

Bio als Lebenseinstellung

So versteht die Familie Gmeiner ihre Aufgabe in der Landwirtschaft



Peter Gmeiner im Stall seines Biohofs
in Langenegg



Neben der Sennerei Huban in Doren, der Bruggmühle in Egg und der Gärtnerei reGREENa in Andelsbuch gehört der Biohof der Familie Gmeiner in Langenegg zu den Lieferanten von Karin Kaufmann, die diesmal das Rezept zum Nachkochen gestaltet hat

☺ **Lasst uns über „Bio“** reden. Nein, nicht „Bio“ im Sinne von Marketing oder romantischer Freizeittätigkeit, sondern als Lebenseinstellung,

ja Lebensgrundlage. Auch in der Tier- und Landwirtschaft gibt es Menschen, die weder immensen Aufwand noch Arbeit scheuen und dabei hohe Bio-Auflagen und emotionale Bindungen zu den Tieren in Kauf nehmen. Nur weil sie der Überzeugung sind, das Richtige zu tun.

Im Bregenzerwald gehören Peter und Sonja Gmeiner zu diesen Menschen. Als gelernter Blechschlosser, Musiker und Musiklehrer übernahm Peter mit seiner Frau 2004 den Hof ihrer Eltern in Langenegg. Mit nur einem Kalb im Stall. Für die Gmeiners war trotzdem klar: „Wenn wir das machen, dann nur nach unseren

Vorstellungen“, erklärt Sonja. In ihrem Fall bedeutet dies, das Wohlbefinden der Tiere in den Mittelpunkt zu stellen: mit gegenseitigem Respekt, vielen Freiflächen, ökologischen Futtermitteln, Naturheilkunde, naturnaher Landwirtschaft und Selbstvermarktung. „Wir sind seit über zehn Jahren ein Biohof, mittlerweile sogar dreifach zertifiziert. Auch wenn das schöne Diplome sind, die wir an die Wand hängen können, geht es uns nach wie vor um die Art und Weise unserer Arbeit.“ Idealismus pur: „Auch wenn die Tage voller Arbeit sind, verbringen wir die meiste Zeit doch miteinander. Und bis auf ein paar fixe



Sonja Gmeiner versorgt die Köchin Karin Kaufmann mit den Produkten ihres Biohofes in Langenegg



Der Biohof von Sonja und Peter beliefert auch den eigenen Lebensmittelladen der Gmeiners, „La Wurscht“ in Egg

Aufgaben können wir uns den Tag frei einteilen. Es ist ein wunderbares Lebensgefühl.“

„Anfangs war es nur als Hobby gedacht“, erinnert sich Sonja. Doch der Hof der passionierten Quereinsteiger wuchs immer weiter. Mittlerweile tummeln sich über fünfundvierzig Milchkühe, bis zu zehn Ammenkühe, vier Mutterschweine mit bis zu zwanzig Ferkeln und bis zu fünfzig Eihennen auf dem Biohof der Gmeiners. Da die Selbstvermarktung ab Hof nur bis zu einer gewissen Menge funktionierte, entstand mit „La Wurscht“ 2010 der erste Hofladen in Langenegg. Sonja muss schmunzeln, wenn sie daran zurückdenkt. „Es war zwar nur ein kleiner Laden, aber immerhin die Möglichkeit, all die hausgemachten Wurst- und Speckspezialitäten oder andere Feinkostartikel, die wir selbst gern mögen, unter die Menschen zu bringen.“ Nach einem erfolgreichen Start blieb die Nachfrage überschaubar. Erst ein Besuch und Bericht von Christian Sutter im regionalen Fernsehsender („Suti kocht“) machte den Laden auch über die Dorfgrenzen hinaus bekannt. Schon bald ergriff man die Chance,

um größer zu werden und übersiedelte mit „La Wurscht“ nach Hittisau. Wieder ein paar Jahre später folgte der Umzug nach Egg an den jetzigen Standort.

