



Frische Produkte  
zeichnen die Küche des  
«Rollerhof» aus.

Vegetarische Küche

# Lustvoll geniessen ohne Fleisch



**Gemüse ist nicht nur Beilage: Dominic Lambelet (l.) und Küchenchef Flavio Fermi.**

**Dominic Lambelet und Flavio Fermi vom Restaurant «Rollerhof» in Basel zeigen, wie vegetarische Küche Spass macht.**

TEXT: DANI WINTER  
FOTOS: FERDINANDO GODENZI

**A**uf der Speisekarte des «Rollerhof» in Basel finden sich Kalbsbacken, Schweinebauch oder auch der berühmte Sonntagsbraten. «Die vegetarische Küche gehört nicht unbedingt zu unseren zentralen Stärken», gibt Dominic Lambelet (46), Wirt des mit 14 Gault-Millau-Punkten gekrönten Restau-

rants, unumwunden zu. Aber selbstverständlich findet sich auf der «Rollerhof»-Karte immer auch fleischlose Kost. Den Trend zu rein vegetarischer Ernährung sieht Lambelet im Stagnieren begriffen. Aber: «Immer mehr Menschen wollen lustvoll und dabei vernünftig geniessen. Die Zeit des masslosen Fleischkonsums ist vorbei.»

**Vernünftig geniessen** heisst für Lambelet, dass nicht unbedingt jeden Tag Fleisch auf den Tisch muss. Und wenn es Fleisch gibt, soll dieses nicht der alleinige Star auf dem Teller sein, sondern eine gleichberechtigte Rolle neben dem Gemüse spielen. Dabei setzen Lambelet und sein Küchenchef Flavio Fermi hauptsächlich auf saisonale Produkte aus der Region. Zu den Lieferanten gehören Bio-Landwirte ebenso wie Pilz- und Kräutersammlerinnen. Bei aller Vernunft soll aber die Lust am Genuss selbstverständlich nicht zu kurz kommen. Die Schweiz habe, obwohl auch Rösti und Fondue ohne Fleisch auskommen, keine grosse Tradition in der vegetarischen Küche. Die indische und auch die italienische Kochkultur halten da deutlich mehr ►►

►► Inspiration bereit. «In Indien habe ich ein halbes Jahr lang praktisch kein Fleisch gegessen und es keine Sekunde vermisst», sagt Lambelet.

**Bei der Komposition** ihrer vegetarischen Menüs lassen sich die «Rollerhof»-Köche von ihrer Intuition leiten. «Natürlich soll der Gast satt werden, und wir wollen auch nicht jeden Tag Pasta auftischen», sagt Lambelet. «Die meisten Leute, die bei uns zu Mittag essen, arbeiten sowieso im Büro. Die Energiezufuhr steht also nicht unbedingt im Vordergrund.»

**Als Vorspeise** serviert Küchenchef Flavio Fermi (26) mit kandierten Cashewnüssen ummantelten Ziegenfrischkäse und glasierte Randenwürfel auf einer Joghurtsauce mit Estragon – eine harmonische, in sich stimmige Komposition, die der atemberaubenden Farbenpracht auf dem Teller geschmacklich in nichts nachsteht.

Dominic Lambelet, der sich mit Fermi seinen ehemaligen Lehrling in die Küche zurückgeholt hat und sich selbst mit übertriebener Bescheidenheit als dessen «Zudiener» bezeichnet, verwöhnt uns mit einem Kichererbsenpuffer auf Blattspinat mit frischen Steinpilzen. Der Bratling aus Kichererbsenmus ist das, was man am ehesten als «Fleischerersatz» bezeichnen könnte. Doch der Begriff würde dem delikaten Puffer in keinster Weise gerecht. «Vegetarisches Essen muss Spass machen», sagt «Rollerhof»-Wirt Dominic Lambelet. Und bei seinem Vegi-Menü kommt man wirklich nicht auf die Idee, das Fleisch zu vermissen. ■



## Zutaten Für 4 Personen

140 g Ziegenfrischkäse (z. B. Chavroux)  
80 g Cashewnüsse  
70 g Zucker

1 Bd. Estragon  
60 g Joghurt  
Salz  
weisser Pfeffer

2 Randen  
20 g Johannisbeer-Konfitüre  
5 g Himbeeressig  
Salz  
schwarzer Pfeffer

## Ziegenfrischkäse im kandierten Cashew-Nussmantel mit Randen, Apfel und Estragon



**Kochen heisst: Es kommt (auch) aufs Detail an.**



## Kichererbsenpuffer mit Spinat und frischen Steinpilzen

### Zutaten Für 4 Personen

100 g Kichererbsen (mindestens 12 Stunden in kaltem Wasser einweichen)  
200 g frische Steinpilze  
200 g junger Blattspinat  
1 Zwiebel  
2 Eier  
70 g Butter  
Salz  
Pfeffer

