

Willkommen Zuhause!



Liebe Leserinnen und Leser,

Jahrhunderte schon ist das Pferd Begleiter des Menschen. Als Arbeitstier und beim Militär war es von Bedeutung. Kräftige und ausdauernde Tiere waren gewünscht. Das wussten auch die württembergischen Grafen, Herzöge und Könige. Was Wunder also, dass das Haupt- und Landgestüt in Marbach auf der Schwäbischen Alb für die Pferdezucht noch heute – 500 Jahre nach seiner Gründung – von elementarer Bedeutung ist. Freilich, Arbeitstiere und Schlachtrösser braucht es heute nicht mehr, aber rund 100 000 Pferdesportler und Freizeitreiter wollen gut gezüchtete, edelblütige Pferde. Immer mehr Menschen widmen sich dem Reiten, dieser schönen Beschäftigung, die so ganz anders ist als beispielsweise Radfahren. Keine Maschine hat man da unter sich, die man mit Muskelkraft antreiben muss, sondern ein feinfühliges Lebewesen von rund 700 Kilogramm, das im besten Fall auf feinste Reiterhilfen reagiert und sich so mit dem Reiter zu einer Symbiose vereint, die beiden Freude bereitet. Dennoch fällt auch der beste Reiter einmal vom hohen Ross. Das musste ich auch erfahren, als ich vor wenigen Jahren zu reiten begann. Dennoch möchte ich es nicht missen, denn es macht den Kopf frei, während sich die Seele an der Natur laben kann. Was kann es Schöneres geben, als ein Ausritt in Gottes schöner Natur – durch's Ländle? Wir waren für Sie im ältesten Gestüt Deutschlands in Marbach und beim Pferderennen in Iffezheim.

Es ist Sommer. Alle Welt bewegt sich in der Natur und erfreut sich daran, was im Ländle wächst und gedeiht. Schafgarbe und Gundermann sind die Wildkräuter, mit denen wir uns in dieser Ausgabe beschäftigen. Wussten Sie beispielsweise, dass man aus Schafgarbe ein Wiesenwundpflaster herstellen kann oder aus Gundermann eine wunderbare Wildkräuterbutter? Wir haben tolle Rezepte für Sie ausprobiert.

Spezialitäten aus dem Ländle haben es unserem Koch Johannes Guggenberger angetan. In dieser Ausgabe präsentiert er die originellen Bietigheimer Laubfrösche. Dazu passen wunderbar die von Natalie Lumppp vorgestellten Bodensee-Weine.

Und zum Abschluss des **Mein Ländle**-Menüs vielleicht eine wunderbare Schwarzwälder Kirschtorte? Kein Problem, auch für diese süße Verführung finden Sie bei uns das Rezept.

Genießen Sie den Sommer – vielleicht bei einer Wanderung oder Kanufahrt durchs Lautertal oder einer Fliegenpilzparty im Garten ...

Es grüßt herzlich
aus der Mitte des Ländles

Ihr
Wulf Wager



8 Kaiserstuhl



Haupt- und Landgestüt Marbach 20



70 Gärtnern



Lautertal 82



102 Schweinemuseum Stuttgart



Inhalt Ausgabe 4/14

MeinLändle

Der Kaiserstuhl	8
Ausflugstipps	16
Restauranttipp	16
Rezept Eingemachtes Kalbfleisch von Küchenchefin Dominique Gutleben ..	17

ThemenLändle: Pferde im Ländle

Das Haupt- und Landgestüt Marbach feiert den 500. Geburtstag	20
Iffezheim galoppiert	30

BräuchelLändle

Schwertletanz in Überlingen	34
-----------------------------------	----

GenießerLändle

Die Remstaler Senfmanufaktur	40
Rezept Bietigheimer Laubfrösche mit Bratkartoffeln	44

KräuterLändle

Der Gundermann	48
Rezepte mit Gundermann	50
Die Wiesen-Schafgarbe	52
Rezepte mit Schafgarbe	54