„Größere, hellere Räumlichkeiten, mehr Kaufkraft, noch besserer Kontakt zu unseren Stammkunden“, erklärt Sonja den Fortschritt des Ladens.

Frischfleisch wurde zu Beginn noch nicht verkauft. Doch parallel zum immer größer werdenden Hof wuchs auch die Nachfrage nach Biofleisch. Also gingen bald Kalb-, Rind- und Schweinefleisch über die Ladentheke. „Da alle unsere Produkte direkt vermarktet werden, sind auch Kälbertransporte bei uns nie ein Thema gewesen. Der gesamte Kreislauf findet im Ort statt: Alle Tiere kommen hier zur Welt, leben auf dem Biohof und werden in Langenegg geschlachtet. Peter ist selbst immer dabei.“

Neben vielen Kunden, die wissen wollen, woher das Fleisch auf ihrem Teller kommt, gehört auch Köchin Karin Kaufmann zu den Partnern der ersten Stunde. „Als Köchin nimmt sie nicht nur die Edelteile, sondern verwertet alles von den Tieren. Karins Wissen und Feedback sind immens wichtig

für unsere Arbeit. Dadurch bekommen wir Inspiration für neue Produkte und Zubereitungsformen, die wir wiederum an unsere Kunden weitergeben können. Eine herrliche Zusammenarbeit“, freut sich Sonja über die enge Verbindung zur Kochschule von „Frau Kaufmann“ in Egg – nicht nur durch die direkte Nachbarschaft zu „La Wurscht“. Das beruht auf Gegenseitigkeit. „Die Idee vom Biohof hat mir von Anfang an gefallen“, sagt Karin Kaufmann. „Umso sympathischer, wenn es leidenschaftliche Quereinsteiger wie Sonja und Peter sind.“ Qualität und Geschmack sind für sie entscheidende Kriterien. „Deshalb muss man diese Produzenten auch umfassend unterstützen, damit sie uns so lange wie möglich erhalten bleiben.“ Praktischerweise sind auch alle Produkte von Karin Kaufmann im Laden erhältlich. Von den Gewürzmischungen wie „Scharfer Fünfer“ oder „Scharfes Trio“ über die Backmischungen bis zu Essig und Öl. „Und wenn es die Zeit zulässt, treffen wir uns bei Sonja oder bei mir auf ein Gläschen, um an neuen Rezepten und Mischungen zu tüfteln.“

Markus Curin

Rezept

Rindsvögel mit Kartoffelschmarren und Rosenkohlgemüse von Karin Kaufmann

für 6 – 8 Portionen:

8 Rindschnitzel
Salz, Pfeffer aus der Mühle, Senf
8 Scheiben milder Bauchspeck
100 g Karotte, in Stifte geschnitten
100 g Knollensellerie, in Stifte geschnitten
4 EL Butterschmalz
250 g Wurzelgemüse (Zwiebel, Karotten, Sellerie und Lauch), grob gewürfelt
3 EL Mehl zum Bestäuben
800 ml Gemüsebrühe
Butter, mit Mehl verkneten, zum Binden nach Bedarf

Für die Beilagen:

1 kg festkochende Kartoffeln in der Schale gekocht, ausgekühlt
Salz, Butterschmalz
1 Zwiebel, fein gehackt
8 EL grob gehackte Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Liebstöckel, Kerbel)
500 g Rosenkohl, in einzelne Blätter zerteilt
6 EL Butter
1 EL fein gehackter Ingwer, Chilisalz

