Kulinarik und Gastronomie

**Österreichische Sojaprodukte als Chance für die heimische Gastronomie**

*(Wien, 10. Juli 2020) Nicht nur im Handel, auch in der Gastronomie wird die regionale Herkunft der Lebensmittel und ein erweitertes Angebot an fleischlosen Alternativen immer wichtiger. Sojaprodukte aus Österreich sind dabei in jeder Hinsicht eine Chance für die zuletzt stark gebeutelte Branche. Immer mehr Köchinnen und Köche entdecken das kulinarische Potenzial von klassischen Sojaprodukten wie Tofu, Tempeh, Miso und Natto und beziehen diese von Produzenten aus der Region. Wir haben Gastronominnen und Gastronomen zu Wort gebeten.*

Seit 15. Mai sind Gaststätten in Österreich wieder geöffnet. Eine Falstaff-Umfrage Ende April zeigte, wie eng die Österreicher mit ihren Restaurants, Gasthäusern und Beisln verbunden sind: Über drei Viertel der Befragten gaben an, dass sie ihre Gaststätten während des Corona-Lockdowns „sehr“ oder sogar „enorm“ vermisst haben. Dennoch steht die heimische Gastronomie nicht nur aufgrund des Lockdowns vor großen Herausforderungen. Gastronomen müssen auch auf veränderte Gästewünsche reagieren. Die regionale Herkunft der Zutaten und ein erweitertes Angebot an fleischlosen Gerichten wird den Österreichern immer wichtiger. Sojaprodukte aus Österreich sind dabei in jeder Hinsicht eine Chance.

**Der Trend ist eindeutig**

Gäste verlangen immer häufiger vegetarische und vegane Alternativen auf der Speisekarte. Das berichten Gastronomen unabhängig davon, ob sie aus der gehobenen Gastronomie, dem Betriebsrestaurant, der Marktgaststätte oder dem angesagten Take-away kommen. Grund für diesen Appetit ist das wachsende Bewusstsein, dass eine pflanzenorientierte Ernährung entscheidend zum Umwelt-, Klima- und Tierschutz beiträgt, die Gesundheit fördert und vor allem ausgezeichnet schmecken kann.

Die letzten Monate haben deutlich gemacht wie wichtig es ist, möglichst viele Lebensmittel und die Rohstoffe dafür im eigenen Land zu produzieren, damit in Krisenzeiten die Versorgung gesichert ist. Dies gelingt leichter und ist deutlich effektiver, wenn pflanzliche Lebensmittel direkt auf dem Teller landen anstatt den Umweg über den Tiermagen zu nehmen.

**Fehlendes Bewusstsein**

Der Wunsch der Konsumenten nach heimischen, regionalen Lebensmitteln ist eindeutig. Gerade Soja assoziieren Konsumenten jedoch häufig mit Regenwaldrodung und Gentechnik. Es fehlt das Bewusstsein, dass in Österreich bereits seit langem erfolgreich Soja produziert wird und dies ausnahmslos gentechnikfrei und zu fast 40 Prozent aus biologischer Landwirtschaft. Insbesondere bei Biobauern nimmt Soja eine herausragende Stellung ein. Die aktuelle AMA-Flächenerhebung zeigt, dass die Sojabohne bei biologisch wirtschaftenden Betrieben erstmals den Mais überholt hat und nun nach Weizen zur zweitwichtigsten Ackerkultur geworden ist. Österreichische Lebensmittelbetriebe erzeugen daraus eine breite Palette an Soja-Lebensmitteln, die auch im Gastronomie-Großhandel erhältlich sind. Eine im letzten Sommer durchgeführte Markterhebung zeigt, dass österreichische Soja-Produkte praktisch zur Gänze in Bio-Qualität angeboten werden.

**Österreichische Sojaprodukte finden Eingang in die regionale Gastronomie**

„Da ist es erfreulich, dass immer mehr Köchinnen und Köche das kulinarische Potential von klassischen Sojaprodukten wie Tofu, Tempeh, Miso, Natto und Sojasoße entdecken“, freut sich Elisabeth Fischer, Kochbuchautorin und Obmann-Stellvertreterin des Vereins Soja aus Österreich. „In Asien sind diese seit Jahrhunderten ein Herzstück der Kochkultur. Erst kürzlich wurde in Österreich auch ein rein mechanisch gewonnenes Sojatexturat entwickelt, das auch für die Gastronomie neue Möglichkeiten bietet.“

Kulinarisch spannende Zeiten also für Kochpioniere, die den Mut haben, auf pflanzliches Eiweiß zu setzen und innovative Speisen aus heimischen Sojaprodukten zubereiten. Die gentechnikfreien Sojabohnen dafür wachsen in Österreich. 2019 wurde die Rekordmenge von mehr als 200 000 Tonnen geerntet, rund die Hälfte davon wird zu Lebensmitteln verarbeitet. Elisabeth Fischer hat mit Gastronominnen und Gastronomen gesprochen, die bereits erfolgreich mit österreichischen Sojaprodukten kochen.