SchafferLändle

Ein fast vergessener Beruf: der Köhler	56
---	----

BackLändle

Die Schwarzwälder Kirschtorte	60
Rezept Schwarzwälder Kirschtorte	62

WirtshausLändle

Die Bisonstube Bodenwald auf dem Bodanrück	64
---	----

GartenLändle

Klare, saubere Gartenteiche	68
Das Leben mit Beet	70

NaturLändle

Die Wanderfalken sind wieder da	76
---------------------------------------	----

WanderLändle

Rundwanderung durchs Große Lautertal	82
Tipps: Unterwegs im Lautertal	86

BastlerLändle

Lustige Vögel und Schnecken: Unikate aus Kinderhand	88
--	----

WeinLändle

Weinspezialitäten vom Bodensee	90
Das Vierteile	94

WohnLändle

Wagenburg: Ein Gegenmodell zur Konsumgesellschaft	96
--	----

MuseumsLändle

Das Schweinemuseum in Stuttgart	102
---------------------------------------	-----

DekoLändle

Picknick im Fliegenpilz-Look	106
------------------------------------	-----

ReiseLändle

Ellwangen lädt zum Stadtjubiläum ein ..	108
---	-----

Immer dabei

Editorial	3
In dieser Ausgabe	7
DenkerLändle	18
NaturerlebnisLändle	81
Großmutter's Erfahrungsschatz	101
Sell und Jenes	110
Mein Ländle in Zahlen	112
Herr Hämmerle	113
Marktplatz	114
BücherLändle	116
Äpfle & Pferde	117
Termine	118
Impressum, Vorschau	122



Der

Kaiserstuhl

Landidylle und viel mehr als guter Wein

Für seinen Wein ist der Kaiserstuhl weit über die Grenzen des Ländles hinaus bekannt. Wein und Reben sind auch allgegenwärtig und prägen die Landschaft. Doch fühlen sich hier nicht nur Wein-, sondern besonders auch Naturliebhaber wohl. Und die malerischen Dörfer mit ihren gepflegten Fachwerkhäusern zeigen das Landleben wie aus dem Bilderbuch.



Spektakuläre Landschaft, von Menschenhand geprägt – die typischen Terrassen wurden extra für den Weinbau angelegt.

Vogelzwitschern. Grillenzirpen. Nur selten stört das Rauschen eines Autos oder Motorrades die Stille. Eher mal wird man auf das Tuckern eines Traktors aufmerksam: Dieses stampfende Wummern eines Einzylinders – ist das wirklich ...? Tatsächlich: ein alter Lanz-Bulldog. Man kann sich gut vorstellen, dass er hier nicht spazieren fährt, sondern wirklich noch im Alltag betrieben wird – irgendwie scheint die hektische moderne Zeit im Kaiserstuhl noch nicht angekommen zu sein. Und dann die Aussicht: imposante Weinbergterrassen, liebeliche Dörfer, die Sicht auf die Vogesen, die Rheinebene oder das Markgräflerland. Der Blick, der sich von den Hügeln des ehemaligen Vulkans bietet, ist in der Tat majestätisch, wie von Kaisers Thron. Doch daher rührt der Name Kaiserstuhl nicht.

Vom Königs- zum Kaiserstuhl

Vielmehr ist Otto III. Namensgeber für das kleine Mittelgebirge, das sich am Rhein nordwestlich der Schwarzwaldhauptstadt Freiburg erhebt. Auf einer Anhöhe nahe des heutigen zu Sasbach gehörenden Örtchens Leiselheim soll der König im Jahr 994 einen Gerichtstag gehalten haben, das sogenannte

Königsgericht. „Gestühl“ nannte man diesen nur 280 Meter hohen Hügel. Von dem königlichen Gericht auf dem Gestühl soll sich der Name „Königsstuhl“ abgeleitet haben, der im Jahr 996 nach Ottos Kaiserkrönung zum „Kaiserstuhl“ wurde. Ganz sicher sind sich da die Gelehrten zwar nicht, zumal die älteste überlieferte urkundliche Erwähnung des Namens erst aus den Jahr 1304 stammt. Jedenfalls erinnert auf dem Gestühl heute ein überdimensionaler Holzstuhl an diesen historischen Ort.

Das Mittelgebirge ist überschaubar. Nur rund 15 Kilometer ist der Kaiserstuhl lang und 12,5 Kilometer breit. Der höchste Gipfel des Kaiserstuhls ist der Totenkopf, er ragt 556 Meter in die Höhe und ist weithin durch seinen Sendemast erkennbar. Elf Gemeinden gehören dem Gebiet an, die größte ist Endingen mit rund 9000 Einwohnern.

