

# Waadtländer Spezialitäten

## Die Lust am B



### DAS EXPO-MENU DES KANTONS WAADT

Zum letzten Mal kann Ihnen Daniel Gisler ein SAISON-KÜCHE-Expo-Menü im Mistral-Restaurant auf den Arteplages in Neuenburg und Biel anbieten, denn am 20. Oktober ist definitiv Schluss. Da an kalten Oktobertagen manchmal steife Brisen über den See ziehen, offeriert er Ihnen eine traditionelle Waadtländer Spezialität: eine würzige, herzhafte, heisse Soupe aux choux.

Und sein Fazit der letzten Monate? «Die Expo war eine aufregende Erfahrung, voller Herausforderungen und interessanter Beobachtungen», lacht ein zufriedener Daniel Gisler. So hatte es unter der Woche meist mehr Leute an der Expo als an den Wochenenden – wohl weil alle dachten, es sei umgekehrt. «Doch unsere Logistik war so ausgeklügelt fein eingestellt, dass wir auch beim grössten Andrang nie in Verlegenheit gerieten.»

Eine tolle Stimmung und ein ausgeprägtes Zusammengehörigkeitsgefühl herrschte unter den 110 Angestellten aus 20 Nationen, die auch gegen Ende einer hektischen und teils recht anstrengenden Zeit nie abflauten – auch dank Ihnen, den gut gelaunten Kundinnen und Kunden. Merci!



Arteplage Yverdon



# denständigen



Der Kanton Waadt ist gross. Zu ihm gehören der südliche Jura wie die fruchtbaren Ebenen am Genfersee, das imposante Schloss Chillon wie das alpine Les Diablerets. All diese Gegensätze prägten eine vielseitige, traditionelle Küche, die bis heute in den Pintes vaudoises serviert wird. Da gibt es den berühmten Papet vaudois – einen Eintopf mit Kabiswurst, Lauch und Kartoffeln –, variantenreiche Käsekräpfen und Fondues, saftigen Bauernschinken und Bergkäse. Da gehören Felchen, Hecht und Seeforellen zur Küche, Wein- und Traubenkuchen zum Dessert. Und dies alles natürlich in Begleitung der wohl bekanntesten, waadtländischen Tafelfreude: einem süffigen Weissen, einem leichten Roten.

OKTOBER

Soupe aux choux  
(Rezept siehe Seite 48)

LIBERTÉ  
ET  
PATRIE

Waadt

Von Mai bis Oktober stellen wir Ihnen jeden Monat kulinarisch einen der Westschweizer Kantone vor. Im Oktober: Waadt.



Neuenburg



Wallis



Genf



Jura

## WÜRZIG

### Soupe aux choux

Waadtländer Kabissuppe

(Foto siehe Seite 47)

Für 4 Personen

**600 g Speck** am Stück, mager  
**1 kleiner Kabis** ca. 500 g  
**2 Karotten**  
**1 Zwiebel**  
**1 Lorbeerblatt**  
**1 Nelke**  
**Salz, Pfeffer** aus der Mühle  
**4 kleinere Kartoffeln** festkochend

**1** Den Speck in 1,5 Liter Wasser 45 Minuten bei kleiner Hitze leise kochen.

**2** Kabis vierteln, den Strunk entfernen und die Viertel in Streifen schneiden. In reichlich Salzwasser 5 Minuten blanchieren. In ein Sieb abgiessen. Karotten längs vierteln und in 2–3 cm grosse Stücke schneiden. Kartoffeln längs vierteln oder sechsteln. Die Zwiebel mit Lorbeer und Nelke bestecken.