**Haubenkoch mit Liebe zum Tofu**

Einer, der bereits seit seiner Kindheit mit Tofu vertraut ist, ist der Haubenkoch Martin Kugler. Noch keine zehn Jahre alt, rät er seiner Mutter, den Tofu vor dem Braten doch in Marinade einzulegen, weil er ihn roh nicht überzeugt hat. „Bei mir war Tofu von Anfang an dabei, auch in der Haubenküche“, erzählt Kugler, der heute im Gasthaus „Zum fröhlichen Arbeiter“ in Apetlon am Herd steht. Während seiner Zeit im Restaurant „Zur blauen Gans“ setzt er Tofu-Tartar auf die Karte. „Ich war selbst überrascht, wie gut das angekommen ist“. 2014 lernt er am „Markt der Erde“ in Parndorf Ulla Wittmann von „Manufaba“ und ihren handgemachten Tofu kennen. „Sie erweitert ihre Produktpalette laufend, da ist für Abwechslung gesorgt.“ Das ist gut so, weil immer mehr Gäste nach anspruchsvollen vegetarischen und veganen Gerichten fragen. Tofu schmackhaft machen, das kann Martin Kugler. Als „Kickstart, besonders auch für ein jüngeres Publikum“ entwickelte er Avocado gefüllt mit limettenwürzigem Tofu und geräuchertem Erdäpfelschaum.

**Gutes Karma für Simone und Adi**

„Seit zehn Jahren ist Tofu in jeder Form eine meiner Lieblingszutaten, weil Tofu so unglaublich vielseitig ist“, erzählt die sympathische Inhaberin von „Karma Food“. „Kennengelernt habe ich ihn in asiatischen Restaurants und mich gleich verliebt. Auch nach Tempeh und Miso bin ich fast süchtig“, lacht Simone Raihmann, die gemeinsam mit ihrem Mann Adi an sieben Standorten in Wien und Klosterneuburg ihre Gäste mit vegetarischen und veganen Speisen glücklich macht. Als weltoffene Küche mit indisch-ayurvedischem Einfluss beschreibt Simone Adis Kochstil. Kein Wunder, bevor er nach Wien kam ist er im Punjab (Nordindien) aufgewachsen und aromatisiert nun seine Kreationen gerne mit ayurvedischen Gewürzmischungen nach altem Familienrezept. Das Ergebnis liest sich dann so: fruchtiges Zitronengras-Tempeh-Gemüse-Curry, Chioggia-Linsen-Quinoa-Räuchertofu-Bowl, Tofu-Bolognese Lasagne, Schokomousse mit Seidentofu oder Kürbis-Kurkuma-Miso-Suppe. Regionale, saisonale und qualitativ hochwertige Zutaten sind den beiden besonders wichtig. Das Miso wird in der Wiener Manufaktur „Wild & Wunder“ von Sirkka Hammer produziert. „Bei Gerichten mit Sojaprodukten gibt es oft eine Hemmschwelle, da macht es Klick und man denkt an Regenwald. Da müssen wir Aufklärungsarbeit betreiben, erzählen, dass in Österreich sehr viel Soja wächst und man es sich daher gleich doppelt so gut schmecken lassen kann“.

**Heute Braten, morgen Tofu-Tortilla**

600 Gäste kommen täglich zum Mittagessen ins „BahnBistro Erdberg“, einem Betriebsrestaurant der ÖBB, und jeder will auf seine Kosten kommen. Veganer und Vegetarier ebenso wie die Liebhaber herzhafter Fleischspeisen. Eine Herausforderung, die Michael Putz täglich meistert. Er ist Küchenleiter im Mitarbeiterrestaurant des ÖBB Business Competence Center im 3. Wiener Gemeindebezirk. Putz bestätigt, dass sich die Essgewohnheiten geändert haben: „Viele, die sich heute Braten mit Knödel schmecken lassen, freuen sich morgen über eine Tortilla mit mariniertem, gegrilltem Tofu.“ Seit 2003 wird im BahnBistro mit Tofu der „Sojarei“ aus Traiskirchen gekocht. Besonders beliebt sind vegane Bowls. „Alles Grün“ ist das Motto für die Green Bowl mit Salsa Verde Tofu, Brokkoli, Zucchini, Erbsen, Kohlsprossen und Quinoa. Auch Front Cooking kommt gut an. „Da gehen wir nach dem Bausteinprinzip vor und kombinieren beispielswiese gegrillten Tofu mit Spicy Krautsalat, Edamame und Süßkartoffeln oder Sesam Reis“. Wichtig ist, so Putz, dass auch fleischloses Essen attraktiv gestaltet wird. „Es soll so neugierig machen, dass es jeder haben will, auch die Fleischesser.“

