

A la carte

Einsatz am Herd: Mit der «Saisonküche» bei Renata Schibler.



Renata Schibler mag die Gewürze der arabischen Küche, insbesondere den exotischen Duft von frischem Koriander.

Vorliebe für Rassiges

Früher züchtete sie Araberperde, heute ist Renata Schibler auch im arabischen Raum eine gefragte Pferde-Expertin. Mit Kochexperte Felix Häfliger zaubert sie eine rassige Lamm-Tajine.

Renata Schibler (50) «leidet» unter Arabitis, der Faszination für Araberperde. «Mit 18 Jahren erlag ich zum ersten Mal dem Charme eines Araberhengstes. Nicht allein die Schönheit der Tiere und ihr inneres Feuer, sondern auch ihre enorme Sensibilität fasziniert mich bis heute», erklärt sie ihre Leidenschaft. Vielleicht spielt da auch eine kleine Seelenverwandtschaft

mit. Wer sieht, wie die schlanke Renata mit schnellen Schritten durch den Garten bei ihrer Luzerner Wohnung eilt, wie zielsicher sie in der Küche hantiert, mit Armen und Händen gestikuliert, hat den Eindruck, ein Vollblut vor sich zu haben.

«Bei mir muss immer was laufen, am liebsten drei Sachen gleichzeitig», bestätigt sie. Ohne diese Energie, ohne zupackendes

Temperament und Lebensfreude hätte sie es wohl nie geschafft, im luzernischen Geunsee aus dem Nichts eine der erfolgreichsten Araberperdezuchten der Schweiz aufzubauen und gleichzeitig zwei Töchter grosszuziehen.

Beide sind ausgeflogen, deshalb stehe sie nicht mehr oft in der Küche. Früher schon, da kochte sie regelmässig für Familie und Freunde. Nicht arabisch, sondern

italienisch. Als Seconda liebt sie Land und Küche ihrer Eltern. «Spaghetti kann man jeden Tag geniessen. Auch ist die mediterrane Küche schneller als die arabische, in der die Gerichte oft lange geschmort werden», meint sie. Und deshalb bereitet Felix Häfliger, der Koch der «Saisonküche», auf ihre Bitte eine Tajine zu. «Ich liebe Eintöpfe. Zudem mag ich Lamm und Dörrfrüchte,

beides typische Zutaten in arabischen Rezepten», erklärt sie ihren Wunsch.

Renata Schibler wäscht den Koriander. «Riech mal, wie sich durch das Wasser der Duft intensiviert», fordert sie Häfliger auf. «Koriander mochte ich anfangs überhaupt nicht. Man muss ihn langsam kennenlernen, um ihn zu mögen. Heute bin ich fast süchtig nach dem Kraut.» Und so hackt sie eine Extraportion für sich.

Pferdelaie am Herd

«Wie lange trägt eigentlich eine Stute», fragt Felix Häfliger. «Das willst du nicht im Ernst wissen, du machst einen Witz!» Ungläubig schaut Renata Schibler den Koch an. Für sie ist es absolut unvorstellbar, dass jemand so etwas Wichtiges nicht weiss.

Elf Monate trug die Araberstute Etica das Fohlen Eicka, das 1980 zur Welt kam. «Es war Liebe auf den ersten Blick», erinnert sich Renata Schibler. Sie war so überzeugt von diesem Fohlen, dass sie es bereits mit sechs Monaten am Weltchampionat der Vollblut-Araber in Paris präsentierte, wo es sich allerdings losriss und wild herumgaloppierte. Schibler war verzweifelt, das Publikum begeistert. Zu Recht, denn Eicka wuchs zu einer Vollblut-Araberstute heran, die international viele Preise einheimste und Renata Schibler fast ein Dutzend wunderschöne Fohlen schenkte.

«Ja, so fing das an, wie im Märchen», erinnert sie sich, «und es ging auch so weiter. Ich heiratete und steckte meinen Mann mit der Arabitis an. Zusammen haben wir die Zucht aufgebaut. Unsere Kinder lernten reiten, bevor sie

laufen konnten.» Eine Idylle, die mit dem Tod ihres Mannes vor acht Jahren zerbrach. Erst stürzte sie sich in die Arbeit, dann verkaufte sie alles. «Es stimmte nicht mehr», meint sie nachdenklich.