½ dl Rahm  
1 g Sojalezithin  
Salz

Thymian (alles in einer Pfanne vermischt)

### Zubereitung

Die Kichererbsen kochen, lauwarm mit der halben, gehackten Zwiebel und den Eiern pürieren, abschmecken. In eine runde Form drücken, auslösen und die vier Bratlinge in einer Nocke Butter sorgfältig auf beiden Seiten anbraten, in den warmen Ofen stellen. Die andere Zwiebelhälfte hacken, mit einer Nocke

Butter andünsten, Spinat dazugeben, abschmecken. Gleichzeitig die geviertelten, geputzten Steinpilze in der restlichen Butter kurz sautieren, abschmecken. Spinat auf dem Tellerboden anrichten, Kichererbsenpuffer drauf setzen, Steinpilze rundherum platzieren. Den Rahm kurz aufkochen, schaumig schlagen und darüber verteilen. Wenn gewünscht (wie auf dem Foto) noch mit Karottenspaghetti und Kräutersalat dekorieren.





Nur aus besten Zutaten gibts auch beste Gerichte.

- 1 Apfel Granny Smith
- 10 g Gartenkresse
- 20 g gedörrte Äpfel
- 8 Randenblättchen

### Zubereitung

Cashewnüsse grob zerdrücken und im Ofen leicht anbräunen lassen. Den Zucker schmelzen und braun werden lassen, Nüsse dazugeben, erkalten lassen, nochmals zerkleinern. Den Ziegenkäse zu Kugeln formen und diese mit den kandierten Nüssen ummanteln. Estragon zupfen und im Jogurt fein mixen, abschmecken. Die Randen weich garen und in regelmässige Würfel schneiden. Die Konfitüre mit dem Himbeeressig aufkochen und mixen, abschmecken, die Randenwürfel damit marinieren. Den Apfel in feine Würfel schneiden, Dörräpfel in Streifen. Wie auf dem Foto anrichten und mit der Gartenkresse ausgarnieren.

## Der «Rollerhof» Sinnliche Küche

Dominic und Astrid Lambelet führten während fast 15 Jahren mit grossem Erfolg den «Gundeldingerhof» in Basel. Nach dem Verkauf des Restaurants und einer einjährigen Auszeit übernahmen die Lambelets im Januar 2009 den zum Basler Museum der Kulturen gehörenden «Rollerhof» am Münsterplatz. Küchenchef Flavio Fermi absolvierte die Kochlehre im «Gundeldingerhof», um sein Können dann bei Sterneköchen wie Dirk Lässig auf Sylt, Fritz Schilling in Hamburg und zuletzt Tim Raue in Berlin zu vervollkommen. Der «Rollerhof» pflegt eine sinnliche Terroir-Küche mit raffinierten Komponenten und Mariagen, deren wichtigste Grundlage die Sorgfalt bei der Wahl der Produkte ist.

link [www.rollerhof.ch](http://www.rollerhof.ch)

## Délicorn Die Alternative zu Fleisch

Bei Coop (in grösseren Verkaufsstellen) finden Sie die vegetarischen Délicorn-Produkte, die schnell zubereitet sind, zum Beispiel:

### Falafel

Aus Kichererbsen, verfeinert mit Koriander und Kümmel.

### Gemüse-Schnitzel (Neuheit)

Paniert, auf der Basis von Soja-Eiweiss und Weizen. (Ab Ende September erhältlich.)

### Soja Balls (Neuheit)

Mit Gemüse, Soja-Eiweiss und Weizen. (Ab Ende September erhältlich.)

### Schnitzel mit Frischkäse

Auf Magermilch-Basis mit Frischkäse.

### Schnitzel mit Käse und Spinat

Auf der Basis von Eiweiss, Soja-Eiweiss und Weizen.

### Nuggets Tex Mex mit Tomatensauce

Auf der Basis von Eiweiss, Soja-Eiweiss und Weizen.

### Délicorn-Mobil

Überzeugen Sie sich selbst von der Qualität der Délicorn-Produkte! Tourdaten unter:

link [www.coop.ch/delicorn](http://www.coop.ch/delicorn)



### Diskutieren Sie mit



Können und wollen Sie auf Fleisch verzichten?



