



Das Noma in Kopenhagen ist eine Kulinarikinstanz. Mehrmals wurde es zum besten Restaurant der Welt gekürt, derzeit zählt es über 90 Mitarbeiter, eigene Landwirtschaft in der Stadt inklusive. Was hier aufgetischt wird, gibt weltweite Standards in der Spitzengastronomie vor. Diese Woche erscheint „The Noma Book of Fermentation“ von Chefkoch Rene Redzepi und Head of Fermentation David Zilber. Letzteren traf der Falter in der dänischen Hauptstadt zum Interview.

Falter: Herr Zilber, Sie stammen aus Kanada, was hat Sie ins Noma gebracht?

David Zilber: Ich habe dem Küchenteam einen sehr leidenschaftlichen Brief geschrieben und sie haben mir geantwortet. Man muss sich einfach was trauen bei Bewerbungsschreiben.

Wir treffen uns hier bei einer Veranstaltung namens „Fermentation and Feminism“, was haben diese Begriffe miteinander zu tun?

Zilber: Wer wirklich verstehen will, was Fermentieren bedeutet, muss sich auf die Welt der Mikroben und der Menschen einlassen. Beim Feminismus ist es das Gleiche. Wir sehen uns nicht nur Mann und Frau an, sondern die globale Wechselbeziehung zwischen zwei Geschlechtern, auf der die gesamte menschliche Spezies aufgebaut ist. Sind sie gleich? Wer hat mehr Einfluss? Wer hat mehr gelitten? Es gibt eine Schnittmenge zwischen Mensch/Mikroorganismus und Frau/Mann.

Woher kommt der Trend zum Fermentieren?

Zilber: Es ist etwas Neues, was eigentlich gar nicht neu ist. Trends sind ja eigentlich nur Dinge, denen Menschen gerade Beachtung schenken. Fermentierung ist eine Alternative zum Essen, das Leute schon viel zu lange vorgesetzt bekommen haben. Ich bin in einem Mittelschichtapartment in Kanada aufgewachsen, meine Eltern waren nicht reich, wir haben Fastfood, Essen in Kartonboxen gegessen. Neben Käse, Essig, Brot und Wein hatte ich nicht viel mit Fermentierung zu tun, abgesehen davon hatte ich keine Ahnung davon, wie diese Produkte eigentlich hergestellt werden. Fermentierte Speisen sind eigentlich etwas Urtraditionelles. In Korea geben die Großmütter seit vielen Jahrhunderten ihre Kimchi-Rezepte an ihre Enkelinnen weiter. Und dann kamen die Leute, die sich dachten: „Hm, man könnte noch viel mehr machen als einfach nur klassische Sojasauce.“ Nicht nur, weil es geschmacklich interessant ist, sondern auch, weil der Prozess Nährstoffe besser für den Körper verfügbar macht und weil wir damit wichtige Mikroorganismen aufnehmen.

Was passiert während des Fermentierens?

Zilber: Es ist eine Umwandlung, die stattfindet. Man nimmt eine Zutat und verändert die Chemie des Ursprungsproduktes, normalerweise konserviert Fermentierung auch. Es entstehen neue aromatische Verbindungen, die einen intensiven, oft geschmacksverstärkenden Effekt haben. Viele Vitamine und Spurenelemente werden bioverfügbarer und meistens werden die Produkte durch die Fermentierung auch wesentlich länger haltbar. Deswegen hat diese Lebensmitteltechnik einen festen Platz in der Geschichte.

Wenn Lebensmittel verderben, ist meistens auch ein Fermentierungsprozess im Spiel. Wie kann man verhindern, dass Giftstoffe und Krankheitserreger entstehen, wenn ich zum Beispiel Sauerteig herstelle?

„Nur Schweineblut habe ich noch nicht fermentiert“

Der Fermentierer des Noma, David Zilber, erklärt, was beim Fermentieren genau passiert und worauf man achten muss

GESPRÄCH: NIKOLAI ATEFIE / KOPENHAGEN





David Zilber ist Cheffermentierer im Kopenhagener Restaurant Noma

Zilber: Man muss die Bedingungen kontrollieren, das ist meine Aufgabe als Fermentierer (Gärmeister). Ich gebe die Regeln vor und dementsprechend werden sich die Mikroorganismen verhalten, also sich entwickeln oder eben nicht. Damit kann ich verhindern, dass ein Schimmelpilz auf meinem Sauerteig wächst, dessen Gifte mir zum Beispiel Bauchweh verursachen. Gleichzeitig kann ich aber das Wachstum von Milchsäurebakterien fördern und damit auch einen guten Sauerteig entwickeln.

