

# Köstlicher Wildwuchs

Sobald es in der Natur grünt und spriesst, ist Meret Bissegger auf der Pirsch. Jetzt hat die Tessiner Köchin und Kennerin ein Buch geschrieben

VON KARIN OEHMIGEN (TEXT) UND HANS-PETER SIFFERT (FOTOS)



Auf der Alp lernte sie die wilden, essbaren Pflanzen kennen: Köchin und Krautomanin Meret Bissegger

«Sieh einer an», dachte Meret Bissegger, als sie zum ersten Mal wild wachsenden Nüsslisalat entdeckte. «Den hat sicher einer ausgesät.» Heute weiss sie, dass es die Eigenschaft des Nüsslers ist, sich flächendeckend auszubreiten. Während der wilde Spinat, auch Guter Heinrich genannt, gern in der Höhe gedeiht, am liebsten in Gesellschaft von Brennnessel und Alpenampfer.

Meret Bisseggers Fundus an Kräutergeschichten ist schier unerschöpflich. Seit dreissig Jahren haben sie und das wilde Grün eine Amour fou, die nicht nur leidenschaftlich lodert, sondern auch hochgradig ansteckend ist. Ihre Sammel- und Kochkurse, die im Tessiner Ort Malvaglia beginnen und an der langen Tafel ihres Hauses, in der Casa Merogusto, enden, bringen immer neue Krautomanen hervor. Unter ihnen auch Hans-Peter Siffert, Fotograf von Beruf und Gourmet aus Passion. Schon an seiner ersten Exkursion wurde er vom Sammelvirus infiziert, überredete Meret Bissegger zu einem gemeinsamen Buchprojekt: «Meine wilde Pflanzenküche» heisst die Essenz ihrer zweijährigen, intensiven Zusammenarbeit und erscheint dieser Tage im Buchhandel. Rund 60 Pflanzen werden darin in allen Wachstumsphasen gezeigt und fachkundig beschrieben, die kulinarischen Möglichkeiten in 120 erprobten Rezepten offenbart.

Meret Bissegger, 1966 mit ihren Eltern und zwei Geschwistern von Basel nach Intragna übersiedelt, war schon als sechsjährige Nudel ein Gemüsefan. Zur Vegetarierin wurde sie nicht. «Ich esse gerne Fleisch, aber Salat und Gemüse haben bei mir einen bedeutend höheren Stellenwert.» Später, im Ristorante Ponte dei Cavalli in Cavagliano, das Meret Bissegger elf Jahre lang führte und das zur Pilgerstätte für Feinschmecker wurde, bewies sie ihre Virtuosität im Umgang mit Pastinake und Rande, zauberte aus Unkraut kulinarische Offenbarungen.

Die ersten Erfahrungen mit Giersch, Schaumkraut und Nessel machte sie als 20-Jährige bei der Arbeit auf einer Tessiner Alp. Dreieinhalb Marschstunden vom nächsten Laden entfernt, waren frisches Gemüse und Salate rar, für Meret Bissegger ein unhaltbarer Zustand. Morgens, wenn sie die Ziegen zusammentrieb, ging sie auf die Pirsch nach essbarem Grün, das sie am Mittag sammelte und am Abend unter den Eintopf mischte. Die Sennen assen mit wachsendem Appetit, was aber nicht nur am frischen Kraut, sondern an «meinem wohl gehüteten Sherry lag, mit dem ich die Speisen jeweils aromatisierte».

Auch heute steht immer eine Flasche Sherry zum Abschmecken von Saucen und Suppen in ihrer Küche – neben Hunderten von Gewürzen und Spezialitäten, die sie von Reisen mit nach Hause bringt. Ihre Obsession, alles Unbekannte sofort haben und probieren zu müssen, ist für die Teilnehmer an ihren Kursen und Tavolata ein grosser Gewinn. Meret Bissegger beim Kochen über die Schulter zu schauen, heisst nicht nur, eine mützlich wachsende Vorfreude auf das Essen zu entwickeln – es bedeutet auch, eine Unmenge wertvoller Tipps mit nach Hause zu nehmen: dass in Rotwein geschmorte Marroni den glasierten weit überlegen sind, dass Kohlsalate nie besser schmecken als mit ein, zwei Löffeln Apfelessig und dass wilder Hopfen wildem Spargel in nichts nachsteht.

Meret Bissegger ist eine streng saisonale Köchin. Nie käme ihr in den Sinn, im Juli, wenn in ihrem Garten die Sommergemüse reifen, an Wildpflanzen zu denken. Doch jetzt, im März, wenn die Saison in der Natur beginnt, ist sie unhaltbar stubenflüchtig. «Dann», sagte sie einmal, «werde ich zur Geiss.»

## BUCH, KURS UND TAVOLATA

«Meine wilde Pflanzenküche» von Meret Bissegger mit Fotos von Hans-Peter Siffert erscheint im März (AT-Verlag, 52 Fr.) und ist die perfekte Ergänzung zu den Sammel- und Kochkursen in der Casa Merogusto in Malvaglia TI. Nicht minder empfehlenswert sind Meret Bisseggers Tavolata mit Vorspeisenbuffet, Zwischengang, Hauptgang und süssem Finale. Infos und Daten über [www.meretbissegger.ch](http://www.meretbissegger.ch).



## KOCHEN MIT LEIMKRAUT UND VEILCHEN

### REISSUPPE MIT LEIMKRAUT

1 Zwiebel fein hacken, ¼ Sellerieknolle in kleine Würfel schneiden. 1 EL Öl in einen heissen Topf geben und das Gemüse andünsten. 1 l Milchwasser (halb-halb), 3 Lorbeerblätter, 100 g Vollkorn-Rundkornreis dazugeben und circa 50 Minuten kochen, bis der Reis gar ist. Muskatnuss, ganz wenig Nelkenpulver, 4 Handvoll Leimkraut und 1 EL Bouillonpulver zur Suppe geben, 5 Minuten kochen. Mit 2 EL Sherry und 50 ml Rahm abschmecken, 1 Minute aufkochen.

### VEILCHENSIRUP

1 l Veilchenblüten (Viola odorata), 300 ml Weisswein, 700 ml kaltes Wasser, 1 EL weisser Zucker und wenige Salzkörner in ein grosses Glas mit Schraubdeckel geben, mit Alufolie umwickeln, damit kein Licht dazukommt, und 4–7 Tage stehen lassen; dabei ab und zu umrühren. Dann durch ein Sieb abgiessen und die Blüten auspressen. Den Saft in einen Topf geben, 1 kg weissen Zucker dazugeben und unter Rühren aufkochen. Nur so lange kochen, bis der Zucker aufgelöst ist. 20 g Zitronensäure dazugeben und auflösen. Den Sirup in dunkle Flaschen abfüllen; kühl und dunkel lagern. Am besten vor dem Winter aufbrauchen. Tipp: Meret Bissegger serviert den Sirup zu Panna cotta [Buchtipps siehe Box].