[www.coopzeitung.ch/vegetarier](http://www.coopzeitung.ch/vegetarier)

WETTBEWERB

## Gewinnen Sie ein Wochenende in London!



### Vegetarisch und gut: das Tibits in London.

Beantworten Sie die folgende Frage richtig und nehmen Sie am Wettbewerb teil. Attraktive Gewinne locken.

Frage: Wie heisst die Marke für vegetarische Produkte bei Coop?

Naturaplan  Delicorn  Naturafarm

**1. Preis:** Ein Wochenende für zwei Personen in London inklusive Abendessen im Tibits im Wert von Fr. 1500.-.

**2. Preis:** Ein Coop-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 200.-.

**3. Preis:** Ein Coop-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 100.-.

**Teilnahme per SMS:** Schicken Sie eine SMS mit dem Lösungswort, gefolgt von Ihrem Namen und Ihrer Adresse an die Nummer 2667 (80 Rp./SMS). (Beispiel: Delicorn, Sabine Muster, Beispielstr. 5, 8000 Zürich).

Kostenlose Teilnahme im Internet unter:

link [www.coopzeitung.ch/delicorn](http://www.coopzeitung.ch/delicorn)

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.  
EINSENDESCHLUSS 31. Oktober 2010



# Gorgonzola Charakter in allen Adern

**Schön und gut.** Er darf auf keiner Käseplatte fehlen und er lässt sich vielseitig einsetzen: der Gorgonzola, ein Klassiker unter den Käsen.

TEXT: ROLF STEINER  
FOTOS: FERDINANDO GODENZI  
STYLING: MARIANNE ETTLIN

**K**ühe aus der Lombardei und dem Piemont liefern den Rohstoff für diesen Italo-Klassiker, der seit 1955 das DOP-Siegel für geschützten Ursprung trägt. Der Ursprung des Gorgonzolas ist aber viel älter und geht vermutlich bis ins Mittelalter zurück.

Der bekannteste Blauschimmelkäse Italiens kommt als «dolce» und «intenso» auf den Markt, das heisst, mit mehr oder weniger ausgeprägter blauer Marmorierung. Damit diese zustande kommt, wird der Milch *Penicillium gorgonzola*, ein essbarer Edelschimmelpilz, zugefügt. Nach einigen Tagen wird der Käse pikiert. Dabei werden mit Nadeln Luftkanäle in den Käse gestochen, wodurch Sauerstoff eindringen kann, den der Edelschimmel für sein gleichmässiges ▶▶



►► Wachstum benötigt. Danach reift der Weichkäse bis zu zwei oder drei Monate lang. Zum Schluss wird der Gorgonzola in Alufolie oder in anderes schützendes Material verpackt. Eine Spezialität ist der cremige und mild schmeckende «Masgonzola». Bei dieser Delikatesse wird der Gorgonzola mit abwechselnden Mascarpone-Schichten angeboten.

Trotz seines ausgeprägten Aromas lässt sich Gorgonzola in der Küche äusserst vielseitig einsetzen. Der edle Blauschimmelkäse eignet sich zur Verwendung in Rahm- und weissen Saucen, in Salatsaucen oder als Würfel auf dem Salat, auf Gratins, Wähen oder Käsekuchen, als Füllung für Fleisch oder Geflügel. Und natürlich gehört ein Stück Gorgonzola auf jede gut assortierte Käseplatte. Zum Gorgonzola passende Weine sind vor allem Süssweine aller Art, aber auch Portwein harmoniert bestens zum grossen Käse aus Italiens Norden. ■

FOTO: PRISMA



### Fingerfood

## Ciabatta mit Stangensellerie und Gorgonzola



### Zutaten Für 4 Personen

4 Scheiben Ciabatta (Pain Artisanal)  
220 g Gorgonzola  
40 g Stangensellerie (ca. 1 Stange)  
frisch gemahlener Pfeffer

### Zubereitung

Beim Gorgonzola die Rinde wegschneiden und den Käse in Stücke zerteilen. Den Gorgonzola mit einem Esslöffel in einer Schüssel möglichst cremig verrühren. Den Stangensellerie waschen, trocknen und den Stiel und die kleineren Blätter grob hacken. Ein Esslöffel der gehackten

Blätter zurückbehalten, den Rest des gehackten Stangenselleries mit dem Gorgonzola mischen und mit Pfeffer würzen. Die Ciabattascheiben im Toaster rösten. Die abgekühlten Ciabattascheiben mit der Gorgonzola-Mischung bestreichen und mit den gehackten Blättern garnieren.

