



Rezept

Ostereier – mal etwas anders

An Ostern sind Eier ein Muss. Aber müssen es immer Hühnereier sein? Für Food-Bloggerin Nicole Hasler sind Guggelihoden eine Delikatesse. In der Form erinnern sie an daumengrosse Cipollata-Würstchen. «Zart und aromatisch, stehen sie jedem Pouletbrüstchen geschmacklich die Show. Und sie sind eine witzige Alternative zu den traditionellen Ostergerichten», sagt Hasler.

Wie andere Innereien fanden Guggelihoden früher mehr Verwendung in der Küche. Gemäss dem Kochbuch «Das kulinarische Erbe der Alpen» war es üblich, dass der Hühnermetzger von Hof zu Hof zog und als Lohn Hahnenkämme und -hoden für sich behalten durfte.

Für den Beobachter hat Nicole Hasler ein Rezept kreiert.



Eier von glücklichen Guggeli mit Frühlingssüppchen

Vorspeise für 2 Personen

ZUTATEN

für die Suppe

- 1 Bund Radiisliblätter, nur das Grüne grob hacken
- neutrales Öl zum Anbraten
- Hälfte einer kleinen Sellerieknolle, geschält und in 1 cm grosse Würfel geschnitten
- 1 kleine Zwiebel, gehackt
- 5 dl selbstgemachte Gemüsebouillon
- Gewürze: Curry, Salz und Pfeffer

für die Guggelihoden

- 2 TL milde Sojasauce
- 1 kleine Knoblauchzehe, gepresst

ZUBEREITUNG

- 1) Guggelihoden 1 Stunde lang marinieren.
- 2) Das Öl in einem Topf erhitzen. Radiisliblätter und Zwiebel andünsten. Sellerie beigeben und mit der Bouillon ablöschen.
- 3) Alles aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze weich garen.
- 4) Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Gewürzen abschmecken.
- 5) Guggelihoden bei mittlerer Hitze je 3 Minuten beidseitig anbraten. Je ein Hödeli längs auf ein Spiessli stecken und mit der Suppe servieren.

Achtung: Guggelihoden sind sehr empfindlich. Bei zu grosser Hitze können sie platzen. Guggelihoden gibts zum Beispiel beim Hof Silberdistel, der das Projekt «Huhn mit Bruder» für nachhaltige Hühnerzucht und Eierproduktion unterstützt (www.huhnmitbruder.ch).

Clopath: Es gibt sicher Köche, die schon lange mit Innereien arbeiten. Aber es hat einen Schub gegeben von jungen Leuten, die das ernst nehmen und sich wirklich für das Thema interessieren. Und da wir mit Social Media aufgewachsen sind, sind wir auffälliger als die Köche, die das schon seit 30 Jahren machen.

Schälchli: Manchmal habe ich aber schon das Gefühl, dass wir in unserer kleinen urbanen Blase leben, in der alle so kochen wie wir und sich über das Essen eine Identität schaffen.

Clopath: In der Bäuerinnschule bin ich auf die Welt gekommen. Von 19 Frauen hatten nur drei schon etwas von Slow Food gehört.

Hasler: Es gibt ja den Trend zu mehr einheimischen Produkten. Innereien passen gut dazu. Man kann exotisch und gleichzeitig regional essen. Derzeit erlebt zum Beispiel das Leistenfleisch eine kleine Renaissance.

Rindszwerchfell hat man früher verwurstet, dann als Katzenfutter abgewertet. Dabei schmeckt es super, etwa als Steak auf dem Grill.

Schälchli: Wir haben so viele spannende Lebensmittel aus unserer Region und unseren Nachbarländern. Im Alpenraum gibt es 3000 Pflanzenarten, in der Schweiz 30 Randensorten. Für Exotik muss man überhaupt nicht weit weg suchen.

Clopath: Ich habe gestern mit einem Gemüsebauern gesprochen, der im Winter 400 Sorten Gemüse anbaut. Das ist doch Wahnsinn.

Hatten die Leute früher mehr Bewusstsein fürs Essen?

Alle: Nein.

Hasler: Als ich das Kochbuch meiner Urgrossmutter von 1901 fand, dachte ich: Das wird eine kulinarische Offenbarung. Aber die Gerichte zeugten davon, wie wenig Lebensmittel damals vorhanden waren. In der gebrannten Crème hatte es nicht mal Rahm! Wir haben heute viel mehr Möglichkeiten. Man muss sie einfach nutzen. ▶