

# griffig & glatt

DIE WELT IST EINE SCHEIBE



Flammkuchen, Pizza, Lahmacun ... warum die ganze Welt verrückt nach Fladen ist

# ME/CFS HÄLT DICH GEFANGEN.

JEDE SPENDE HILFT BETROFFENE ZU BEFREIEN.

ME/CFS ist eine somatische, chronische Multi-systemerkrankung, die in Österreich nach Schätzungen bis zu 80.000 überwiegend junge Menschen betrifft und häufig nach viralen Infekten auftritt.

Schwerbetroffene liegen aufgrund ihrer Reizempfindlichkeit gegen Licht und Geräusche häufig in abgedunkelten Räumen und benötigen rund um die Uhr Pflege. Sie leiden vor allem unter extremer Belastungsintoleranz, die selbst kleine Aktivitäten wie Zähneputzen zur Tortur macht.

Derzeit gibt es keine anerkannten Therapien oder Heilung. Daher setzen wir uns für Anerkennung, Aufklärung und Forschung ein und möchten mit Ihrer Spende ein Lichtblick im Schattenreich der Krankheit sein.



[weandmecfs.org](http://weandmecfs.org)

Spendenkonto: AT95 2011 1842 5439 4200

# Liebe Leserinnen und Leser!

**W**as ist besser als ein gutes belegtes Brot? Ein frisch gebackenes belegtes Brot, warm aus dem Ofen und unwiderstehlich knusprig. Das kann man jetzt im Ströck-Feierabend in der Burggasse selbst nachprüfen: Seit Kurzem gibt es dort unsere Ströck-Flammkuchen. Wir backen diese herrlich knusprige französische Variante der Pizza aus Sauerteig aus frisch vermahlenem Bio-Vollkornmehl und toppen sie mit dem taufrischen Gemüse aus unserem Ströck-Feierabend-Garten und mit anderen ausgesuchten Zutaten – viel besser wird ein belegtes Brot nicht.

Weil uns das so außerordentlich gut schmeckt, wollen wir diese Ausgabe all den köstlichen Flach- und Fladenbroten dieser Welt widmen. Ab Seite 12

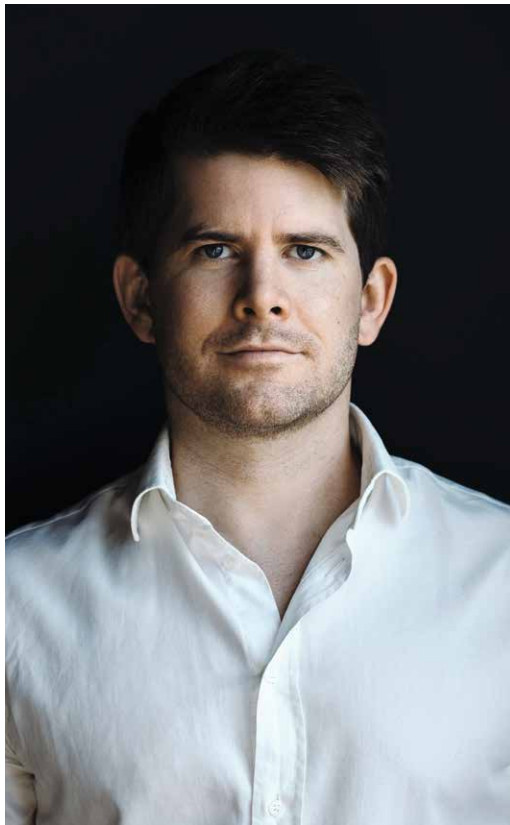


FOTO: LUKAS LORENZ

schauen wir uns an, warum Fladenbrote so unwiderstehlich sind und in welch vielfältigen Formen sie rund um die Welt genossen werden – vom ungarischen Lángos über das türkische Lahmacun bis hin zum indischen Naan. Auf Seite 6 besuchen wir Franco Pepe, den wahrscheinlich besten Pizzabäcker der Welt, in seiner einzigartigen Pizzeria *Pepe in Grani* nahe bei Neapel – der Mann hat ein eigenes Pizzalabor und hat wie kein anderer die aktuelle Welle an tollen Pizzerien geprägt.

Auf Seite 30 zeigen wir Ihnen dann endlich, wie unsere Ströck-Feierabend-Flammkuchen entstehen – und zwar von der Mühle bis zum fertig gebackenen Fladen, die Geschichte des Flammkuchens inklusive. Den wahrscheinlich besten Ofen für anspruchsvolle Heimfladenbäcker wollen wir Ihnen natürlich nicht vorenthalten, den stellen wir ab Seite 40 vor. Er ist zwar nicht ganz billig, lässt sich aber auf infernalische 500 °C aufheizen. Und: Mit ein bisschen Glück können Sie ihn gewinnen! Die Details gibt es wie immer in der Story.

Auf Seite 46 geht's dann doch noch um etwas anderes als nur Brotgenuss: Unsere großen Photovoltaikanlagen auf den Backstuben in der Johann-Ströck- und in der Lexergasse sind nämlich fertig. Und die versorgen nicht nur die Produktion, sondern auch über 30 unserer Filialen mit Strom. Damit wir auch in Zukunft mit gutem Gewissen genießen können.

**Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre und hoffe, Sie bald bei uns im Ströck-Feierabend begrüßen zu dürfen!**

**Ihr Philipp Ströck**

12

**UND IMMER WIEDER GEHEN  
DIE FLADEN AUF**

Von Pizza über Flammkuchen bis Lahmacun: die wunderbare Welt der köstlichen Fladenbrote.