### Vorspeise

## Lauch-Kartoffel-Gorgonzolasuppe

### Zutaten Für 4 Personen

400 g Lauch (ca. 3 Stangen)  
400 g mehligkochende Kartoffeln (ca. 2 Kartoffeln)  
1 l Gemüsebouillon

1 dl Rahm  
100 g Gorgonzola «intenso»  
Salz und frisch gemahlener Pfeffer

### Zubereitung

Den Lauch waschen und in ca. 1 cm grosse Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen und in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden. Das Gemüse zusammen mit der Gemüsebouillon in einem Topf kurz aufkochen und anschliessend ca. 25 Min. zugedeckt bei mittlerer Hitze kochen. Die Suppe mit dem Stabmixer pürieren und mit Rahm verrühren. Die Suppe sollte eine cremige Konsistenz haben. Bei geringer Hitze die Suppe nochmals erwärmen. Unterdessen den Gorgonzola in Würfel schneiden. Die Suppe auf vier Teller verteilen und mit den Gorgonzolawürfeln garnieren.



Weitere Rezepte:  
Seite 24. ►►

### Hauptspeise

# Gnocchi mit Spinat-Masgonzola-Sauce

### Zutaten

Für 4 Personen

500 g Gnocchi di patate  
230 g gefrorener Blattspinat  
4 EL Gemüsebouillon  
400 g Masgonzola (50% Mascarpone, 50% Gorgonzola)  
Salz und frisch gemahlener Pfeffer  
2 EL geschnittener Schnittlauch



### Zubereitung

Gnocchi nach Packungsanweisung in siedendem Salzwasser zubereiten. Unterdessen den Blattspinat in der Gemüsebouillon zugelegt ca. 10 Min. garen. Den Blattspinat in ein Sieb

geben, leicht ausdrücken und beiseitestellen. In einem Topf den Masgonzola bei mittlerer Hitze schmelzen, den Spinat dazugeben und umrühren. Die Sauce nach Geschmack salzen und pfeffern.

Die Gnocchi auf vier Teller verteilen, die Spinat-Masgonzola-Sauce über die Gnocchi verteilen und den Schnittlauch darüberstreuen, dann sofort servieren.

ANZEIGE

Schweiz. Natürlich.



Entdecken Sie, wie unser Held der Natur seine Geschwister fallen sieht, sich unsterblich verliebt und aus seinem reinen Geschmack eine runde Sache macht.

Unter [www.bio-suisse.ch/helden](http://www.bio-suisse.ch/helden)

**Bio Knospe. Bringt den Geschmack zurück.** **BIO SUISSE**



**Dessert**

## Gorgonzola- Portwein- Creme

**Zutaten**

Für 4 Personen

300 g Gorgonzola «intenso»  
80 g saurer Halbrahm  
3 EL Portwein  
4 Trauben

**Zubereitung**

Beim Gorgonzola die Rinde wegschneiden und den Käse in Stücke zerteilen. Den Gorgonzola zusammen mit 2 EL Portwein und saurem Halbrahm mit dem Stabmixer möglichst fein pürieren. Anschliessend mithilfe eines Spritzsacks die Creme auf vier Gläser verteilen und für eine halbe Stunde in den Kühlschrank stellen. Vor dem Servieren den restlichen Portwein über die Creme verteilen. Die Trauben in feine Scheiben schneiden und damit die Creme garnieren. Zusammen mit einem Nussbrot und einem Gläschen Portwein als Nachspeise servieren.



Diese Rezepte und Fotos finden Sie auch im iPad-Magazin der Coopzeitung und unter:

[www.coopzeitung.ch/gorgonzola](http://www.coopzeitung.ch/gorgonzola)



ANZEIGE

# «Endlich lohnt sich Sparen wieder.»



## Attraktive **1,6% Zins\*** / Sparkonto Plus

- ✓ Gratis-Kontoführung
- ✓ Hohe Verfügbarkeit

[www.AXAbank.ch](http://www.AXAbank.ch)

oder in Ihrer AXA Winterthur-Agentur

**AXA** **BANK**

Sparen / **neu definiert**

\* Das Angebot gilt ausschliesslich für Neukunden für das Erstkonto und/oder für Neugeldzuflüsse auf dem ersten Sparkonto Plus bis zu einem Kontosaldo von CHF 50'000 pro Kunde. Bei Online-Beantragung eines Sparkonto Plus bis und mit 10.12.2010 ist der Zins bis zum 31.01.2011 garantiert. Preise und Konditionen sind jederzeit abrufbar unter [www.AXAbank.ch](http://www.AXAbank.ch).