**Furats veganes Lahmacun**

Den imposanten Holzbackofen in seinem „Fladenladen“ am Meidlinger Markt hat Furat zum größten Teil selbst gebaut. Die hitzespeichernden Basaltsteine dafür hat er aus seiner Heimatstadt Diyarbakir im Südosten der Türkei importiert. In der urigen Bäckerei wird live gebacken, unter anderem Lahmacun – Furats Spezialität. Eine Art Flammkuchen, der ursprünglich aus dem Libanon stammt. Auf den Teig, der nur aus Mehl, Wasser und Salz besteht kommt ein dünner Belag aus Gemüse, Fleisch, Kräutern und Gewürzen. Traditionell isst man Lahmacun frisch gebacken aus dem Ofen, belegt mit klein gewürfelten Tomaten, Gurken, Zwiebeln, Rotkraut, Petersilie und mit Zitronensaft beträufelt. „Immer öfter haben mich Gäste nach veganem Lahmacun gefragt. Da habe ich mir gedacht: Warum nicht?“, erzählt Furat. „Eine Kundin hat mich auf ein neues österreichisches Sojaprodukt aufmerksam gemacht, das hat mir gefallen“. Das rein mechanisch gewonnene Soja-Texturat des niederösterreichischen Produzenten „Soja Austria“ passte perfekt. „Die Gäste waren begeistert“, lacht Furat und bäckt nun auch vegane Varianten seiner gefüllten Brote und der Hauspizza mit dem Soja-Texturat aus österreichischen Sojabohnen.

**Natto zum Frühstück**

„Ich koche mit saisonalen, regionalen Lebensmitteln und überwiegend vegetarisch.“ Nina Strasser ist Inhaberin und Küchenchefin vom „Landkind“, einer Kombination aus Bauernladen und Marktcafé am Schwender Markt in Wien. „Vom frischen Gemüse, über Basics wie Reis, Bohnen oder Mehl bis hin zu Spezialitäten kommt bei uns alles von kleinen, nachhaltig arbeitenden Höfen. Was frisch vom Feld in den Laden kommt, finden die Gäste dann auch am Teller wieder.“ Nina ist in der österreichischen Küche verwurzelt, hat aber von ihren Reisen viele Eindrücke mitgebracht. „Das japanische Frühstück mit Natto findet ebenso Platz wie Spinatnockerl, Kichererbsen-Curry mit hausgemachtem Fladenbrot oder Krautfleckerl. “

Tempeh, ein fermentiertes, kompaktes Sojaprodukt haben Strasser und ihr Lebensgefährte und Geschäftspartner Stefan Rom, in Indonesien kennen und schätzen gelernt. Das wollten sie unbedingt im Sortiment und auf der Speisekarte haben. „Glücklicherweise haben wir Wolfgang Wurth von „Fairmento“ in Prellenkirchen getroffen. Er beliefert uns mit Tempeh und Natto, das sind fermentierte Sojabohnen mit ausgeprägtem Umami-Geschmack. Wir verwenden beides in unterschiedlichen Varianten.“ Etwa im Frühstück ‚Japan’ mit Reis, Spiegelei, Natto, hausgemachtem Kimchi, Frühlingszwiebeln und Kräutern. „Natto harmoniert überhaupt gut mit frischem Grün, etwa mit Brennessel-Spinat und gebratenen Austernpilzen“.

Tempeh, das wie eine Mischung aus Pilzen und Nüssen schmeckt, schneidet Nina in Scheiben und brät es mit Knoblauch knusprig goldbraun. Dazu serviert sie zum Beispiel Süßkartoffelpüree und Ofengemüse. Auch bei Speisen mit Tofu setzt Nina auf Vielfalt, beliebt sind Kürbiskern-Tofu-Aufstrich, Spinat-Tofu-Strudel und Waldviertler Erdäpfelknödel mit herzhafter Räuchertofu-Füllung. „Viele glauben gar nicht, dass da kein Fleisch drin ist“, freut sich Nina Strasser, die ihren Gästen, sofern sie nicht danach fragen, erst nach dem Essen mitteilt, dass die soeben gelobte Speise vegan war.

