



Hier braucht man keine Dunstabzugshaube, diese Küche ist draußen vor der Tür, im Schlossgarten Steinhöfel. Kursleiterin Denise Gross (links) und ihre Schülerinnen Heike Dietrich (Mitte) und Susanne Rohm haben ihr Sommermenü aus eigener Ernte zubereitet – und freuen sich darauf

DER HIMMEL ÜBER DEM HERD

Im Garten des Schlosses Steinhöfel in Brandenburg wachsen lange vergessene Gemüse- und Obstsorten. Nicht nur zum Anschauen, sondern zum Pflücken, Probieren, Zubereiten bei einem Kochkurs an der frischen Luft

TEXT **ULRIKE HILGENBERG** FOTOS **THOMAS NECKERMANN**

Genuss





Wilder Mohn wiegt sich im Wind, Apfelbäume neigen ihre fruchtschweren Zweige zu Boden. Auf dem Rasen steht eine weiß gedeckte Tafel, von einem Strohdach beschirmt. Und ein hochmoderner transportabler Gasherd, an dem Denise Gross uns erwartet. „Wir brauchen schnell Mangold, damit ich schon mal die Crostini machen kann“, erklärt sie und zeigt auf die weit hinten liegenden Beete. „Und danach bringt ihr noch Kartoffeln, Bohnen und alles, was euch sonst noch so anlächt.“ Denise Gross, Gastronomin aus Passion und ehemalige Besitzerin zweier Restaurants, ist heute unsere kompetente Chefköchin.

Sonntagmittag im Garten des Schlosses Steinhöfel in Brandenburg. Wir sind sieben Großstädter aus Hamburg und Berlin und wollen wissen, wie es ist, unter freiem Himmel mit selbst geernteten Zutaten zu kochen. Das Menü: Zuerst Crostini mit Mangold (Rezept Seite 88), dann eine Minestrone (Rezept

Seite 88), marinierte Paprika, gefüllte Auberginen. Als Hauptgang Lammkeule mit Kartoffelpüree und zum Dessert gefüllte Pfirsiche (Rezept Seite 88). Dafür müssen wir einiges ernten. Mit Körben am Arm und Forke in der Hand ziehen wir in den Wirtschaftsgarten des Schlosses. Seit einigen Jahren werden hier alte Gemüse- und Obstsorten angebaut, die durch Neuzüchtungen fast in Vergessenheit geraten sind. Auch ein Kräuterbeet gehört dazu. Der Verein Land-Kunst-Leben e. V. betreibt die Anlagen und hat außerdem das Projekt „Kochende Gärten“ ins Leben gerufen, an dem wir gerade teilnehmen. In Kochkursen, die buchstäblich auf der grünen Wiese stattfinden, können Besucher erfahren, wie gut die alten Sorten schmecken, vor allem wenn man

Auch ein Kräuterbeet gehört dazu. Der Verein Land-Kunst-Leben e. V. betreibt die Anlagen und hat außerdem das Projekt „Kochende Gärten“ ins Leben gerufen, an dem wir gerade teilnehmen. In Kochkursen, die buchstäblich auf der grünen Wiese stattfinden, können Besucher erfahren, wie gut die alten Sorten schmecken, vor allem wenn man





Wer einen verwunschenen Garten sucht, wird ihn hier in Brandenburg finden. Und wer wissen will, wie gut nicht überzüchtete Gemüsesorten schmecken, kann mal den lila Blumenkohl probieren oder die herrlich süßen Tomaten. Kursleiterin Eleonore Griewe (Foto oben) hilft beim Ernten und Zubereiten der heute eher selten gewordenen Sorten



sie selbst gepflückt und zubereitet hat. Ernte-Beraterin ist Eleonore Griewe, Expertin für Kräuter und dazu passionierte Köchin.