# INHALT

6

**MEHR ALS PIZZA**

Franco Pepe betreibt ein eigenes Pizzalabor und belegt seine Fladen nur mit handverlesenen Zutaten. Wir haben ihn besucht.



6

**BÄCKER VON WELT**

Zu Besuch bei Franco Pepe, dem wahrscheinlich besten Pizzabäcker der Welt.

12

**UND IMMER, IMMER WIEDER  
GEHEN DIE FLADEN AUF**

Warum die ganze Welt belegte flache Brote liebt.

22

**VON WELS UND PARADEISERN**

Über eine erstaunliche Symbiose zwischen Fischen und Gemüse.

26

**SPORTLERINNEN-PORTRÄT**

Sofia Polcanova spielt Tischtennis für Österreich – und für Ströck.

28

**FEIERABEND-REZEPT**

Flammkuchen mit zweierlei Kürbis.

# 30

## KNUSPRIGE VERSUCHUNG

Was die Flammkuchen im Ströck-Feierabend so einzigartig gut macht.

# 40

## INFERNO FÜR ZU HAUSE

Der Ooni ist der beste Pizzaofen für Heimbäcker – und hier können Sie ihn gewinnen.

# 42

## BACKEN MIT PIERRE

Pizza dolce mit Kürbiskern-Praliné.

# 46

## MIT DER SONNE BACKEN

Die neue Photovoltaik-Anlage der Ströcks versorgt nicht nur die Backstube mit Strom, sondern auch zahlreiche Filialen.

# 50

## BÄCKERLATEIN – DAS ABC DER BACKKUNST

Diesmal: H wie Hydrationsrate.



30

### KÖSTLICH WIE NOCH NIE

Frisch vermahlenes Vollkornmehl, lang gegangener Sauerteig, Gemüse aus dem eigenen Garten: Im Ströck-Feierabend gibt's jetzt Flammkuchen auf einem neuen Niveau.

## IMPRESSUM

### Herausgeber & Medieninhaber

Ströck Brot GmbH,  
Johann-Ströck-Gasse 1, 1220 Wien

### Chefredaktion

Severin Corti, Tobias Müller

### Produktion

Butter aufs Brot OG

### Artdirection

Magda Rawicka / magda-raw.com

### Fotografie

Architects Collective, Blün, Lukas Lorenz, ÖTTV/Schiffleitner, Ströck, Lido Vannucchi

### Illustrationen

Carina Lindmeier, Olga Kawacińska

### Lithografie

Farbpraxis, Studio für Fotografie, Lithografie und Kunstdruck

### Cover

Carina Lindmeier

### Lektorat

Angelika Hierzenberger-Gokesch

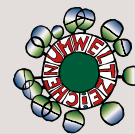
### Druck

Print Alliance HAV Produktions GmbH,  
Druckhausstraße 1, 2540 Bad Vöslau

Mit besonderem Dank  
an Christoph Ströck

Alle Inhalte dieser  
Ausgabe finden Sie  
auch online!

[stroeck.at/magazin](http://stroeck.at/magazin)



Gedruckt nach  
der Richtlinie  
„Druckerzeugnisse“  
des Österreichischen  
Umweltzeichens,  
UW-Nr. 837





# Pepe in Grani: PIZZA-PERFEKTION

Es gibt Pizza und es gibt das,  
was Franco Pepe bäckt. Das sieht  
zwar ähnlich aus wie die Konkurrenz,  
ist aber vom Genuss her in einer  
ganz anderen Dimension.

---

VON

TOBIAS MÜLLER

**D**a ist zunächst einmal der Teig: So knusprig und gleichzeitig flaumig, so befriedigend im Biss und trotzdem schwebend leicht ist das sonst nirgends zu erleben – so also kann guter Pizzateig schmecken! Klar, es gibt alle Klassiker hier, aber noch besser sind Francos eigene Kreationen: die „Margherita Sbagliata“ etwa, die „falsche Margherita“: Statt mit gekochter Sauce toppt er sie mit einem Püree aus rohen Paradeisern. Sie schmeckt wie die platonische Idee von Paradeisersauce, gleichzeitig urig vertraut und doch ungekannt köstlich.

Oder die „Crisommola del Vesuvio“, eine Pizza fritta (frittierte Pizza), wie sie in Süditalien weit ►



Franco Pepe und sein  
Team (l.) backen in Caiazzo  
bei Neapel spektakulär  
gute Pizzen.



Schon Pepes Großvater backte Brot in Caiazzo, sein Vater stellte auf Pizza um – und Pepe revolutionierte die Branche mit seiner Pizzeria, etwa mit seinen frittierten Pizza-Cornetti (r. u.). All seine Zutaten, auch die Toppings wie der Mozzarella, sind handverlesen, am VIP-Tisch können Gäste durch ein Loch den Pizzabäckern bei der Arbeit zusehen.

► verbreitet ist. Der fluffige, ölheiße Fladen wird dafür mit aufgeschlagenem cremigem Ricotta getoppt, mit knackigen Haselnüssen und herrlicher Marmelade aus Marillen von den Hängen des nahen Vesuvs, die so intensiv fruchtig schmeckt, als bestünde sie nur aus reifen, sonnengetrockneten Marillen. Das Ergebnis ist nicht nur die vielleicht beste Pizza frita, sondern schlicht eines der besten Desserts, die es in Italien zu kosten gibt.