## Endlich ist Pilzzeit

Zu diesem Pilzgericht gibts selbst gemachte Safran-Gnocchi. Das bringt Farbe und Abwechslung auf den Teller.



# Pilzgeschnetzeltes mit Safran-Gnocchi

Rezept Nr. 38 zum Sammeln [www.coopzeitung.ch/rezept](http://www.coopzeitung.ch/rezept)





Sehen Sie Betty-Bossi-Rezeptredaktorin Claudia Stalder im Video in unserem iPad-Magazin und unter: [www.coopzeitung.ch/rezept](http://www.coopzeitung.ch/rezept)

## Pilzgeschnetzeltes mit Safran-Gnocchi

### Zutaten

**Für 4 Personen**  
pro Person ca. 1703 kJ/407 kcal

### GNOCCHI

75 g feine getrocknete Kartoffelflocken (für Kartoffelstock)  
170 g Weissmehl  
1½ TL Salz  
1 Briefchen Safran  
3 dl Milchwasser (½ Milch/½ Wasser)  
3 frische Eier  
Salzwasser, siedend

Bratbutter zum Braten

### PILZE

Bratbutter zum Braten  
500 g Pilze (Champignons,

Eierschwämme, Kräuterseitlinge), je nach Grösse ganz, halbiert oder in Vierteln  
3 Bundzwiebeln, Zwiebeln gehackt, Grün in feinen Ringen, beiseitegestellt  
1½ dl Gemüsebouillon  
1 dl Weisswein  
4 g getrocknete Steinpilze, sehr fein gehackt  
2 Zweiglein Estragon  
1 dl Saucenhalbrahm  
½ TL Salz, wenig Pfeffer

**Vor- und Zubereitungszeit**  
ca. 40 Minuten  
Quellen lassen: ca. 30 Min.

### Zubereitung

**GNOCCHI:** Kartoffelflocken, Mehl, Salz und Safran in einer Schüssel mischen. In der Mitte eine Mulde eindrücken. Milchwasser und Eier verrühren, nach und nach gut mischen. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. giessen, mit einer Kelle sehr gut mischen. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen. Masse in einen festen Gefrierbeutel geben, eine Ecke abschneiden. Von der Masse ca. 2 cm lange Stücke direkt ins siedende Salzwasser herausdrücken, mit einem Messer oder einer sauberen Küchenschere abschneiden. Gnocchi ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen (ca. 3 Min.), mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen.

Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Gnocchi unter gelegentlichem Wenden knusprig braten.

**PILZE:** Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Pilze portionenweise je ca. 3 Min. anbraten. Zwiebeln, Steinpilzpulver und Estragon ca. 2 Min. mitbraten. Bouillon und Wein dazugiessen, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 10 Min. köcheln. Rahm daruntermischen, ca. 2 Min. weiterköcheln. Beiseitegestelltes Zwiebelgrün beigegeben, würzen.

**SERVIEREN:** Pilze anrichten, Safran-Gnocchi dazu servieren.

### Gut zu wissen

### Getrocknete Steinpilze eignen sich als Vorrat



**Thekla Homberger**  
Fachstelle  
Ernährung

Frische Speisepilze, zu denen auch der Steinpilz gehört, sollte man möglichst frisch kaufen. Sie sollten nicht trocken, schmierig oder verfärbt sein und auch keine Druckstellen haben. Da Steinpilze sehr rasch verderben, kann man sie höchstens zwei Tage lang im Kühlschrank aufbe-

wahren. Im Vorrat praktisch sind getrocknete Steinpilze. Diese sollte man etwa 15 Minuten in warmem Wasser einweichen, anschliessend die stark aromatisierte Flüssigkeit durch ein Sieb abgiessen und zum Beispiel für eine Sauce verwenden. Die Pilze dann unter fliessendem Wasser gut abspülen und abtropfen lassen. Pilze passen gut als Einlage in Suppen und Saucen, zu Fleischgerichten oder in Pilzschnitten und im Risotto.

### Der passende Wein Merlot Ticino DOC Bianco Solivo

**Preis:** Fr. 16.90/75 cl  
**Herkunft:** Tessin  
**Rebsorte:** Merlot  
**Genussreife:**  
1-3 Jahre ab Ernte  
**Erhältlich:** in grösseren Coop-Verkaufsstellen oder unter:

▶ [link](http://link)  
[www.coopathome.ch](http://www.coopathome.ch)