Kann man eigentlich alles fermentieren?

Zilber: Holz zum Beispiel lässt sich nicht fermentieren. Es gibt wenige Pilze, die Holz verrotten lassen, das lässt sich aber nicht essen. Wobei, man kann Shiitake auf Baumstämmen wachsen lassen und essen ...

Welches Ihrer unkonventionellen Fermentierungsprojekte ist gescheitert?

Zilber: Ich hatte diese vielversprechende Idee, Schweineblut zu fermentieren, es hätte das „Einhorn“ unter all meinen Rezepten werden sollen. Ich wollte daraus eine Fischsauce machen, also Fisch schneiden, einzeln und bis zu einem Jahr vergären. Das funktioniert gut, weil Fisch viel Protein hat, und auch Schweineblut hat diese Zusammensetzung, man kennt es ja von Blutwurst, es ist fast analog zu Eiklar. Ich dachte, ich könnte es zu einer aromatischen Flüssigkeit fermentieren, aber am Ende ist es immer verdorben und hat nach rostigem Eisen geschmeckt. Ich habe sogar ein Schlachthaus gefunden, das mir das Blut in einer Zentrifuge getrennt hat, um nur das Plasma verwenden zu können, es hat aber trotzdem nicht funktioniert, dabei war es eine großartige Idee.

Sie sind ausgebildeter Schlachtmeister, fermentieren Sie auch Fleisch?

Zilber: Wir bereiten uns im Noma gerade für die Wildsaison vor. Wir spielen uns mit Würsten und Charcuterie. Damals in der Fleischhauerei habe ich die fermentierten Klassiker gemacht: von echter Salami bis Chorizo. Eigentlich interessant, weil die Leute gar nicht darüber nachdenken, dass sie schimmelige Wurst im Supermarkt kaufen, aber die Salami ist von der Species *Penicillium nalgiovense* weiß bedeckt. All diese seltsamen, fremdwirkenden Mikroben sind präsepter in unserer Welt, als die meisten Menschen das glauben würden, einfach, weil sie unaufmerksam sind.

Was ist Ihr Lieblingsrezept?

Zilber: Linsenmiso. Miso ist eine fermentierte Paste aus Sojabohnen und geschimmeltem Reis. Ursprünglich kommt es aus China, wurde dann nach Japan gebracht und hat sich dort kulinarisch verfestigt. Man braucht immer Hülsenfrüchte und Getreide, in unserem Rezept verwenden wir eben Linsen und Gerste. Noma ist zwar ein nordisches Restaurant, aber wir haben einen landwirtschaftlichen Betrieb auf einer kleinen Insel im Südosten Schwedens gefunden, der seit hunderten Jahren Linsen anbaut. Darauf haben wir das absolut beste, süßlich-pfeffrige Miso, das man sich nur vorstellen kann, gemacht.

Einen Abend im Noma kann sich nicht jeder leisten. Wie können Menschen mit niedrigen Gehältern trotzdem gut essen?

Zilber: Einfach selbst zu Hause fermentieren, es ist wirklich nicht so schwer, wie man vielleicht glaubt, unser Buch hilft da auch unerfahrenen Hobbyköchen weiter. ☞

Adressen:
Blub: 16., Yppenplatz,
Samstagsvormittag
Vero// Fermento: 9.,
Währinger Gürtel 162/2

Fermentieren ist angewandte Chemie: Zilber und sein Küchenlabor

FOTOS: LTV

Aus Nuss mach Käse, aus Zwetschke mach Kimchi. Wiener Fermentierungspioniere

:: Salz ist ihr Gold, Bakterien sind ihre Küchenhilfen. Bei Blub, dem Genussprojekt des jungen Kochpaars Ulrich und Saly Wolfer, dreht sich alles um die gesteuerte mikrobielle Veränderung von Lebensmitteln. Von Salzgurken über fermentiertes Gemüse auf arabische Art (Torshi) und vegane koreanisches Kimchi bis hin zu scharf eingelegtem Chinakohl mit Weingartenpfirsich aus dem Weinviertel. „Das wichtigste Werkzeug für unsere Arbeit ist die Salzlösung“, sagt Ulrich.