Der Kaiserstuhl war einst ein mächtiger Vulkan. Dass dieser Lava gespuckt hat, ist jedoch schon sehr lange her: Vor rund 15 Millionen Jahren war er aktiv, rund tausend Meter dürfte er damals die Rheinebene überragt haben und einer der größten Vulkane Deutschlands gewesen sein. Abtragungen durch Wasser,



An diesem Ort soll einst der Name Kaiserstuhl entstanden sein. Heute erinnert im Gewann „Gestühl“ bei Leiselheim dieser überdimensionale Stuhl daran.

Regen, Wind oder Eis (Erosion) sowie Sand und Staub, durch Stürme teils von weit her angeweht und hier abgelagert (äolischer Transport), haben in Millionen Jahren zur heutigen Form geführt, der Krater in der Mitte lässt sich noch erahnen.

Fruchtbare Lössböden

Entstanden ist so im Lauf von einigen Hunderttausend Jahren ein Lössboden, der aus mehreren Schichten besteht. Die hellen gelblichen Schichten haben sich in den Eiszeiten entwickelt, in den Wärmezeiten dazwischen entstand Vegetation, was sich nun als rötliches Band zeigt und durch das Gestein zieht. Sehr eindrucksvoll zu bewundern ist dies vor allem in den sogenannten Lösshohlwegen: Durch intensive landwirtschaftliche Nutzung haben sich tiefe Furchen in den weichen Lössboden geschnitten, diese wurden vom Wasser ausgespült und bilden heute skurrile Lössschluchten, in denen viele seltene Tierarten heimisch sind, wie Wildbienen, Gold- und Faltenwespen – und Vögel, die diese gerne verspeisen, genannt Bienenfresser. Auch seltene Pflanzen wie die Berberitze findet man hier.

Der Lössboden ist lehmig mit einem hohen Anteil von Kalk und Quarz, er bedeckt nahezu den ganzen Kaiserstuhl bis zu 30 Meter dick. Er bietet eine gute Belüftung, eine hohe Wasserspeicherfähigkeit sowie vorteilhafte mechanische Eigenschaften und gilt deshalb als besonders fruchtbar.

Die Toskana Deutschlands – von der Sonne verwöhnt

„Der wärmste Ort Deutschlands“ ist zumindest laut eigener Aussage die Gemeinde Ihringen am Kaiserstuhl. Meteorologisch ist diese Aussage zwar nicht eindeutig bestätigt, eine der wärmsten Regionen Deutschlands ist der Kaiserstuhl aber erwiesenermaßen. Der Jahresmittelwert in Ihringen liegt bei über elf Grad Celsius, in den Sommermonaten werden Durchschnittstemperaturen von teils über 20 Grad erreicht, da ist man von in der Toskana gemessenen Werten nicht weit entfernt. Wetterfronten von Westen bleiben an den Vogesen hängen, am Oberrheingraben entsteht ein Regenschatten, dadurch scheint die Sonne am Kaiserstuhl länger und es regnet weniger. Dazu entsteht oft ein föhnartiger Wind, der die Temperaturen hebt. Und zu guter Letzt kommen die warmen Wetterlagen aus dem sonnigen Süden eben zuerst im äußersten Süden der Republik an, weshalb es hier länger wärmer ist als anderswo. Kein Wunder,

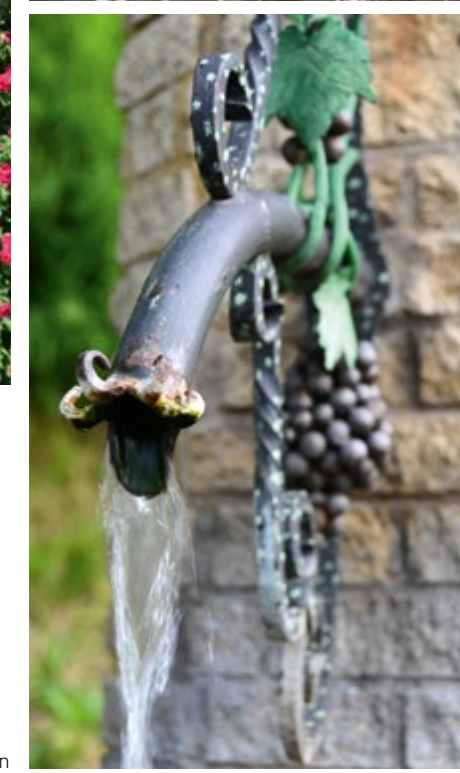
dass der Kaiserstuhl ein geradezu mediterranes Flair hat. Die vielen Weinreben, die kleinen Winzerdörfer, die liebevoll mit Blumen geschmückten Häuser machen den Kaiserstuhl zur „Toskana Deutschlands“, wie die Region oft bezeichnet wird.