Neubeginn als Expertin

Heute amtiert Schibler als Richterin an internationalen Pferdeschauen. «Wir beurteilen nicht nur Körperbau und Gang, sondern auch die Ausstrahlung eines Pferdes», erklärt sie ihr Tun, das sie oft in den arabischen Raum führt. Nicht nur in Pferdeboxen, sondern auch in Restaurants. «Ich liebe arabische Gerichte, ihren Duft. Die Araber trieben lange vor Europa einen intensiven Gewürzhandel mit Indien. Sie perfektionierten die Kunst des Würzens, sodass ihre Gerichte eine wahre Freude für Gaumen und Nase sind», schwärmt sie.

Das trockene Land gab nicht viel her, die Nomaden lebten hauptsächlich von Fleisch, Hülsenfrüchten und getrockneten Früchten. Diese wenigen Zutaten haben sie mit Kreuzkümmel, Koriander und Kardamom, mit Safran, Pfeffer, Zimt und Ingwer so kunstvoll variiert, dass eine breite Palette an wunderbar geheimnisvollen Gerichten entstand. «Dazu wird meist Fladenbrot gereicht, mit dem man von Hand Fleisch und Sauce aufunkt, was einige Übung verlangt», erzählt sie lachend.

Mit Schwung deckt sie den Tisch, denn Felix Häfliger will die heisse Tajine servieren. «Wie das duftet! Ein echtes Vollblutgericht hast du da hingezaubert», lobt sie und greift kräftig zu.

Text Ruth Gassmann
Bilder Hans Schürmann

«Koriander muss man langsam kennenlernen.»



A. Bevor sie an den Koriander darf, schneidet Renata Schibler für Felix Häfliger die Mandeln in feine Stifte.

B. Lammfleisch, Koriander, Pflaumen, Mandeln, dazu Safran, Zimt, Sesam, Knoblauch und Zwiebeln – schon sind (fast) alle Zutaten für die Tajine aufgezählt.

C. Harissa ist eine höllisch scharfe Paste, die aus Chili, Knoblauch und Gewürzen hergestellt wird.



D. Die getrockneten, entsteinten Pflaumen werden ca. 30 Minuten in der heissen Bouillon eingelegt.

E. Die Zwiebeln werden relativ grob, der Koriander mit einem Wiegemesser sehr fein gehackt.

F. Das Fleisch sollte zu Beginn des Schmorens mit der Bouillon knapp bedeckt sein.



Lamm-Tajine mit Pflaumen und Sesam

Für 4 Personen

50 g geschälte, ganze Mandeln
 200 g Backpflaumen, ohne Stein
 5 dl heisse Gemüsebouillon
 2 EL Sesamsamen
 600 g Lammhuft
 ½ Bund frischer Koriander
 150 g Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 2 EL Öl zum Braten
 Salz
 schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 1 TL Harissa (Chilipaste)
 6 Nelken
 1 Zimtstange
 ½ Döschen Safranfäden (175 mg)

1 Mandeln längs halbieren. Pflaumen in der Bouillon ca. 30 Minuten ziehen lassen, abgiessen und beides beiseite stellen. Mandeln und Sesamsamen nacheinander in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett goldbraun rösten.

2 Lammfleisch in ca. 3 cm grosse Würfel schneiden. Koriander und Schalotten hacken.

3 Fleisch im Öl scharf anbraten. Hitze reduzieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch darüberpressen. Schalotten, Harissa, Nelken und Zimt begeben und kurz mitbraten. Koriander und Safran dazugeben, mit der beiseite gestellten Bouillon ablöschen.

4 Je nach Grösse der Pfanne noch etwas Wasser beifügen, das Fleisch sollte knapp bedeckt sein. Aufkochen und bei kleinster Hitze halb zugedeckt 30–40 Minuten sanft köcheln lassen. Es sollte nur noch wenig Flüssigkeit vorhanden sein.

5 Pflaumen dazugeben, heiss werden lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anrichten und mit Mandeln und Sesam bestreuen.

Mit Reis oder Fladenbrot servieren.



D



E



F

Mehr Rezepte:

saisonküche

www.saison.ch