Pepes Pizzeria *Pepe in Grani* liegt in Caiazzo, einem kleinen mittelalterlichen Dorf in den Bergen etwa eine Stunde außerhalb von Neapel. Schon sein Großvater eröffnete hier eine Bäckerei, sein Vater wandelte sie dann in eine Pizzeria um. Nach dem Tod des Vaters übernahm Franco zunächst gemeinsam mit seinem Bruder das Lokal – bald aber sperrte er nur wenige Hundert Meter entfernt, in einem alten Palazzo, seine eigene Pizzeria auf.

## Backen, wie keiner zuvor gebacken hat

„Als ich angefangen habe, wollte ich mein eigenes Ding machen, etwas, was noch nie jemand anderer gemacht hat“, sagt Franco Pepe. „Mit dem

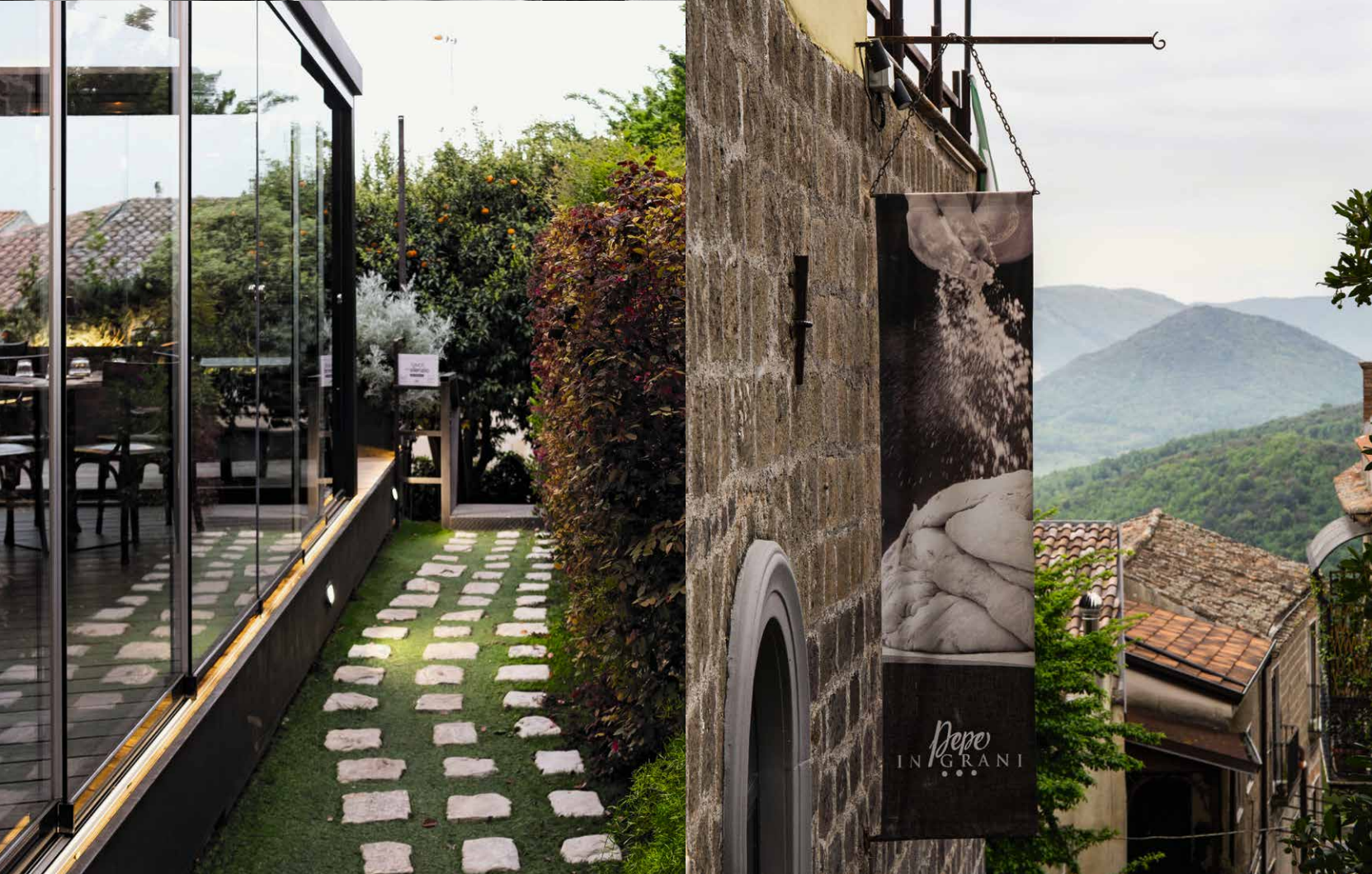
perfekten Teig und einem richtig guten Topping entsteht nicht nur Pizza, sondern man kann Emotionen servieren.“ Das klingt zunächst sehr italienisch – wer aber einmal in eine von Francos Pizzas beißt, wird tatsächlich, man kann es nicht anders sagen, von einer Welle des Glücks überrollt. Franco wird seinem Anspruch definitiv gerecht.