Geprägt ist die Landschaft durch den Weinbau und wirtschaftlich dreht sich fast alles um den Wein. Kaum eine freie Fläche, die nicht mit Reben bepflanzt ist, kaum ein Ort, in dem man keinen Wein kaufen kann und in dem man nicht mindestens eine kleine Weinstube oder Gaststätte findet, die Kaiserstühler Wein anbietet. Verbreitet sind die Straußwirtschaften (erkennbar am hinausgehängten Besen, anderswo auch

Eindrucksvoll: Durch landwirtschaftliche Nutzung haben sich tiefe Schluchten in den weichen Lössboden gegraben.



Blumenschmuck und Klima sorgen für mediterranes Flair.



Erfrischung in den Weinbergen



Perfekt für Genießer: Sonne, Wein und leckeres Essen – das ist der Kaiserstuhl.



bekannt als Besenwirtschaften), in denen die Winzer zu deftigen Speisen die selbstproduzierten Weine kredenzen.

Wein vom Kaiserstuhl hat einen Bekanntheitsgrad, der weit über die Region hinausreicht, und einen international ausgezeichneten Ruf. Berühmt sind die Lagen Achkarrer Schlossberg, Leiselheimer Gestühl oder die Oberberger Bassgeige, auf denen nicht nur der für die Region typische Spätburgunder wächst. Zum Wachsen und Gedeihen hat der Wein hier offenbar beste Voraussetzungen: Das Vulkangestein speichert die Wärme lang und gibt sie an die Reben ab, der Lössboden ist für deren Wachstum ideal, und der treffende Slogan „von der Sonne verwöhnt“ ist dem milden, sonnenreichen Klima zu verdanken.

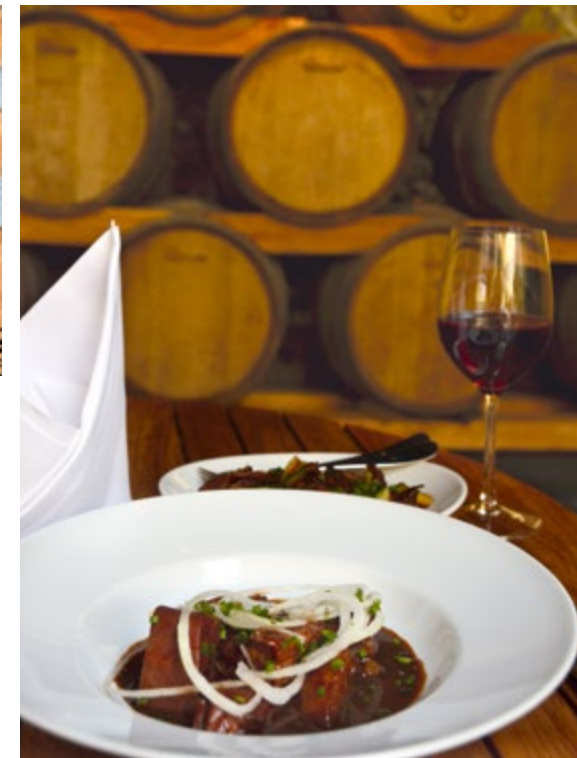
Bier bekommt man im Kaiserstuhl auch, jedoch scheint es bei der ausgeprägten Weindominanz nicht verwunderlich, dass das bekannte Riegeler Bier inzwischen in Donaueschingen gebraut wird.

Feinschmecker-Mekka

Viele Winzergenossenschaften betreiben die Weinbauflächen, daneben gibt es private Weingüter.



Bekanntester Weinmogul, nicht zuletzt durch seine Nebentätigkeit als erster Vorsitzender des Fußballbundesligisten SC Freiburg, ist Fritz Keller. Er betreibt außerdem ein Hotel und drei Restaurants. Sein seit 1969 durchgängig mit einem Michelin-Stern ausgezeichnete Gourmet-Tempel „Schwarzer Adler“ in Vogtsburg-Oberbergen lockt Feinschmecker von nah und fern in den Kaiserstuhl. Der nach dem Vater Franz Keller benannte Betrieb wurde für seine Gastronomie und seine Weine mehrfach ausgezeichnet – Weingut des Jahres (Aral Schlemmer-Atlas), Winzer des Jahres (Diners Club), Restaurateur des Jahres (Gault-Millau), um nur einen Auszug aus den letzten Jahren aufzulisten. Daneben gibt es zahlreiche weitere ausgezeichnete Restaurants, die den Kaiserstuhl zum Feinschmecker-Mekka machen.