Das Salz verändert das Milieu in den Gärtöpfen, reduziert die Wasserverfügbarkeit und verhindert damit, dass die in der Luft befindlichen Hefen eine alkoholische Gärung starten. Dadurch verderben ihre Produkte nicht, sondern entwickeln sich geschmacklich weiter. Und weil als Nebenprodukt oft CO₂ entsteht und es zu blubbern beginnt, nannten sie ihre Ottakringer Firma eben Blub. Was genau passiert, erklärt Clemens Peterbauer, Professor für Lebensmitteltechnologie an der Boku. „Zucker als leicht verwertbare Energiequelle wird von Mikroorganismen, in diesem Fall Milchsäurebakterien, verstoffwechselt und zu Fermentationsprodukten umgewandelt, es entstehen beispielsweise Milchsäure, Essigsäure oder Ethanol, alles natürliche Konservierungsmittel.“ Im Abbauprozess entstünden Aminosäuren und Fettsäuren, die in weiterer Folge zur Produktion vieler flüchtiger Substanzen führten, aktiven Geschmacksstoffen.

So wie die meisten Zutaten von Blub wird alles, was vergoren oder verkocht wird, entweder selbst gepflückt oder von Kleinstproduzenten aus der Nähe bezogen. Manchmal würden ihnen Kunden sogar Obst und Gemüse aus dem Privatgarten bringen, oft besonders seltene Gewächse und alte Sorten. Für große Chargen reicht das dann meist nicht, deswegen verkaufen sie viele Kreationen als Microbatches, also sechs Gläser oder weniger.

Ulrich hat in den besten Küchen der Welt gelernt, unter anderem auch in Toronto. Dort, bei der gemeinsamen Arbeit, habe ihn Saly regelrecht mit ihren Kochkünsten verführt. Ihr Vater stammt aus Syrien, ihre Mutter von den Philippinen, geboren wurde sie in Kuwait. Der Kulturmix in der Familie würde sich auch geschmacklich in ihren Kreationen bemerkbar machen.

Ein paar Kilometer weiter nördlich leuchtet vis-à-vis der U6-Station Nußdorf-

fer Straße seit einigen Wochen prominent platziert der grün-weiße Schriftzug „Il Fermento“ an einer Hausfassade. Hier in der Küche der Bio-Pizzeria Vero ist auch die Mikromanufaktur von Barbara Delmestri beheimatet. Sie macht Käse aus Mandeln und Cashewnüssen, die sie mit Laktobazillen aus der Familie der Milchsäurebakterien fermentiert.

Also Käse, der keiner ist und den sie auch nicht so nennen darf. Laut Urteil des Europäischen Gerichtshofs dürfen nur Produkte tierischen Ursprungs Namen wie Joghurt, Butter oder eben Käse tragen. „Diese EU-Regel ist völlig an den Haaren herbeigezogen. Ich glaube, es ist eine größere Konsumenttäuschung, wenn man Apfelsaft verkauft, der mit Schweinegelatine geklärt wurde, ohne das zu deklarieren“, ärgert sich Barbara Delmestri.

Kreative Lösungen für „Il Fermento“ waren schnell gefunden, ihr Frischkäseersatz mit Kräutern wurde „Prima Vera“ getauft, den veganen, Liptauer-ähnlichen Brotaufstrich nennt sie „Lippower“ und das gerade erst entwickelte Getränk „Buttämüch“ ist, no na, der Buttermilch nachempfunden.

Barbara Delmestris Steckenpferd ist aber ihr „Mozzabella“, der im Pizzaofen wunderbar cremig wird, Fäden zieht und beim Backen sogar eine Kruste bekommt – und auch geschmacklich an das Original aus dem Euter herankommt. Erforscht sei das noch nicht vollständig, erklärt Clemens Peterbauer. „Vermutlich fallen die Speicherproteine der Nüsse durch die Ansäuerung aus, ähnlich wie bei echtem Käse durch das Casein in der Milch.“

Delmestris fermentierte, käseähnliche Bioprodukte sind die einzigen auf Nussbasis und damit wesentlich gesünder und nahrhafter als die Konkurrenz. Alles andere, was man in den heimischen Supermärkten und Reformhäusern findet, besteht meistens aus Soja oder gar aus gehärteten Pflanzenfetten gemischt mit Stärke, Farbstoffen und Aromen.

Mit dem Fermentieren beschäftigt sich die studierte Architektin aus Triest schon viele Jahre. Im September war sie auf Fortbildung in Berlin und experimentiert seither mit Schimmelkulturen, bald schon sollen vegane Alternativen zu Camembert und Roquefort auf Nussbasis bei Il Fermento reifen. ☞

Fermentieren im Falter: 2015 berichtete Irena Rosc das erste Mal über den neuen Trend des Haltbarmachens



Bei Blub am Yppenmarkt gibt es Fermentiertes aller Art. Ulrich und Saly Wolfer (l.) sind Pioniere. Barbara Delmestri (r.) macht Käse – ohne Milch



FOTOS: LINA KRÖNCKE