Er hat die vergangenen drei Jahre in Folge den „World’s Best Pizza Award“ gewonnen, *Pepe in Grani* stand als vielleicht einzige Pizzeria jemals auf der Discovery-Liste der „World’s 50 best Restaurants“. Jonathan Gold, der legendäre Restaurantkritiker der „L.A. Times“, nannte Pepes Pizza in seiner Kritik schlicht „perfekt“. In Italien ist er schon länger ein Star, die eigene Episode über ihn in der Netflix-Pizzadokumentation „Chef’s Table: Pizza“ hat seinen Ruf endgültig rund um die Welt getragen. Seither kommen die Gäste nicht nur aus Neapel, Rom und Milano angereist, sondern auch aus Tokio, New York und Paris.

Das Geheimnis seines Erfolgs? „Viele kleine Schritte, die alle perfekt gemacht werden müssen“, sagt Franco. „Keiner davon ist für sich genommen besonders schwer, aber wenn du nur einen nicht richtig machst, ist alles ruiniert, vom Teig über die perfekten Zutaten bis zum Service.“ ►







Pizzaliebhaber aus der ganzen Welt pilgern nach Caiazzo zu Pepe. Sein Lokal erinnert mehr an einen Michelin-besternten Fine-Dining-Tempel denn an eine klassische Pizzeria.



► Das Mehl, das er für all seine Pizzas verwendet, wird eigens für ihn aus verschiedenen Getreidesorten aus verschiedenen Gegenden Italiens gemischt. Der Teig folgt keinem strengen Rezept, sondern wird jeden Tag ein klein wenig anders gemacht, weil Temperatur, Luftdruck oder Luftfeuchtigkeit alle einen Einfluss haben. Sämtliche seiner Toppings stammen von befreundeten Bauern, fast alle aus der unmittelbaren Umgebung – von den Paradeisern und dem Olivenöl bis hin zu Mozzarella oder der oben erwähnten Marillenmarmelade.

## Frisch aus dem Pizzalabor

Ebenfalls geholfen haben dürfte ihm ein sehr unitalienischer Zugang zu seinem Beruf. Während andere italienische Köche gerne unhinterfragt tun, was schon ihre Väter und Großväter (oder genauer: Mütter und Großmütter) getan haben, hat Pepe neben seiner Pizzeria auch eine eigene Versuchsküche eingerichtet, die er „Pizza Lab“ nennt. Über die Jahre hat er hier unermüdlich mit wissenschaftlicher Präzision am perfekten Teig getüftelt – von Hydrationsrate über Rastdauer bis hin zu Backzeit und Temperatur.

Das heißt nicht, dass er nach einer Formel arbeitet – nur, dass er durch seine Experimente gelernt hat, welche Faktoren wichtig sind und wie sie sich auswirken. Gemischt und geknetet werden die 110 Kilo Mehl und weit über 100 Liter Wasser ausschließlich von Hand. „Ich wollte immer zeigen, dass moderne Technik nicht immer besser ist“, sagt Pepe, „dass es etwas gibt, das nur Menschen machen können. Nur ein Mensch kann fühlen, wann der Teig perfekt ist.“

Die beste Art, das Ergebnis zu kosten, ist Pepes „Pizza-Tasting-Menü“: Dabei wird für den ganzen Tisch immer nur eine Pizza serviert und gemeinsam genossen. Erst wenn sie aufgegessen ist, wird die nächste nachgeschoben. Die Köche suchen aus, welche serviert werden, und hören erst auf, wenn die Gäste stopp sagen. Erstens können Interessierte so viel mehr Pizzas probieren, und zweitens stellt das sicher, dass die Fladen immer heiß genossen werden können und nicht spätestens ab der Hälfte ausgekühlt sind.

Klingt und ist einfach, ist aber ein weiterer kleiner Schritt auf dem Weg zur Perfektion.



[www.pepeingrani.it](http://www.pepeingrani.it)



---

Text

TOBIAS MÜLLER

**DENN IMMER,  
IMMER WIEDER  
GEHEN DIE**

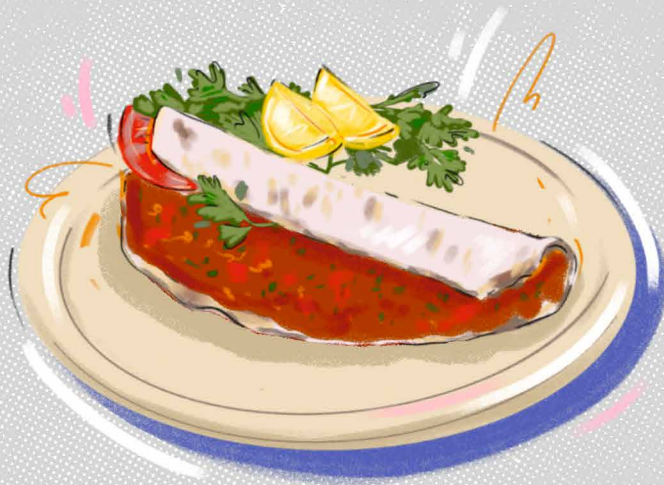
**FLADEN  
AUF**

**Von Neapel bis Istanbul, von Neu-Delhi bis Wien:  
Frisch gebackene, belegte oder gefüllte Fladenbrote  
gehören zu den beliebtesten und besten Essen  
der Menschheit. Warum eigentlich?**

---

Illustrationen

CARINA LINDMEIER



## Lahmacun

ist ein mit Faschiertem (meist Rind oder Lamm), Paradeiser, Paprika und Kräutern dünn bestrichener Fladen aus Germteig, der im heißen Ofen binnen weniger Minuten knusprig gebacken wird. Vor dem Verspeisen wird er gern mit frisch gezupftem Petersil, dünn geschnittener roter Zwiebel und manchmal auch mit Paradeiserscheiben belegt und eingerollt. Ganz typisch für die Türkei, aber unter variablen Namen in der ganzen Levante verbreitet, wo Fladenbrote jahrtausendealte Tradition haben.