**Tofu-Tabouleh im Volkskundemuseum Wien**

Er entwirft und verwirklicht Gastronomiekonzepte und malt ausdrucksstarke Bilder. Ob in der Küche oder auf der Leinwand – Ibo Altun arbeitet mit kreativer Kraft. 1981 kam er aus der Türkei nach Österreich und begann als Jungkoch im Restaurant Siam. „Bei Küchenchef Meister Wong habe ich chinesisch kochen gelernt. Es gab auch sehr viele Gerichte mit Tofu“, erinnert sich Ibo Altun. „Es hat mich sehr überrascht, dass etwas, das Sojabohnenkäse heißt, so neutral, aber trotzdem gut schmeckt.“ Altun hat fasziniert, dass man Tofu so vielseitig verwenden kann, sowohl vegetarisch als auch in Fleisch- und Fischgerichten. Mapu Tofu etwa: Das ist eine chinesische Leibspeise, für die Tofu und Faschiertes in einer würzigen Sauce gesimmert werden. „Wir haben Tofu auch herausgebacken, in einer Glasnudelsuppe serviert oder gebraten mit Gemüse im Wok als Fastenspeise des Buddha angeboten. Besonders gern habe ich Tofu mit gekochtem Ei in einer molligen Knoblauch-Sojasoße gegessen. Dafür eignet sich etwas weicherer Tofu besonders gut“, erklärt der malende Koch, „so, wie jener der Familie Chu von „Evergreen“ in Oeynhausen, der nach einem taiwanesischen Familienrezept hergestellt wird“.

„Ich koche klassisch und modern, bin durch Entdecken erfinderisch“, beschreibt Ibo Altun seinen Kochstil, den auch die zahlreichen Besucher des Soja-Fusion Events im Volkskundemuseum Wien im September 2019 kennenlernen und genießen konnten. Für das Buffet mit österreichischen Sojaprodukten kreierte er eigens ein „Tofu-Tabouleh“: kräuterwürzig marinierter Tofu mit Granatapfelkernen, Petersilie, Minze, Olivenöl und Zitronensaft. Ibo Altun hat während seiner Kochlaufbahn immer wieder neue Rezepte mit Tofu, dem „Fleisch des Feldes“, entwickelt. Er ist überzeugt, dass die Nachfrage danach steigen wird: „Immer mehr Menschen wollen sich bewusst ernähren, wollen vegan und vegetarisch essen. Da sind Tofu-Gerichte ein Muss auf jeder Speisekarte – und sie schmecken ja auch hervorragend.“

**Über den Verein Soja aus Österreich**

Der Verein Soja aus Österreich ist eine Initiative österreichischer AkteurInnen aus allen Stufen der Soja-Wertschöpfungskette und zählt aktuell 35 Mitglieder: Saatgut-ZüchterInnen, (Bio-)Bauern und -Bäuerinnen, Verarbeitungsbetriebe, Lebensmittelunternehmen und -manufakturen, WissenschafterInnen und KulinarikexpertInnen. Der Verein arbeitet unabhängig und verfolgt keine wirtschaftlichen Ziele.

Der Verein engagiert sich dafür, Soja in das Bewusstsein der österreichischen Gesellschaft zu rücken. Soja soll als österreichische Kulturpflanze wahrgenommen werden. Die Mitglieder des Vereins fördern die gentechnikfreie und biologische Sojaproduktion in Österreich. KonsumentInnen sollen die Vielfalt der auf Basis ganzer Sojabohnen hergestellten Lebensmittel erfahren und als Teil einer ausgewogenen Ernährung wahrnehmen

**Die ausführlichen Interviews** finden Sie [hier](https://soja-aus-oesterreich.at/soja-aus-oesterreich/gastronomie/).

**Fotomaterial** zur freien Verwendung finden Sie [hier](https://soja-aus-oesterreich.at/pressefotos/).

**Rezepte** gibt es [hier](https://soja-aus-oesterreich.at/rezepte/).

**Rückfragehinweis:**

Elisabeth Fischer

Obmann-Stellvertreterin

Verein Soja aus Österreich

Mobil: +43 (0676) 6029167

E-Mail: [office@soja-aus-oesterreich.at](mailto:office@soja-aus-oesterreich.at)

Web: [www.soja-aus-oesterreich.at](http://www.soja-aus-oesterreich.at)