Wir brechen ein paar Mangoldstiele und begeben uns dann zum Kohlbeet. Dunkelviolette, kugelige Stauden leuchten in der Sonne. „Rotkraut“, denken wir, doch zu unserer Überraschung ist es Blumenkohl. „Die Urform“, erklärt Eleonore Griewe, „früher waren alle unsere Früchte viel farbintensiver und ihr Aroma kräftiger.“ Aber wie kann man aus einer Frucht ausgerechnet Aroma und Farbe wegzüchten? Unsere Begleiterin zuckt die Achseln. Schädlingsresistenz und Ertrag schienen wichtiger. Im Gewächshaus nebenan können wir sofort probieren. Hier gedeihen 20 alte Sorten prächtiger Tomaten. Gelbe, dunkelgrüne und auch klassisch rote. Manche sehen aus, als seien sie plissiert, andere sind flach wie Ufos. Und sie schmecken... fruch-

tig, herzhaft, zuckersüß. Bitte von jeder Sorte eine! Danach graben wir Blaue Schweden aus. Das sind dunkelviolette Freilandkartoffeln. Die Kartoffeldamen Cherie und Adretta, knallrot und quittegelb in Schale geworfen, dürfen auch noch mit. Fürs ganz besonders exquisite Püree.

Auf dem Acker nebenan liegen Schmogurken wie träge Tiere in der Sonne. Wir bücken uns, und wo wir schon mal unten sind, ziehen wir gleich unsere Schuhe aus. Diese warme, weiche Erde! Barfuß tapen wir zu den Kräuterbeeten.

Wie das duftet! Eleonore Griewe ist ganz in ihrem Element. Früher war sie von Beruf Finanzökonomin. Das füllte sie irgendwann nicht mehr aus, also beschäftigte sie sich in der Freizeit mit Pflanzen und ließ sich von einer Heilpraktikerin ausbilden. Dann kündigte sie sogar ihren Job. Inzwischen hat sie sich auf Kräuterführungen und vegetarisches Catering spezialisiert und leitet hier die Kochkurse. ▷



Endspurt: Heike Dietrich und Susanne Rohm legen schon mal die Pfirsiche fürs Dessert zum Überbacken aufs Blech. Die – essbaren – wilden Möhren und die schön anzusehende Kartoffelsorte Rosella hatten bereits ihren Auftritt: in der Minestrone. Jetzt darf, im warmen Abendlicht, am Tisch unter Streuobstbäumen so richtig entspannt werden



Wir pflücken alles: Majoran mit den winzigen zartlila Blüten, zitronenduftende Melisse, dunkelwürzigen Rosmarin und Sauerampfer, der nach Kindheit schmeckt. Calendulablüten leuchten in sattem Orange aus dem grünen Kräutermeer. „Damit dekorieren wir den Salat“, empfiehlt Eleonore Gliewe. „Sie haben ein tolles herbfruchtiges Aroma.“ Unter dem Strohdach wartet Denise Gross mit knusprigen Crostini auf uns. Jetzt wollen wir selbst kochen. Ein Jammer, das schöne Gemüse zu zerschneiden, aber wir haben nun mal Hunger. Unsere Ernte geht in die Minestrone. Sämtliche Gemüse kommen hinein, dazu Speck und Parmesan. Den Käse bitte samt der Rinde, denn nur so bekomme die Suppe das wahre italienische Aroma, sagt Denise Gross. Sie hat sich übrigens intensiv mit Vollwerternährung, Ayurveda und mit der Fünf-Elemente-Küche beschäftigt. Schwört auf gutes Olivenöl, echten Balsamico, Honig statt

Zucker, Vollkorn- statt Weißmehl und natürlich ganz viele frische Kräuter, die sie je nach Jahreszeit einsetzt.

Die Paprika wird im Ofen gegrillt. Danach enthäuten wir sie – das braucht etwas Übung –, schneiden sie in Stücke und marinieren sie in Essig und Öl. Gleichzeitig werden die Auberginen ausgebacken, die Männer spicken den Lambraten mit Rosmarin, Zitronenschale und Knoblauch. Dann kommt auch er in den Ofen.