## Naan

wird am indischen Subkontinent, aber auch in Zentralasien und, dank indischer Migranten, sogar auf den karibischen Inseln gebacken. Es ist ein Fladen aus Germteig, der mit warmem Wasser, Joghurt, Ghee (Butterschmalz) und Salz angerührt und im Tandoor, einem der ältesten Ofen der Welt, bei bis zu 500 °C binnen Sekunden gebacken wird. Dafür wird der Fladen mithilfe eines Kissens an die Innenseite des Ofens geklatscht, wo er sogleich bräunt und wilde Blasen wirft. Unverzichtbar zu indischen Currys und Grillgerichten, wird gern mit Knoblauch, Butter und anderen Gewürzen angereichert.



**S**tröck-Entwicklungsbäcker Pierre Reboul kommt aus Südfrankreich – und wie für so viele Südfranzosen ist eine seiner liebsten kulinarischen Kindheitserinnerungen die Pizza. „In Südfrankreich sind Pizzatrucks allgegenwärtig“, sagt er. „Als ich klein war, waren das vor allem Citroëns mit einem Holzofen auf der Ladefläche. Einer kam im Sommer immer zu unserem nächsten Strand. Um nicht so lange warten zu müssen, haben wir immer schon vorbestellt. Plastiktische, eine Flasche Rosé, eine frische Pizza – es war herrlich.“

Die Pizza ist zwar der berühmteste, aber bei Weitem nicht der einzige verehrte Fladen der Welt. Im Norden Frankreichs, dem Heimatland der Haute Cuisine, werden gern knusprige Flammkuchen geschlemmt, mit herrlich üppiger Crème fraîche, Speck und vielen frischen Kräutern; in Istanbul wird dem Lahmacun gehuldigt, einem ebenfalls hauchdünnen, im Feuer gebackenen Fladen, der mit gehacktem Lamm, Paradiesern und jeder Menge Kräutern gewürzt und eingerollt verspeist wird; und in vielen Teilen Asiens ist ein Essen ohne Pide, Naan und wie sie alle heißen undenkbar. Kurz: Jede Esskultur hat ihre eigenen Fladen – und sie werden stets inbrünstig geliebt.

Kein Wunder: Sie sind eine der unmittelbarsten Formen des Essens, ein belegtes Brot, frisch aus dem Ofen, feuerheiß mit den Fingern gegessen – und wenn sie mit Liebe gebacken sind, die vielleicht nobelste Form des Alltäglichen. Sie sind günstig, schnell gemacht und immer für einen da: spätnachts, weit ►

- ▶ weg oder dann, wenn das Geld knapp ist, gegen den Hunger und für den puren Genuss. Und sie wurden und werden nicht nur von den Rebouls besonders oft von und mit Kindern gegessen – und sind daher eben so oft Teil unserer schönsten Erinnerungen.

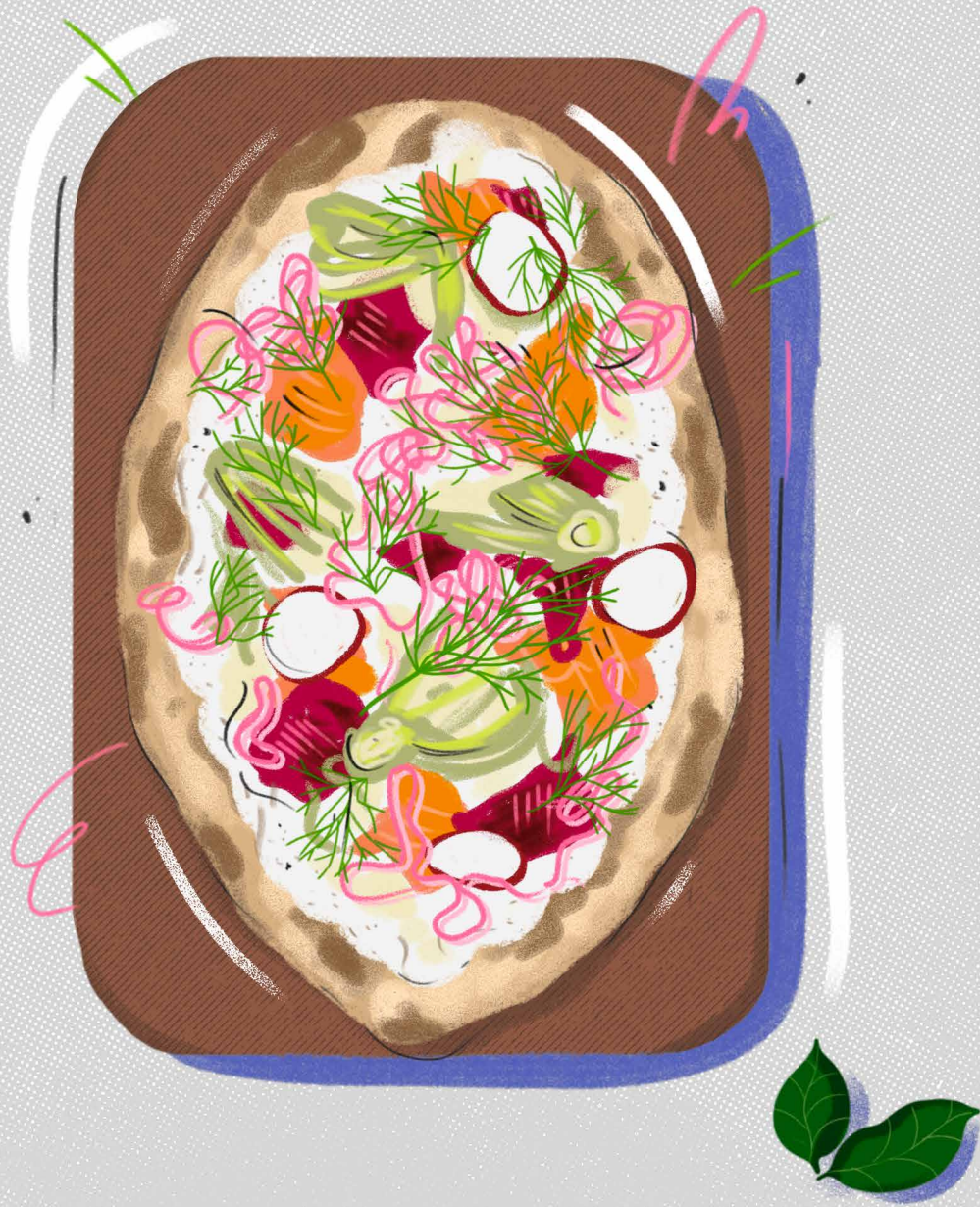
Pizza, Pide, Pinsa, Dürüm und all ihre Verwandten sind der gebackene Inbegriff dessen, wie Menschen die vergangenen zehntausend Jahre gegessen haben: viel Brot und ein bisschen was dazu. Ihre Vorläufer sind mindestens so alt wie die Landwirtschaft und wahrscheinlich noch ein gutes Stück älter: entstanden, als unsere Vorfahren das erste Mal Getreidebrei auf einen heißen Stein tropfen ließen und merkten, um wie viel besser er nachher schmeckte (und um wie viel nahrhafter er war!).