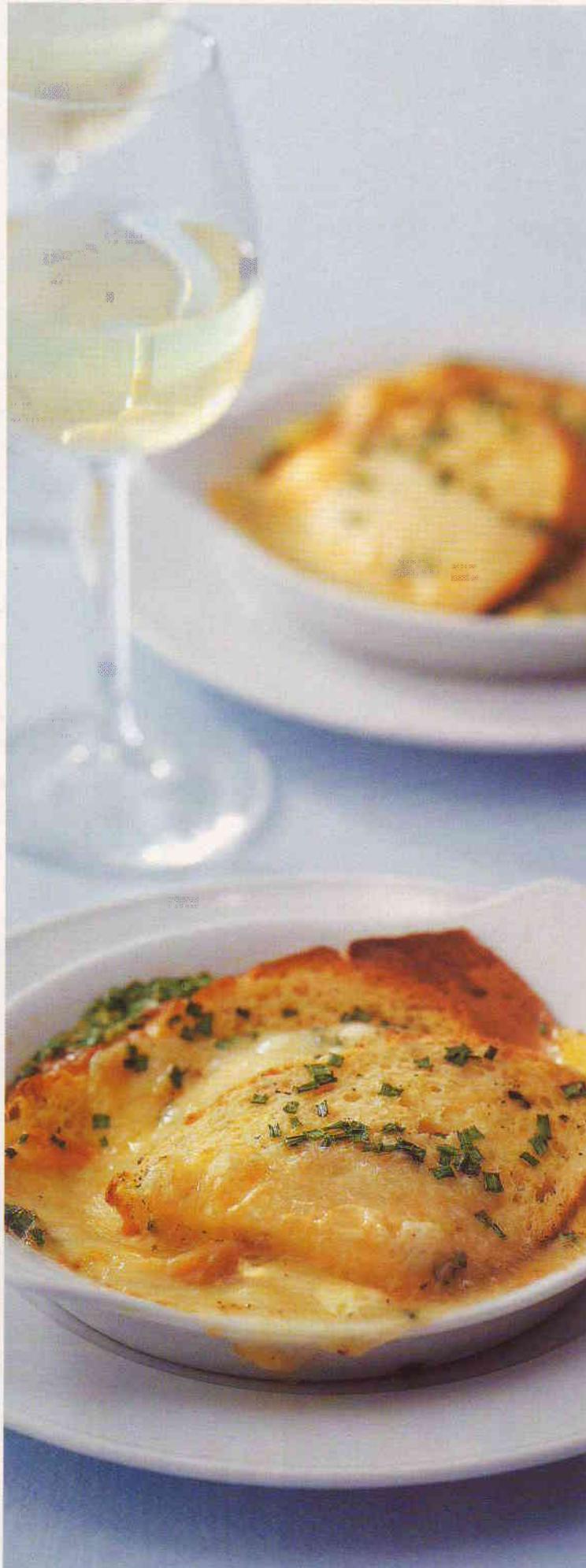
**3** Das Gemüse zur Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles zugedeckt 30 Minuten bei kleiner Hitze kochen.

**4** Speck aus der Suppe nehmen und in feine Scheiben schneiden. Suppe in vorgewärmten, tiefen Tellern anrichten und mit Speck garnieren.

**Dazu passt ein knuspriges Bauernbrot. Um ein kräftigeres Aroma zu erhalten, kann die Suppe bis zu 2 Stunden gekocht werden.**

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten  
+ ca. 1¼ Stunden kochen

Pro Person 30 g Eiweiss,  
60 g Fett, 20 g Kohlenhydrate,  
3100 kJ/740 kcal



## WÄHRSCHAFT

### Ramequins vaudois au pain

Waadtländer Käseschnitten

Für 4 Personen

**Butter** für die Form  
**8 Scheiben Brot** z.B. Wegglibrot  
**1 dl Weisswein** z.B. Dézaley  
**8 dünne Scheiben Emmentaler** rezent, ca. 150 g  
**2 Eier**  
**3 dl Milch**  
**Salz, Pfeffer** aus der Mühle  
**Muskatnuss**  
**20 g Butter**

**1** Ofen auf 220 °C vorheizen. 4 ofenfeste Portionenformen einfetten. Brotscheiben mit Wein beträufeln. Mit dem Käse in die Formen schichten. Eier und Milch verquirlen. Sehr pikant mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Hälfte über die Scheiben giessen. In der Ofenmitte 8 Minuten backen.

**2** Restlichen Guss über die Ramequins verteilen, mit Butterflocken belegen und ca. 5 Minuten fertig backen. Sofort servieren.

**Nicht original, aber fein im Geschmack und hübsch anzusehen:**  
**1 Bund Schnittlauch** in Röllchen zum Guss schneiden.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten  
+ ca. 15 Minuten backen

Pro Person 22 g Eiweiss,  
23 g Fett, 34 g Kohlenhydrate,  
1850 kJ/440 kcal

OKTOBER

LIBERTÉ  
ET  
PATRIE

Im Oktober wird Ihnen die feine Soupe aux choux – genau richtig zum Einzug des Winters – auch an der Expo.02 serviert, in den Mistral-Restaurants der Migros auf den Arteplages Neuenburg und Biel.