Hoch über unserem Strohdach steht die Nachmittagssonne, der Herd heizt, und Kartoffelpüree-Stampfen wird zum Leistungssport. Dennoch: Es ist herrlich, ganz nah dran am Glück. Jetzt einen kühlen Prosecco! Kein Problem, Denise holt ihn aus dem Eisschrank im Gewächshaus.

Unseren Tisch haben wir in den Schatten getragen, auf eine Streuobstwiese. Wir sinken auf die Stühle



und verspeisen Minestrone, Paprika und Auberginen. So also schmeckt echtes Gemüse, was für eine tolle Erfahrung! Werden wir jemals wieder Lust haben, im Supermarkt einzukaufen?

Fehlt noch das Pfirsichdessert. Nur, wo ist das Nudelholz, mit dem man Amarettini zerkleinert? Wir finden es nicht. Wer unter freiem Himmel kocht, muss improvisieren können. Wir probieren es mit einem Küchenbrett, dann mit der Hand. Schließlich tut es ein Glas mit Geflügelfond: ein paar mal über die Kekse gerollt, fertig. Ermattet kehren wir an unsere Sommertafel zurück, bereit für den Hauptgang.

Der Lammbraten mit dem selbst gepflückten Rosmarin – unvergleichlich. Das Kartoffelpüree – ein Hochgenuss. Und dann sind die Pfirsiche fertig. Ofenwarm... Verträumt sitzen wir in der Abenddämmerung und schlürfen einen guten Rotwein. Und im Gras zirpen jetzt die Grillen. ▶

Kochen im Schlossgarten

Die Kurse finden jeweils an einem Wochenendnachmittag von Mai bis Oktober statt. Das Thema richtet sich danach, welche Gemüse gerade Saison haben. Dauer: ca. 6 Stunden. Preis pro Person: 60 Euro inklusive Menü, Kaffee, Tee und Wasser.

Infos und Anmeldung:

Der Garten Steinhöfel, Am Schlossweg 1, 15518 Steinhöfel, www.kochende-gaerten.de; Kontakt über Christine Hofmann, LandKunstLeben e.V., Tel. 033 63/62 70 15

Wer nach dem Kochkurs nicht sofort nach Hause fahren, sondern das restaurierte Schloss Steinhöfel und den romantischen Schlossgarten besichtigen will, der kann entweder im Schloss selbst (www.schloss-steinhofel.de, DZ ab 130 Euro) oder in einer der kleinen Privatpensionen im Ort übernachten (z. B. im Landhaus Charlottenhof, Inhaberin Edeltraut Nikolai, 15518 Steinhöfel, Tel. 03 36 36/52 15; Übernachtung mit Frühstück pro Person ab ca. 25 Euro).



REZEPTE

Gemüse und Obst ernten,
putzen, kochen – und dann
einfach nur noch genießen!

Crostini mit Mangold

10 Scheiben

1 Ciabatta-Brot (530 g), 6 EL Olivenöl, etwa 750 g Mangold, 2 Knoblauchzehen, Salz, frisch gemahlener Pfeffer

- Den Backofen auf 180 Grad, Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3 vorheizen.
- Das Brot in Scheiben schneiden und mit etwas Olivenöl beträufeln. Die Brotscheiben auf ein Backblech legen und etwa 10 Minuten im Ofen goldbraun rösten.
- Mangold putzen, abspülen und die breiten Stiele entfernen (sie können anderweitig verwendet werden). Blätter in Stücke zupfen. Knoblauch abziehen und eine Zehe fein hacken.
- 1 EL Olivenöl erhitzen und den Knoblauch kurz darin andünsten. Die Mangoldblätter dazugeben und etwa 5–7 Minuten weich dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eventuell etwas abtropfen lassen, damit das Brot nicht zu schnell durchweicht.
- Brotscheiben mit der restlichen Knoblauchzehe kurz abreiben und den Mangold darauf verteilen. Am besten warm servieren.

