS
Tel. +41 27 764 30 30
info@revesgourmands.ch
www.revesgourmands.ch



Restaurant Burg Hohenklingen

Roman Bach-Rasmussen
8260 Stein am Rhein SH
Tel. +41 52 741 21 37
info@burghohenklingen.com
www.burghohenklingen.com



Crotto dei Tigli

Claudio Panzeri
6828 Balerna TI
Tel. +41 91 683 30 81
crottodeitigli@bluewin.ch
www.crottodeitigli.ch



Ristorante Costa Azzurra

Stefan Burkhalter
6600 Locarno-Solduno TI
Tel. +41 91 751 38 02
info@costa-azzurra.ch
www.costa-azzurra.ch



Speisenrestaurant Maienhalde

Kurt Indermaur
9442 Berneck SG
Tel. +41 71 744 13 62
restaurant@maienhalde.ch
www.maienhalde.ch



Gasthaus Degen

Emil Girstmair
6331 Hünenberg ZG
Tel. +41 41 780 12 54
info@gasthausdegen.ch
www.gasthausdegen.ch



Gasthaus Islen

Roger Lüthi
7270 Davos GR
Tel. +41 81 413 13 10
info@rogerluethi.ch
www.islen.ch



Gasthof Traube

Remo Büchler
8421 Dättikon ZH
Tel. +41 52 315 65 05
info@gasthoftraube.ch
www.gasthoftraube.ch



Hotel Nidwaldnerhof

Rolf Stucki
6375 Beckenried NW
Tel. +41 41 620 52 52
hotel@nidwaldnerhof.ch
www.nidwaldnerhof.ch



Casa Casutt

Linus Arpagaus
7130 Ilanz GR
Tel. +41 81 925 11 31
info@casacasutt.ch
www.casacasutt.ch

Ehemals: Casa Fausta Capaul



Restaurant Rigiblick & Zunft Haus Kreuz

Cristian Hollatz
6317 Oberwil b. Zug ZG
www.rigiblick.ch
www.zunfthauskrenz.ch

Ehemals: Albula Restaurant Pizzeria und Steakhouse + Pizzeria Sportpavillon



Hotel Steinbock

Marionna Casutt
7132 Vals GR
Tel. +41 81 935 13 13
info@hotel-steinbock.ch
www.hotel-steinbock.ch



Restaurant de la Breguettaz

Josiane Corset
1325 Vaulion VD
Tel. +41 21 843 29 60
labreguettaz@bluewin.ch
www.labreguettaz.ch



Restaurant Schloss Seeburg

Matias Bolliger
8280 Kreuzlingen TG
Tel. +41 71 688 40 40
kontakt@schloss-seeburg.ch
www.schloss-seeburg.ch



Restaurant Stadtrain

Pascal Werner
8404 Winterthur ZH
Tel. +41 52 246 01 67
pascal.a.werner@gmail.com
www.stadtrain-winterthur.ch



Hotel-Restaurant Rheingerbe

Christoph Meier
8260 Stein am Rhein SH
Tel. +41 52 741 29 91
restaurant.rheingerbe@bluewin.ch
www.rheingerbe.ch

Betriebswechsel

Wechsel von passiv zu aktiv



Generationenwechsel



Gasthof Bad Schwarzenberg

Fabienne Böll-Roth
5728 Gontenschwil AG
Tel. +41 62 773 18 18
info@bad-schwarzenberg.ch
www.bad-schwarzenberg.ch



Hotel Alpbach

Remo Neeser
3860 Meiringen BE
Tel. +41 33 971 18 31
info@alpbach.ch
www.alpbach.ch



Hotel Landgasthof Eischen

Daniel Inauen
9050 Appenzell AI
Tel. +41 71 787 50 30
info@eischen.ch
www.eischen.ch



Landhotel Hirschen

Thomas Zwicky
8466 Trüllikon ZH
Tel. +41 52 319 13 17
info@hirschen-truellikon.ch
www.hirschen-truellikon.ch



Speiserestaurant Bahnhofli

Willi Felder
6162 Entlebuch LU
Tel. +41 41 480 13 25
info@bahnhofli-entlebuch.ch
www.bahnhofli-entlebuch.ch

Wir begrüßen unsere neuen Partner



Swisscom Directories AG

8021 Zürich ZH
Tel. +41 44 500 10 12
localina@localsearch.ch
www.localsearch.ch



Oswald Cateringtechnik AG

3531 Oberthal LU
Tel. +41 31 711 43 60
info@oswald-cateringtechnik.ch
www.oswald-cateringtechnik.ch



Champagne Nicolas Feuillatte

8105 Regensdorf ZH
Tel. +41 44 777 05 05
information@balv.ch
www.bauraulacvins.ch



Aligro

1022 Chavannes-près-Renens VD
Tel. +41 21 633 36 00
info@aligro.ch
www.aligro.ch

Erfolgreicher Gilde-Kochtag

Dank dem grossartigen Einsatz der Gilde-Köche und Gilde-Partner – an 35 Standplätzen schweizweit – kam ein Erlös von rund CHF 98 000.– für die MS-Gesellschaft sowie regionale wohltätige Institutionen zusammen.

An 35 Dorfplätzen in der ganzen Schweiz strömte am 2. September 2017 (und vereinzelt an weiteren Daten) feiner Risotto-duft aus Zelten und Unterständen.

Herzlichen Dank den Passanten, den grosszügigen Sponsoren, den Gilde-Köchen und allen Helfern, die zu diesem erfolgreichen Anlass beigetragen haben.

NÄCHSTER
GILDE-KOCHTAG:
SAMSTAG,
1. SEPT. 2018



IMPRESSUM

© Copyright by Gilde
Blumenfeldstrasse 20
CH-8046 Zürich
Tel. +41 44 377 52 90
Fax +41 44 377 55 14
www.gilde.ch
gilde@gastrosuisse.ch

Verlag & Realisation
Werd & Weber Verlag AG
Gwattstrasse 144
CH-3645 Thun / Gwatt
Tel. +41 33 336 55 55
Fax +41 33 336 55 56
www.weberverlag.ch
mail@weberag.ch

Redaktion
René-François Maeder
Luzia Schlegel
Annette Weber
Marc Schneider
Renate Hodel
Iris Lengyel

Erscheinung
2× jährlich Frühling / Sommer
und Herbst / Winter

Auflage
35 000 Exemplare
Sprachausgaben
Deutsch / Französisch
ISSN 1664-3801

Fotos Rezepte
Marcus Gyger, Winterthur / Wohlen BE
www.marcusgyger.ch
Karl-Heinz Hug, Ueberstorf FR
www.hugphotos.ch

gedruckt in der
schweiz

GILDE KOCHTAG

1. 9. 2018

Die Gilde kocht für
MS-Betroffene und wohl-
tätige Institutionen.

Helfen Sie mit Genuss!

**Am Samstag, 1. September 2018
ab 10.30 Uhr** ist Kochtag.

Mit jeder Portion Gilde-Risotto
unterstützen Sie Menschen, die an
Multipler Sklerose leiden, sowie
wohltätige Institutionen aus Ihrer
Region.

Informationen zu den Stand-
plätzen und den teilnehmenden
Betrieben finden Sie auf unserer
Webseite **www.gilde.ch**