## Luxus der Bescheidenheit

Von diesem heißen Stein läuft eine direkte Linie über die Tandoor-Öfen des Mittleren Ostens, bei denen der Teig immer noch direkt an die heiße Wand geklatscht wird, über einfache, gewölbte Lehmöfen zu den berühmten Pizzaöfen Neapels und schließlich hin zu den großen Elektroöfen in modernen Bäckereien.

Einst waren belegte Flachbrote vor allem ein Armeleuteessen und oft auch ein Abfallprodukt: Die „Fosn“ etwa, die uralten burgenländischen Vorläufer der Golatschen, wurden oft aus Resten des Brotteigs gebacken, wenn der Ofen nicht mehr heiß genug für große Laibe war, und mit dicker saurer Milch oder Topfen gegessen. Die Elsässer Flammkuchen ▶





## Flammkuchen

sind uralte Bäckertradition im Elsass, wo der Meister, um die Temperatur zu prüfen, ein zu einem dünnen Fladen geformtes Stück Teig, den „Flammekueche“, einschoss. Wird traditionell mit Crème fraîche, Zwiebeln und Speck belegt, es gibt aber zahlreiche köstliche Varianten.



## Pizza Margherita

ist die klassische, weltberühmte Pizza schlechthin und der Stolz Neapels. Ganz original wird sie aus langsam geführtem Teig mit pürierten Paradeisern („passata“), Olivenöl und Mozzarella oder Fior di Latte sowie frischem Basilikum obendrauf gemacht und im Holzofen bei 450 °C und mehr gebacken. Die Einheit aus luftigem, knusprigem, leicht angekokeltem Rand („cornicione“), fruchtiger Salsa und schmelzig zartem Käse ist aber auch ein Paradebeispiel dafür, dass ein Gericht unendlich viel mehr ist als die Summe seiner Teile. Das gilt freilich für alle hier vorgestellten Fladen.

## Lángos

ist der mitteleuropäische Fladen schlechthin und wird nicht im Ofen, sondern ganz klassisch in Schweineschmalz knusprig herausgebacken. Dabei ist dies eine vergleichsweise neue Abwandlung: Die ursprünglichen Lángos (von ungarisch „láng“ für Flamme) waren nämlich eine Art Flammkuchen, die der Bäcker im ausgehenden Ofen zum Genuss am selben Tag backte. Aber das ist lang vorbei, heute sind Lángos köstlich fettige Fladen, meist in Pflanzenöl frittiert, die mit Sauerrahm und geriebenem Käse getoppt werden. Das resultiert in einer sehr aufregenden Kombination aus heiß und kalt, knusprig und cremig, würzig und wohlrig am Gaumen.



- ▶ wiederum sollen ihre Geschichte als eine Art Temperaturtest begonnen haben: Bevor das wertvolle Brot in den Holzofen eingeschossen wurde, wurde mit flachen Teigfladen getestet, ob die Temperatur eh passte. Weil zu dem Zeitpunkt mitunter noch die Scheite im Ofen loderten, wurde das köstliche Ergebnis „Flammkuchen“ genannt.

