



BR Fernsehen mit Frankens Starkoch

Beitrag

Ein Koch auf der Suche nach dem Besonderen, dem Besten – das ist der fränkische Starkoch Alexander Herrmann. Er reist wieder quer durch Bayern und lässt sich von spannenden Betrieben und nachhaltig hergestellten, regionalen Produkten inspirieren. Was der Sternekoch dabei alles aufgabelt, serviert er ab Sonntag, 31. März, in vier neuen Folgen seiner Sendung “Aufgegabelt” im BR Fernsehen. Alle Folgen sind vorab bereits ab Dienstag, 26. März, in der BR Mediathek verfügbar.

Folge 1 am Sonntag, 31. März, 17.15 Uhr

Die Bäuerin Gabi Buchöster aus Siegsdorf ist auch Kräuterpädagogin. Sie weiß genau, wo welche Wildkräuter wachsen, welche gesundheitlichen Wirkungen sie haben und vor allem, wie sie schmecken. Sternekoch Alexander Herrmann nimmt bei Gabi gerne ein paar Nachhilfestunden in der freien Natur und setzt sein neues Wissen gleich in der Küche um: in Form von leckeren Wiesenkräuter-Teigtaschen mit Muskat-Milchschaum.

Ebenso raffiniert ist das zweite Gericht, das Alexander bei Bärnau an der tschechischen Grenze “aufgabelt”. Dort besucht er Michael Bäuml, der neben seiner eher trockenen Haupttätigkeit als Bafög-Sachbearbeiter im Nebenberuf Flusskrebse züchtet. Schon als Kind hatte der Oberpfälzer seine Leidenschaft für die Schalentiere entdeckt und nach dem Abfischen der Teiche immer nach Krebsen gesucht. Von ihm erfährt Alexander alles über die richtige Aufzucht und wie man Krebse am besten “knackt”. Zurück im Kochstudio bereitet Alexander einen herrlichen Edelkrebs-Weißkraut-Eintopf mit Krebs-Crostini zu.

Die Gerichte in dieser Folge: Wiesenkräuter-Teigtaschen mit Muskat-Milchschaum und Edelkrebs-Weißkraut-Eintopf mit Krebs-Crostini

Folge 2 am Sonntag 7. April, 17.15 Uhr

Sie sind rund, haben einen Flaschenhals und tragen Namen wie Hokkaido, Roter Zentner oder Jack be little: Einen Kürbis-Crashkurs macht Alexander Herrmann im oberbayerischen Schwabhausen bei der Bäuerin Walburga Looch. Bei über 250 Kürbissorten auf ihrem Hof sucht sich Alexander einen

besonders aromatischen Butternut-Kürbis aus, um daraus einen gerösteten Ofenkürbis zu zaubern, der nicht nur die Vegetarier begeistert: “Wer da jetzt Fleisch vermisst”, meint Alexander, “dem ist nicht mehr zu helfen.”

Ganz verzichten müssen Fleisch-Fans dennoch nicht: Mitten im oberbayerischen Landkreis Traunstein spürt der Sternekoch einen Nachfahren des legendären Tyrannosaurus Rex auf – bei Marcus Scherr, der bei Schnaitsee eine Straußenfarm betreibt. Straußenfleisch gilt nicht nur als gesund, sondern als besondere Delikatesse. Alexander Herrmann bereitet daraus ein Straußensteak auf geröstetem Landbrot mit Rotweinzwiebeln zu.

Die Gerichte in dieser Folge: Gerösteter Ofenkürbis und Straußensteak auf geröstetem Landbrot mit Rotweinzwiebeln

Folge 3 am Sonntag, 14. April, 17.15 Uhr

Wie nähert man sich einer Gans? “Ganz langsam bewegen, weil Gänse sehr nervös sind”, rät Bäuerin Astrid Kriechenbauer dem fränkischen Meisterkoch, der diesmal auf dem Landgut Federkiel in der Oberpfalz zu Besuch ist. 350 Prachtgänse werden hier aufgezogen, völlig natürlich und immer draußen auf der Weide. So vorbildlich kann Viehzucht sein, und dass man das auch schmeckt, zeigt Alexander Herrmann im Anschluss in seinem Kochstudio: Es gibt Gänsefleischpflanzerl mit Steckrübenpüree und Essigzwiebeln. Als besonderes Schmankerl serviert er die Gänsebrust mit einem Spitzkohlsalat und einer ganz besonderen Spezialität: Salzkirschen. Die muss Alexander aber erst einmal holen – und zwar bei Thomas Wolf im mittelfränkischen Kalchreuth. Beim Pflücken stellt der Koch fest: Die süßesten Kirschen hängen ganz oben. Logisch, weil sie dort die meiste Sonne abkriegen.

Die Gerichte in dieser Folge: Gänsefleischpflanzerl mit Steckrübenpüree und Essigzwiebeln und Gänsebrust mit Spitzkohlsalat und Salzkirschen

Folge 4 am Sonntag, 21. April, 17.15 Uhr

“Eine Rose ist eine Rose – und die kommt nicht in die Vase, sondern in die Soße!”, sinniert Alexander Herrmann mitten im Rosenfeld von Petra Bergler-Fischer im oberpfälzischen Fensterbach. Hier werden über 2500 Blumenstöcke für kulinarische Zwecke gezüchtet. Aus den Damaszener-Rosen stellt Petra rund 40 Produkte her, vom Likör bis zum Gelée, vom Essig bis hin zum Senf. Und der hat es Alexander angetan. Als krönender Abschluss adelt der Rosensenf das Schweinefilet im Schinkenmantel.

Nach den Rosen wird es bei “Aufgegabelt” richtig “schnuckelig” – bei den Heidschnucken, einer Schafrasse, die ursprünglich aus der Lüneburger Heide stammt. Rund 400 Tiere treibt Johann Georg Glossner zur Landschaftspflege durch das malerische Altmühltal. Leider muss Alexander beim Besuch feststellen, dass er zum Leithammel nicht taugt. Die Herde will ihm partout nicht folgen. Dafür lässt er sich von dem guten Fleisch in der Küche inspirieren: Zu Heidschnucken-Medaillons und einem Brot-Risotto.

Die Gerichte in dieser Sendung: Schweinefilet im Schinkenmantel und Heidschnucken-Medaillons mit Brot-Risotto

Weitere Informationen zur Sendung gibt es unter www.br.de/aufgegabelt.

Text und Foto: Bayerischer Rundfunk



Kategorie

1. Gastronomie

Schlagworte

1. Bayerischer Rundfunk
2. Bayern