Fertig in 30 Minuten

Pro Portion ca. 200 kcal, E 4 g, F 8 g, KH 27 g

Minestrone

6 Portionen

1,5 kg frisches Gemüse der Saison (z. B. Tomaten, Paprika, Blumenkohl, Erbsen, Zucchini, Wirsing-kohl), 1 Bund Suppengrün, 2 Dosen große dicke weiße Bohnen (Riesenbohnen) à 250 g Einwaage, 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 150 g Pancetta oder geräucherter durchwachsender Speck, 1 Zweig Rosmarin, 2–3 EL Olivenöl, 1 kg Tomatenpüree (aus der Dose oder Packung), 600–800 ml Geflügelfond, evtl. 1 Stück Parmesan-Rinde, 1–2 kleine rote Chilischoten, 80 g kurze Nudeln, 100 g frisch geriebener Parmesan-Käse, 1 Bund Basilikum, ½ Bund glatte Petersilie, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1 Schuss gutes Olivenöl

- Die Gemüse putzen, abspülen und in kleine mundgerechte Stücke schneiden. Das Suppengrün putzen, abspülen und würfeln. Bohnen in ein Sieb geben und mit klarem Wasser abspülen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Pancetta

oder Speck ebenfalls würfeln. Rosmarin abspülen, trocken tupfen, Nadeln abzupfen und hacken.

- Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch, Suppengrün, Pancetta und Rosmarin darin anbraten. Das vorbereitete Gemüse dazugeben und ebenfalls anrösten.
- Das Tomatenpüree und den Geflügelfond dazugießen und aufkochen lassen. Parmesan-Rinde und Chili zufügen und kochen lassen, bis das Gemüse gar ist, aber noch Biss hat.
- Nudeln in die Suppe geben und darin kurz ziehen lassen. Die Hälfte vom Parmesan unterrühren.
- Kräuter abspülen, trocken schütteln und hacken.
- Kräuter in die Minestrone rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Öl und den restlichen Parmesan darübergeben und servieren.

Fertig in 1 Stunde 20 Minuten

Pro Portion ca. 440 kcal, E 27 g, F 18 g, KH 42 g

- Tipps:* • Je länger die Suppe kocht, desto besser schmeckt sie. Allerdings wird sie dabei nicht hübscher.
• Je nach den Gemüsesorten ist die Suppe dicker oder dünner. Am Schluss so viel Geflügel- oder Gemüfefond zugeben, bis sie die richtige Konsistenz hat.

Pfirsiche mit Amarettini-Füllung

6 Portionen

6 nicht zu reife Pfirsiche, 125 g Amarettini-Kekse, 2–3 EL Amaretto, etwa 30 g Butter; Fett für die Form

- Den Backofen auf 150 Grad, Umluft 130 Grad, Gas Stufe 1 vorheizen.
- Die Pfirsiche abspülen, trocken tupfen und halbieren. Den Stein vorsichtig herauslösen und zusätzlich noch etwas Fruchtfleisch, so dass die Mulde etwas größer wird. Fruchtfleisch aufheben und die Pfirsichhälften in eine gefettete Auflaufform oder aufs Backblech legen.
- Die Kekse zerbröseln (in einen Beutel geben und dann mit einem Nudelholz, einem schweren Glas oder einer Dose darüberrollen). Keksbrösel, Fruchtfleisch und Likör mischen und in die Mulden der 12 Pfirsichhälften füllen.
- Butter in kleinen Flöckchen auf der Keksfüllung verteilen. Im Ofen etwa 20–25 Minuten backen. Am besten noch warm – noch besser mit einer Kugel Vanilleeis – servieren.

Fertig in 1 Stunde

Pro Portion ca. 210 kcal, E 3 g, F 5 g, KH 37 g