## Fladen von Weltruhm

Bis heute werden die allermeisten Flachbrote als schneller, günstiger Snack verzehrt – manche Fladen und ihre Bäcker haben es aber auch zu kulinarischem (Welt-)Ruhm gebracht (siehe etwa auch S. 7). Vor Istanbuls guten Lahmacun-Läden stehen die Leute genauso Schlange wie vor *Ferhat Döner* (einem gefüllten Flachbrot) in Wien, und Netflix hat ausgerechnet der Pizza und ihren besten Bäckern eine ganze Staffel seiner Serie „Chef’s Table“ gewidmet. Denn: So simpel es ist, ein Flachbrot zu machen, so furchtbar schwer ist es, ein richtig gutes hinzukriegen.

Das liegt gerade in seiner vermeintlichen Einfachheit: Fladenbrote sind Essen, reduziert auf das Wesentliche, und bestehen oft aus so wenigen Zutaten, dass diese alle makellos sein müssen, damit das Ergebnis passt. Es braucht nur wenige Handgriffe, um sie zuzubereiten, die aber müssen ein Leben lang geübt werden, damit sie richtig sitzen.

Entscheidend für den Erfolg ist vor allem der richtige Umgang mit dem Getreide.

Ausgerechnet die Chinesen (die dämpfen statt backen) haben das am deutlichsten in Worte ge-

- ▶ fasst. Sie teilen bis heute jegliche Art von Essen in zwei Teile ein: „Fan“, Getreide (heute meist Reis), und „Cai“, der gesamte Rest. „Fan ist die Wurzel von tausend Geschmäckern (...)“, schrieb der Dichter Yuan Mei, Chinas berühmtester Gourmet, noch im 18. Jahrhundert. „Die Reichen aber reden immer nur über Cai, und nie über Fan. Sie jagen Nebensächlichkeiten hinterher und vergessen dabei die Substanz – das ist wahrhaft absurd.“

### **It's the Teig, stupid!**

Kein Wunder, dass es für Fladen-Connaisseurs bis heute der Teig ist, der eine wirklich gute Pizza, ein außergewöhnliches Lahmacun ausmacht, und nicht die Auflage – die ist meist eher Würze als Substanz. Berühmte Pizzerien hüten daher ihre genauen Teigrezepte wie einen Schatz und erfolgreiche Tandoor-Bäcker würden niemals verraten, wie genau sie ihre Fladen backen, und Online-Heimbäckerforen sind voll von seitenlangen Diskussionen über den richtigen Teig (mehr darüber auf S. 35).

Wer sollte also bessere Fladenbrote backen können als professionelle Bäcker? Genau das haben sich auch Pierre Reboul und das Team vom Ströck-Feierabend in der Burggasse gedacht. Dort werden seit heuer ganz besondere Flammkuchen gebacken, aus frisch gemahlenem Vollkornmehl, belegt mit Zutaten aus dem Ströck-Feierabend-Garten. Aber das ist eine andere Geschichte – die auf S. 30 steht.





## Manakish Za'atar

ist ein uralter levantinischer Fladen, der mit der Gewürzmischung Za'atar bestrichen und im brennheißen Ofen gebacken wird. Namensgebend ist das Kraut *Origanum syriacum* (Za'atar auf Arabisch), das mit Olivenöl, Pinienkernen, geröstetem Sesam, Salz und anderen Kräutern vermengt wird. Gilt nicht zufällig als essenzielle Delikatesse der Küchentradition der Levante.

In Wien-Donau-  
stadt wird Wels  
der Extraklasse  
gezüchtet, der  
auch in Sterne-  
restaurants  
auf den Tisch  
kommt.



# Wenn der Fisch

# die Paradeiser düngt

VON

BERNADETTE BAYRHAMMER

**In Wien-Donaustadt kombiniert das Unternehmen Blün Fischzucht und Gemüsebau. Und will damit auch zeigen, wie Landwirtschaft der Zukunft aussehen kann. Wie das schmeckt, kann man etwa im Ströck-Feierabend kosten.**



Prachtparadeiser dank der  
Düngung mit Fischabwasser?  
Ja, das geht.

**E**s ist eine Frage, die immer wieder kommt: Schmecken die Paradeiser dann eh nicht nach Fisch? Die Antwort darauf ist natürlich nein oder, etwas pointierter: Schmeckt das Gemüse vom Biobauern nach Gülle? Eben. Genauso wenig haben die Paradeiser, Gurken oder Melanzani von Blün ein Fischaroma. Auch wenn sie mit Fischwasser gedüngt werden, genauer: mit dem Abwasser der Welse, die in den Fischbecken neben dem Gewächshaus schwimmen. Die Fische landen irgendwann ebenfalls auf dem Teller – bei privaten Fischliebhabern genauso wie in der Sternegastronomie oder beim Ströck-Feierabend.

Aber schön der Reihe nach. Blün – eine Wortschöpfung aus Blau und Grün – kombiniert am östlichen Rand von Wien genau das: Fischzucht und Gemüsebau. Acht Jahre ist es mittlerweile her, dass sich Stefan Bauer, Michael Berlin, Bernhard

Zehetbauer und Gregor Hoffmann zusammengetan haben, um in Bauers Gärtnereibetrieb in der Donaustadt vorzumachen, wie eine Landwirtschaft der Zukunft aussehen kann – mit der ersten kommerziellen Aquaponikanlage in Österreich.

