



Tofu – eine »Diva« aus dem

Ludwig Birschtzky produziert im Seewinkel Bio-Sojabohnen, Ulla Wittmann macht in ihrer **Manufaba** daraus Bio-Tofu. Selbst die älteren Damen aus dem Dorf schätzen nun den Fleischersatz. **VON KARIN SCHUH**

Früher war hier ein kleines Kaufhaus untergebracht. In einer ruhigen Gasse im burgenländischen Frauenkirchen erinnert ein verblasster Schriftzug immer noch an die Greißlerei. In der Auslage hängt noch eine mittlerweile antike Eistafel, eine alte Kredenz ist zu bestaunen und ein paar seltsam vertrocknete Halme (die sich später als Sojapflanzen herausstellen werden). Den Kaufmannsladen gibt es längst nicht mehr. Aber ein Geschäft gibt es hier dennoch – oder eben wieder.

Man muss dazu nur um die Ecke biegen, um in den kleinen Ab-Hof-Laden von Ulla Wittmann zu gelangen. Der hat allerdings nur einmal die Woche geöffnet und ein sehr begrenztes Angebot. Wittmann betreibt hier nämlich keine Greißlerei, sondern vielmehr eine Tofu-Produktion mit Ab-Hof-Verkauf. Einmal die Woche produziert sie aus den Bio-Sojabohnen, die ihr Lebensgefährte Ludwig Birschtzky anbaut, Tofu in unterschiedlichsten Varianten: natur, geräuchert, mit Chili oder als Fertiggericht wie Sauce Tofunese oder Chili con Tofu. Die Frauenkirchner können ihr dank gassenseitigen Fensters dabei zusehen. Verkauft wird der Tofu freitags ab Hof, auf Märkten oder auch an die Gastronomie, sofern diese denn offen hat.

Erster Versuche in der Küche. „Das neue Gebäude haben wir im Mai 2019 eröffnet, davor habe ich drei Jahre lang zu Hause in der Küche Tofu gemacht“, sagt Wittmann. Sie hatte eigentlich nie vor, in die Tofu-Produktion einzusteigen. Tofu war bis zu dem Zeitpunkt, als sie mit dem Experimentieren begonnen hat, auch nicht Teil ihres Speiseplans. Aber es hat sich schließlich so ergeben. „Schuld“ daran ist eigentlich ihr Lebensgefährte, der irgendwann

Er hat zunächst Soja für die Saatgutvermehrung angebaut, bis sie Tofu draus gemacht hat.

damit begonnen hat, auf seinen Feldern Sojabohnen anzubauen. Den ersten Soja-Anbauversuch hat er bereits in den 1990er-Jahren unternommen. „Damals waren wir noch kein Bio-Betrieb, wir haben erst 2002 auf Bio umgestellt“, sagt Birschtzky. In den 90ern waren aber die Preise für Soja nicht überragend, das Produkt noch zu exotisch. Ein paar Jahre später ist Birschtzky, der viel für die Bio-Saatgutvermehrung anbaut, aber dann wieder auf Soja gestoßen. 2008 hat er den nächsten Versuch gestartet. „Da war das Interesse größer, und auch die Rahmenbedingungen waren besser“, erinnert er sich.

Die Idee, aus den hauseigenen Sojabohnen dann auch Tofu zu machen, hat im Jahr 2015 dann sein Bruder aufgebracht. „Er meinte, wir haben ja Soja und Ulla ist eine begnadete Köchin, also warum macht ihr nicht Tofu“, erzählt er. Die Idee kam offenbar zum richtigen Zeitpunkt. Wittmann, die an der Boku studiert hat und bei einer Umweltschutzorganisation tätig war, war zu diesem Zeitpunkt gerade dabei, sich beruflich neu zu orientieren. „Also habe ich mit Tofu experimentiert, ich habe davor nichts von Tofu gewusst, aber es mithilfe des Internets einfach



ausprobiert.“ Und dabei Geduld und Durchhaltevermögen bewiesen. Es hat schon einige Versuche gebraucht, bis sie mit dem Ergebnis auch zufrieden war. „Ich hab schnell gemerkt: Tofu ist eine Diva.“

Im Herbst 2015 war sie mit ihrem Produkt das erste Mal beim Markt der Erde vom Verein Slow Food in Parnsdorf zu Gast. „Da bin ich auf ein aufgeschlossenes Publikum gestoßen. Das Interesse für regionalen Tofu war sehr groß“, erzählt sie fast noch immer ein bisschen überrascht.