Das Winzerhaus Rebstock gehört zum Genussimperium des bekannten Fritz Keller.



Romantische Rheinauen laden zu Wanderungen und Kahnfahrten ein (oben). Der Fischreiher (rechts) sonnt sich am Ufer. Die im Kaiserstuhl heimische Smaragdeidechse kann bis zu 40 Zentimeter lang werden (rechts unten).

Schönheiten der Natur

Ganz so unberührt, wie die Landschaft hier oft anmutet, ist sie nicht. Die typische Terrassenform der Weinberge, die man hier überall antrifft, ist nicht etwa natürlich entstanden, sondern vor allem in den 1960er- und 70er-Jahren durch Flurbereinigung, also durch Menschenhand erschaffen worden. Man hat die Hügel und Hänge für den Weinbau besser nutzbar und den Ertrag effizienter gemacht.

Dennoch sieht man hier Grün, so weit das Auge reicht, und die Natur hat sich

glücklicherweise nicht verdrängen lassen. Zahlreiche Pflanzen- und Tierarten sind hier heimisch. So trifft man auf seltene Insektenarten, auf grünliche Smaragdeidechsen, die bis zu 40 Zentimeter lang werden, oder auf viele schöne Pflanzen, wie die Küchenschelle, die Moschushyazinthe oder 36 Orchideenarten. Damit das so bleibt, dafür sorgt im Kaiserstuhl eine große Dichte an Naturschutzgebieten. Leider fühlen sich hier auch Stechmücken, die sonst nur in südlicheren Gefilden wohnen, wohl. Bei Wanderungen durch die Rheinauen empfiehlt sich Mückenschutz, um lästige Stiche und Schwellungen zu vermeiden.





Weitblick: Aussicht von der Limburg in Sasbach auf die Rheinebene (links).

Durchblick: Ansicht der Burg Sponeck durch eine der Skulpturen, die dort im Garten ausgestellt sind



Da geht's lang – Michael Schwarzers Bronzeplastik „Boccia“ weist den Weg zur Kunsthalle Messmer im ehemaligen Brauereigebäude in Riegel (links).



Malerischer Innenhof in Burkheim



Von den Römern über Hundertwasser bis zum Käse

Kulturbegeisterte bekommen hier einiges geboten. Die Burg Sponeck bei Sasbach-Jechtingen ist zwar in Privatbesitz und nicht öffentlich zugänglich, im Innenhof kann man sich aber zahlreiche Plastiken anschauen. Außerdem liegt sie sehr schön bei den Rheinauen. Bei Sasbach befindet sich die Ruine Limburg, von dort aus wurde im Mittelalter der Rheinübergang bewacht. Burkheim bietet neben einer imposanten Burgruine eine wunderschöne und gut erhaltene mittelalterliche Stadt. In Endingen erinnert das Vorderösterreich-Museum daran, dass die Stadt bis 1805 in österreichischem Besitz war. Außerdem findet sich hier ein schönes, informatives Käseereimuseum.

Riegel bietet gleich eine ganze Reihe an besonderem Kulturgut: Das mit dem Archäologiepreis Baden-Württemberg ausgezeichnete Museum Riegel zeigt Funde aus der Römerzeit, im Freilichtmuseum Mithräum kann man die römische, keltische und mittelalterliche Vergangenheit der Stadt nachvollziehen. Sehenswert sind auch das historische Rathaus

und natürlich das Riegeler Wahrzeichen, die im 12. Jahrhundert erbaute Michaelskapelle. Das historische Brauereigebäude in Riegel beherbergt seit 2009 die renommierte Kunsthalle Messmer mit hochkarätigen Wechselausstellungen – derzeit noch bis zum 14. September 2014 die fantastischen Bildwelten der beiden österreichischen Künstler Friedensreich Hundertwasser und Ernst Fuchs.

Überhaupt fühlen sich bildende Künstler im Kaiserstuhl offenbar inspiriert, zahlreiche Ateliers sind hier zu finden.