Die Rindschnitzel flach klopfen, salzen, pfeffern und hauchdünn mit Senf bestreichen. Die Schnitzel mit je 1 Speckscheibe sowie den Karotten- und Selleriestiften belegen. Dann aufrollen und mit einer Rouladennadel oder einem Zahnstocher fixieren. Das Butterschmalz in einen heißen Bräter geben und die Rouladen darin scharf anbraten. Die Rouladen aus dem Bräter nehmen. Das Wurzelgemüse ebenfalls im Bräter anrösten, mit Mehl bestäuben und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Die Rindsrouladen wieder in den Bräter setzen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft zugedeckt etwa 1 Stunde weich dünsten. Die Hitze auf 80 Grad reduzieren und die Rouladen nochmals 1 Stunde ziehen lassen. Die Rouladen aus der Sauce nehmen und warm stellen. Die Sauce durch ein Sieb gießen, würzen und bei Bedarf noch etwas binden. Für den Kartoffelschmarren die ausgekühlten Kartoffeln in grobe Scheiben schneiden und salzen. In einer Pfanne in erhitztem Butterschmalz anrösten, immer wieder etwas Schmalz dazugeben, rösten und immer wieder wenden. Die Zwiebel nach etwa 15 Minuten dazugeben und mitrösten. Die Kartoffeln mit einem Kartoffelstampfer „schlampig“ zerstampfen. Die Kräuter hinzufügen. Die Rosenkohlblätter in Salzwasser kurz blanchieren, dann abgießen und in Eiswasser abschrecken. In einer Pfanne die Butter mit dem Ingwer aufschäumen, die Rosenkohlblätter kurz darin erhitzen, mit Chilisalz abschmecken, mit den Rindsvögeln samt Kartoffelschmarren servieren.





Karin Kaufmann mit ihrem bekannten Kochbuch „Frau Kaufmann kocht“

Karin Kaufmann kocht Köstliches

Unter dem Namen „Frau Kaufmann“ betreibt Karin Kaufmann in Egg seit zehn Jahren eine Kochschule, die weit über den Bregenzerwald hinaus bekannt und beliebt ist

Und glücklicherweise ist sie sehr darauf bedacht, ihr Wissen weiterzugeben. Deshalb entstand vor zehn Jahren im früheren Gasthaus Engel in Egg ihre Kochschule „Frau Kaufmann“. Wer seit dreißig Jahren täglich kocht und trotzdem nicht von Arbeit, sondern von „konzentrierter Entspannung“ spricht, ist grundsätzlich bestens dafür geeignet. „Ich habe eine unglaubliche Freude am Vermitteln, ob es nun Rezepte sind, das kulinarische Netzwerk aus Produzenten und Lieferanten oder Informationen über Naturprodukte, die vor unserer Haustüre wachsen.“

Bei den außergewöhnlichen Kochrunden reichen sich vom Businessmanager bis zur neugierigen Hausfrau motivierte Genießer den Kochlöffel in die Hand. „Vielen fehlen die Koch-Basics, andere suchen gesellige Abwechslung oder brauchen kulinarische Inspiration. Zusammen mit den regionalen Produkten sind diese Menschen die Hauptdarsteller in der Kochschule und durch das gemeinsame Erlebnis sind Freude und Genuss umso größer.“

Hunderte ausverkaufte Kochrunden später sind ihre Rezepte und Produkttipps derart gefragt und über die Grenzen hinaus bekannt, dass es mittlerweile nicht nur eine eigene Produktlinie für Gewürz- und Backmischungen, Essig, Öl und Selbstgemachtes gibt (seit 2016), sondern seit letztem Jahr auch ein eigenes Kochbuch. „Das Feedback ist schon seit jeher enorm. Die meisten Fragen drehen sich um Mengenangaben, Anwendungsmöglichkeiten und Rezepte. Also waren diese nächsten Schritte naheliegend, um den Menschen auch zu Hause Kochunterstützung bieten zu können.“ Nach der Flut an Kochbüchern in den letzten Jahren sollte es mehr sein als eine Aneinanderreihung von Rezepten. „Also haben wir eine ordentliche Portion an Anregung, Motivation, Anleitung, Warenkunde und viel Persönlichkeit mit reingepackt.“ Und der Erfolg gibt ihr Recht: Nachdem die ersten Auflagen des sympathischen Werks ausverkauft waren, wird auch über eine englische Übersetzung nachgedacht.

www.fraukaufmann.at