Nach einem Jahr haben sie sich entschlossen, zu investieren und neue Produktionsmöglichkeiten zu bauen. „Heute kann ich schon davon leben“, sagt Wittmann stolz. Natürlich spürt auch sie den pandemiebedingten Wegfall der Gastronomie und der vielen Events, bei denen sie sonst ihre Produkte verkauft. Aber auch im Ort wird der Tofu gut angenommen. Was sie besonders freut, ist, dass auch ältere Damen am Freitag zu ihr kommen und ihren Tofu als Fleischersatz schätzen. Aber natürlich gibt es auch immer noch die Verweigerer, sagt Birschtzky. Das seien vor allem ältere Männer – wie sein Vater. „Aber dem schmeckt es auch, wenn ihm die Mama Spaghetti Bolognese macht, er glaubt halt, es ist mit Fleisch“, sagt er und schmunzelt.

Wundersame Vermehrung. Produziert wird aber auch jetzt, in der Pandemie, einmal pro Woche. Die Sojaernte wurde bereits im September und Oktober eingefahren. Danach werden die Sojabohnen gereinigt und eingelagert. Grundsätzlich können sie gleich nach der Ernte weiterverarbeitet werden. Wittmann verarbeitet pro Partie 26 Kilogramm Sojabohnen – und gewinnt daraus 60 Kilo Tofu. „Das ist die wun-

dersame Vermehrung, die aber am hohen Wassergehalt liegt“, sagt sie. Die Bohnen werden zunächst für 15 Stunden in kaltem Wasser eingeweicht. Anschließend werden sie gewaschen und gesiebt, um dann in einer Sojasmühle unter Zugabe von Wasser vermahlen zu werden.

Wittmann ist froh, sich professionelle Maschinen aus Taiwan angeschafft zu haben. „Die machen mir das Leben einfacher.“ Die Sojasmühle

Sogar Tofu-Verweigerer essen ihn, merken das aber nicht immer – etwas als Bolognese.

spuckt also auf der einen Seite Sojamilch (die nicht so heißen darf, sondern meist Sojadrink genannt wird) und auf der anderen die Feststoffe aus, die Okara genannt werden und meistens an die Hühner verfüttert oder auch auf dem Acker als Dünger aufgebracht werden. „Man kann es aber auch gut zum Kochen und Backen verwenden, es hat einen hohen Eiweißgehalt.“

Aus der Milch wird dann der Tofu gemacht, indem die Flüssigkeit in einem großen Milchkocher mit automatischem Rührwerk gekocht wird. Danach kommt sie – unter Beigabe von Nigari-Salz – in den Gerinnungstopf. Dort wird die Flüssigkeit ähnlich wie beim Käsemachen gerührt, „aber viel sanfter“, bis eine Art Bruch entsteht. Der kommt dann in spezielle Presskästen und anschließend wieder in einem Wasserbad über Nacht in den Kühlschrank. Am nächsten Tag wird er noch einmal geschwemmt, damit das Wasser die Molke herauszieht und der Tofu an Bitterkeit verliert. Erst dann kann

LEXIKON

TOFU UND SOJABOHNEN

Tofu ist ein Produkt, das aus der Milch von Sojabohnen hergestellt wird. Der Herstellungsprozess ist jenem von Käse ähnlich. Tofu hat vor allem im asiatischen Raum eine jahrtausendelange Tradition, wo er in vielen Ländern, allen voran in Japan und China, zu den Grundnahrungsmitteln zählt. Neben frischem Tofu (wie Seidentofu) gibt es geräuchert oder eingelegten Tofu.