## FÜR SCHLECKMÄULER

### Poires au Pinot noir et Gâteau Ormonan

Rotweibirnen mit Rahmkuchen

Für 4 Personen

1 Bio-Zitrone  
7 dl Rotwein z.B. Pinot noir  
75 g Cassisgelee  
3 EL Zucker  
8 kleine Birnen  
1 süsser Mürbteig *rund ausgewallt*, 320 g  
1 EL Mehl  
100 g Rohrzucker  
1,25 dl Rahm  
1 TL Zimt

1 Zitrone heiss waschen, trocknen und ein Stück Schale dünn abschälen. Mit Wein, Gelee und Zucker aufkochen. Die Birnen schälen, samt Stiel im Sud knapp weich kochen. Darin auskühlen lassen.

2 Ofen auf 220 °C vorheizen. Mürbteig samt Papier auf ein Blech legen, mit Gabel einstechen, Mehl darüber sieben. Die Hälfte des Rohrzuckers darauf verteilen. Mit Rahm beträufeln. Restlichen Rohrzucker mit Zimt mischen

und darüber geben. Auf der untersten Rille ca. 35 Minuten backen. Auskühlen lassen.

3 Birnen auf Tellern anrichten. Sud einkochen, lauwarm oder kalt über die Birnen geben. Kuchen in Stücke geschnitten dazu servieren.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten  
+ ca. 35 Minuten backen

Pro Person 7 g Eiweiss,  
25 g Fett, 110 g Kohlenhydrate,  
3400 kJ/810 kcal

### DIE WAADTLÄNDER RIVIERA

Steile Rebberge, malerische Winzerdörfer und der weite Blick über den grenzenlosen Genfersee bis zu den französischen Alpen – das ist die waadtländische Riviera. Hier gedeihen vor allem leichte, fruchtig-frische Weissweine für jeden Tag, wie der in der ganzen Schweiz beliebte St. Saphorin, der Chablais, Féchy, Yvorne oder der wohl einprägsamste, der Aigle des Murailles mit seiner kleinen Eidechse. Auch die Rotweine aus Gamay- und Pinot-noir-Trauben sind gern genossene Begleiter der einheimischen Küche.

### Blickpunkt: die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

*Aufgestellte, meist junge Menschen aus vielen Nationen sorgen für einen reibungslosen Ablauf in den Mistral-Restaurants. Wie erleben sie die Zeit an der Expo?*



**DORIS RAVATON,  
HAUTERIVE**

«Ich stamme von der Insel Mauritius bei Madagaskar, wohne aber schon seit 14 Jahren in der Schweiz. Bislang habe ich in Fabriken gearbeitet, dies hier ist meine erste Saison in einem Restaurant. Und mir gefällt, die Expo-Besucher und -Besucherinnen sind gut gelaunte Kunden. Auch kann ich immer wieder andere Arbeiten verrichten, mal bei den Salaten, dann wieder serviere ich Fisch oder Teigwaren. Das ist interessant, lebendig und die Zeit vergeht im Nu.»



**LAURENT GASCHEN,  
NEUENBURG**

«Ich habe die Einschreibefrist für den Studienwechsel an der Universität verpasst und verbringe nun meinen freien Sommer hier. Die Arbeit am Take-away ist manchmal hektisch, doch die Kolleginnen und Kollegen sind aufgestellt, so wie die meisten Gäste dieser modernen, auf die Zukunft ausgerichteten Expo auch. Nur ab und zu gibt es Kunden, die mit dem Finger auf das Gewünschte zeigen, ohne ein Wort, ohne uns einen «Guten Tag» zu wünschen.»



**GENNIFER TOLEDO,  
NEUENBURG**

«Obwohl ich seit August wieder in die Schule gehe und deshalb meinen fulltime-job im Mistral aufgeben musste, wollte ich an den Wochenenden hier weiterarbeiten. Da mich Sprachen und Reisen interessieren, ist die Arbeit an der Expo perfekt für mich: Ich kann bei den Gästen täglich meine Sprachkenntnisse einsetzen und gleichzeitig von meiner thailändischen Kollegin, vom australischen Kollegen Insider-Tipps für meine nächste Asien-Reise einholen.»