Gut ausgeschilderte Rad- und Wanderwege

Die gute Mischung aus Natur, Kultur und Genuss lässt sich hervorragend zu Fuß oder mit dem Rad erkunden. Durch die geringen Ausmaße, 15 mal 12,5 Kilometer, und den für ein Mittelgebirge verhältnismäßig geringen Höhenunterschied (die maximale Erhebung über dem Rheingraben beträgt 377 Meter) kann man vieles gut erreichen. Die Wanderwege sind gut beschrieben und ausgeschildert.

Für Pilger: Auch einer der Jakobswege führt durch den Kaiserstuhl.



Kleine Oase für die Rast an einem der zahlreichen und gut ausgeschilderten Wanderwege

Der mit dem Siegel „Qualitätsweg“ des Deutschen Wanderverbandes ausgezeichnete Kaiserstuhlpfad führt von Endingen im Norden einmal längs durch den Kaiserstuhl bis Ihringen im Süden und erstreckt sich auf 21,7 Kilometer.

Daneben gibt es acht mit einer gelben Raute gut ausgeschilderte Themenpfade zwischen 12,6 und 31,5 Kilometern Länge. Unterwegs findet der Wanderer zahlreiche Hinweistafeln mit aufschlussreichen Informationen über Natur, Geschichte oder Wein. Für Pilger interessant: Einer der Jakobswege, der von Speyer nach Basel führt, streift den Kaiserstuhl beim Kreuzweg der Litzelbergkapelle in Sasbach. Auch Radwanderwege sind zahlreich vorhanden und vorbildlich ausgeschildert. Der bekannteste

ist sicherlich der Kaiserstuhl-Radweg, eine 64 Kilometer lange Rundtour, die einmal um den Kaiserstuhl führt. Fahrräder kann man vor Ort auch leihen.

Eisenbahnromantik und Kinderfreuden

Für Eisenbahnromantiker bietet sich zur Erkundung eine Fahrt mit dem „Rebenbummler“ an, ein Museumsdampfbahnzug mit historischen Wagen aus den Jahren 1906 bis 1928. Er fährt zwischen Mai und November zwei- bis viermal pro Monat zu festgelegten Terminen mit unterschiedlichem Programm – zum Beispiel kombiniert mit Weinproben, Stadtführungen oder rustikalem Essen. Eine Reservierung der Plätze über das Kaiserstühler Ver-



Kreuzweg bei der Litzelbergkapelle in Sasbach

kehrsbüro in Endingen ist unbedingt erforderlich.

Und für Kinder? Die entdecken die Natur auch sehr gerne und freuen sich wie Bolle, wenn sie zum Beispiel eine der Smaragdeidechsen entdecken – wenngleich sie das vorher oft selbst nicht ahnen. Falls dies die Vorfreude auf ein geplantes Wochenende im Kaiserstuhl trüben sollte, könnte man dem Nachwuchs im Falle von Nörgelverzicht einen Abstecher in den nur rund 15 Kilometer entfernten Europapark Rust in Aussicht stellen. Dann schlägt selbst eine ausgeprägte Unlust schnell in Begeisterung um – schöne Wanderungen ohne Nörgeln inklusive. 🌿

Text: Florian Baitinger, Fotos: Simone Mathias (20), Fotolia (2)

Bietigheimer

Laubfrösche

mit Bratkartoffeln

Zutaten für 4 Personen:

Für die Bietigheimer Laubfrösche:

- 1 Brötchen
- etwa 100 ml Milch
- 1/2 Bund glatte Petersilie
- 1 Zwiebel
- 500 g gemischtes Hackfleisch oder Bratenreste
- 2 Eier
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise Muskat
- 24 große Spinatblätter
- Eiswasser
- Rapsöl für die Form
- 500 ml Gemüse- oder Rinderbrühe

Für die Bratkartoffeln:

- 1,5 Kilogramm festkochende Kartoffeln, mit Schale am Vortag gekocht
- Raps- oder Sonnenblumenöl zum Braten
- 3 Schalotten
- 1/2 Bund glatte Petersilie
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1. Das Brötchen in kleine Würfel schneiden und in der lauwarmen Milch einlegen, Petersilie waschen und fein hacken, die geschälte Zwiebel fein würfeln.

2. In einer größeren Schüssel das Hackfleisch oder die vorher durch den Fleischwolf gedrehten Bratenreste mit den eingeweichten, etwas ausgedrückten Brötchenwürfeln, der Petersilie, den Zwiebelwürfeln sowie den Eiern vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Das fertige Fleischgemisch bis zur weiteren Verwendung zur Seite stellen.