Soja aus Österreich Der Anbau von Sojabohnen ist hierzulande nicht neu. Seit 1875 werden in Österreich Sojabohnen angebaut. Seit 2008 gibt es den Verein Soja aus Österreich, 2012 folgte der Verein Donau-Soja. Soja wird mittlerweile auf rund 69.000 Hektar angebaut und belegt in Österreich nach Mais, Weizen und Gerste Platz vier bei der Flächenstatistik. Pro Jahr werden rund 180.000 Tonnen erzeugt.

Seewinkel



KONTAKT

Manufaba. Ulla Wittmann und Ludwig Birschtzky bauen im burgenländischen Seewinkel u. a. Soja an und produzieren in ihrer Manufaba Bio-Tofu. Verkauft wird auf Märkten und ab Hof (Fr, 14–18 Uhr). Josefstraße 83, 7132 Frauenkirchen, www.manufaba.at

Ludwig Birschtzky und Ulla Wittmann in ihrer Manufaktur, in der auch Sauce Tofunese (oben) hergestellt wird.
/// Clemens Fabry

er verpackt oder weiterverarbeitet werden. „Und dann kommt das stundenlange Reinigen“, sagt Wittmann, die mittlerweile einen Mitarbeiter hat, der ihr bei der Arbeit hilft. Der Wasserverbrauch ist bei der Produktion dementsprechend hoch. Wittmann war dennoch überrascht, als sie bei der ersten Abzählung erfahren hat, genauso viel

zu verbrauchen wie ein durchschnittlicher Haushalt.

Die Produktion erfordert aber nicht nur viel Wasser, sondern auch viel Handarbeit. „Aber das schmeckt man auch, der Tofu schmeckt schon anders als industriell hergestellter“, sagt sie. Und sie hat auch schon neue Produkte in Planung.

So will sie aus den Feststoffen, die bei der Sojamühle zurückbleiben, dem Okara, Burger Patties herstellen. Und auch mit fermentierten Sojabohnen will sie sich in Zukunft auseinandersetzen. Die Frauenkirchnerinnen werden also bald noch mehr Abwechslung auf ihrem (fleischreduzierten) Speiseplan haben. ///

Das Rezept

von KARIN SCHUH



Tofu mit Frühlingszwiebeln

Zutaten: 300 g fester Tofu, in Wasser eingelegt, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 2 Chilischoten, 2 EL helle Sojasauce, Salz, 2 TL geröstetes Sesamöl, Zucker

Zubereitung: Tofu abtropfen lassen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Reichlich Wasser erhitzen, Tofu zugeben, einmal aufkochen, abschütten, unter fließendem kaltem Wasser abspülen, gut abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Chilischoten putzen, waschen und mit einer Schere in dünne Rollen schneiden. Beides mit den restlichen Zutaten zum Tofu geben und vorsichtig, aber gründlich mischen.

Tofu nach Shuzhou-Art eingelegt

Zutaten: 1 Block fester Tofu, in Wasser eingelegt (ca. 550 g), 250 ml Gemüsebrühe, 150 g Zucker, 100 ml dunkle Sojasauce, 1 gestrichener TL Salz, 2 Sternanis, Rapsöl zum Frittieren

Zubereitung: Tofu abtropfen lassen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Reichlich Öl im Wok erhitzen und den Tofu darin portionsweise frittieren. Die Scheiben vorsichtig bewegen, damit sie gleichmäßig goldbraun werden. Tofu mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Öl ausgießen, den Tofu zurück in den Wok geben, restlichen Zutaten dazugeben. Alles unter Schwenken auf etwa die Hälfte einkochen. In eine Schüssel füllen, auskochen lassen und ca. 24 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen.

Garnierung: Das Rezept stammt aus Ursula Heinzelmans Buch „China. Die Küche des Herrn Wu“ (Tre Torri, 2018), in dem Rezepte aus dem Berliner China-Restaurant Hot Spot versammelt sind. Heinzelmann hat diese für die deutsche Küche adaptiert, das heißt, man muss nicht für jedes Rezept zuvor ein asiatisches Spezialitätengeschäft aufsuchen.