3. Die Spinatblätter in kochendem Salzwasser ganz kurz blanchieren und sofort in Eiswasser abschrecken, anschließend auf Küchentüchern legen und etwas trocknen lassen.

4. Das Fleischgemisch portionsweise auf je 3 Spinatblätter gleichmäßig verteilen und mit den Spinatblättern sorgfältig umwickeln (die Masse muss bedeckt sein). Die Laubfrösche in eine mit etwas Rapsöl gefettete Backform legen. Mit der Rinder- oder Gemüsebrühe angießen und bei 170 Grad etwa 20 bis 25 Minuten im vorgeheizten Backofen garen.





Knusprig krosse Bratkartoffeln – unser Koch sagt, wie es geht.

5 Für die Bratkartoffeln die geschälten Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Eine größere Pfanne mit nicht zu wenig Öl stark erhitzen. Etwa die Hälfte der Kartoffelscheiben vorsichtig in die heiße Pfanne geben, etwas verteilen und in der Pfanne auf dem Herd ruhen lassen, bis die Kartoffelscheiben an der unteren Seite gut braun geworden sind. Erst dann wenden! In der Zwischenzeit die Schalotten schälen und klein würfeln, die Petersilie waschen und klein hacken. Sind die Kartoffelscheiben kross und knusprig gebraten, die Schalottenwürfel hinzufügen und die Pfanne bei mäßiger Hitze öfters durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend die fertigen Bratkartoffeln in den Backofen zu den Laubfröschen stellen.

6 Nun den gleichen Vorgang mit der zweiten Hälfte der Kartoffelscheiben wiederholen.

7 Sobald die Laubfrösche fertig gegart sind, diese aus dem Backofen nehmen, die Temperatur auf 100 Grad zurückstellen. Laubfrösche auf ein Backblech setzen und im Backofen warm halten. Die Brühe, in der die Laubfrösche zubereitet wurden, durch ein feines Sieb seihen. Laubfrösche und die mit Petersilie bestreuten Bratkartoffeln zusammen mit der Brühe anrichten.

Tipps zum Rezept

Tipp 1: Zum Blanchieren die Spinatblätter einzeln am Stiel anfassen und ganz kurz ins kochende Wasser tauchen, anschließend sofort in Eiswasser legen. Bei dieser Variante ist die Gefahr, dass die Spinatblätter reißen, nicht so groß. Aber Vorsicht, nicht die Finger ins kochende Wasser halten!

Tipp 2: Möchte man eine gebundene Soße zu den Laubfröschen servieren, einfach die Gemüse- oder Rinderbrühe mit etwas Stärkemehl abbinden. Ganz zum Schluss noch etwa zwei Esslöffel Sauerrahm einrühren und würzen, danach die Soße aber nicht mehr kochen lassen, sonst flockt der Sauerrahm aus. Natürlich passt auch eine Bratensoße dazu – dann die Laubfrösche damit zubereiten und die Brühe weglassen.

Tipp 3: Bratkartoffeln werden richtig gut mit einer festkochenden Kartoffelsorte. Die Zubereitung der Bratkartoffeln sollte in mehreren Schritten erfolgen, denn zu viele Kartoffelscheiben in der heißen Pfanne werden eher matschig als knusprig. Wichtig ist auch viel Hitze, nur so werden sie schön kross. Statt Zwiebeln empfiehlt es sich, wie im Rezept angegeben, die milderen Schalotten zu verwenden. Die Schalottenwürfel aber erst ganz zum Schluss hinzufügen, damit sie nicht verbrennen und noch einen ganz leichten Biss haben. Wer Lorbeer-geschmack mag, kann ein bis zwei Lorbeerblätter nach dem Wenden der Kartoffelscheiben hinzufügen und leicht mitbraten lassen. Frische Lorbeerblätter sind ideal, man kann aber auch getrocknete verwenden.

Tipp 4: Als Beilage zu den Bietigheimer Laubfröschen passt auch ein Kartoffelpüree hervorragend, Salzkartoffeln schmecken ebenfalls gut.



Text und Fotos: Johannes Guggenberger

„Das Essen soll zuerst das Auge erfreuen und dann den Magen.“

Johann Wolfgang von Goethe (1749–1832)