Was hinter der etwas sperrigen Begrifflichkeit steckt: Das Wasser, das regelmäßig aus den Fischbecken abgelassen wird, ist quasi die Grundversorgung für das Gemüse, das nebenan in Kokossubstrat gedeiht – bei Hobbyanlagen wurzeln Salat, Pflanzen oder Kräuter anders als bei Blün manchmal sogar direkt im Fischbecken. „Wir können extrem ►

► ressourcenschonend arbeiten“, sagt Blün-Geschäftsführer Lukas Gansterer. Wasser, das sonst im Kanal landen würde, wird für die Bewässerung genutzt – und die Ausscheidungen der Welse liefern den Gurken, Paprika und Melanzani die wichtigsten Nährstoffe. „Es ist ein Kreislaufsystem, bei dem ich auf wenig Platz viele Menschen mit Fisch und Gemüse versorgen kann, ganz lokal in Wien und für Wien. Und das ist genau das, was wir in Zukunft brauchen.“

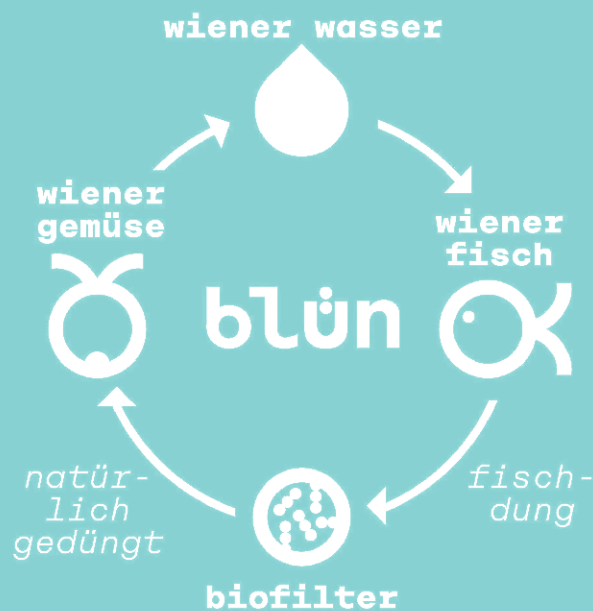
## Leistbare Delikatesse

Es war diese Frage, die die Blün-Gründer – anfangs unabhängig voneinander – umtrieb: Wie sieht eine enkelfähige Landwirtschaft aus? Wie bringt man Nachhaltigkeit, Ökologie und Wirtschaftlichkeit

unter einen Hut? Wie produziert man Lebensmittel bester Qualität, die gleichzeitig zugänglich und leistbar sind? „Diese Quadratur des Kreises haben wir, glaube ich, gut hingekriegt“, sagt Co-Gründer Gregor Hoffmann, Agrarkonsulent und, in eigenen Worten, „studierter Tomatenflüsterer“.

Sie funktioniert sogar so gut, dass Blün gerade kräftig gewachsen ist. Ein paar Hundert Meter vom ursprünglichen Standort auf Bauers einstigem Salatfeld – der immer noch das Hauptquartier des Unternehmens ist – hat man zuletzt ordentlich expandiert. Es gibt eine neue Fischhalle und ein neues Gewächshaus, die über den Sommer schrittweise in Betrieb genommen wurden. Rund 60 Tonnen Fisch können damit pro Jahr produziert werden: Das ist viermal so viel wie bisher.

*Blün ist ein Kreislaufsystem, mit dem auf wenig Platz viele Menschen mit Fisch und Gemüse versorgt werden können – in Wien für Wien.*



„Dass wir uns auf den Wels konzentriert haben, war ein bisschen eine disruptive Innovation“, sagt Hoffmann. „In Europa hatte der nämlich bisher eher das Image von einem fetten, grundeligen Fisch. Aber bei uns schwimmt der in Hochquellwasser, er hat viel Platz, bekommt hochwertiges Futter und ist damit ein Wahnsinnsprodukt. Das hat auch die hochwertige Gastronomie sofort erkannt. Einer der ersten größeren Kunden damals war immerhin Sternekoch Silvio Nickol mit dem Palais Coburg.“

## Kompromisslose Transparenz

Zumindest anfangs gab es auch Erklärungsbedarf. „Vor zehn, 15 Jahren war alles, was aus Aquakultur kam, irgendwie bäh“, sagt Hoffmann. „Aber da muss man aufpassen: Wenn in Thailand Mangrovenwälder weichen müssen für antibiotikagetriebene Shrimpsfarmen, ist das natürlich nicht zu befürworten. Wir haben unsere Kunden gewonnen







Die Blüns, das sind Stefan Bauer, Michael Berlin, Bernhard Zehetbauer und Gregor Hoffmann – hier in ihrem Gewächshaus.

mit kompromissloser Transparenz. Wir haben quasi offene Stalltür gemacht: Kommt rein, schaut, wie die Fische schwimmen, wie sie leben, was sie für ein Futter bekommen, bevor ihr sagt: „Das ist ja gar kein Teich, sondern nur ein Becken.“

Das Interesse daran war und ist groß: „Als alternativer Weg in der Landwirtschaft haben wir kurzfristig so etwas wie eine Art Heldenstatus gehabt“, sagt Hoffmann. „Wir haben in den ersten Jahren gleich 3.000 Besucher gehabt, das ging rauf bis zu 9.000 Besuchern, die da teilweise busweise zu uns nach Wien gekommen sind, um sich anzusehen, wie das funktioniert.“ Bis heute gibt es bei Blün (nach Voranmeldung) jeden Donnerstagvormittag Führungen durch die Aquaponikanlage: Es geht ins Glashaus, zu den Welsen und dann an den Verkostungstisch, wo man sich davon überzeugen kann, dass die Paradeiser nicht nach Fisch schmecken, sondern einfach: wie gute Paradeiser.

Dass es den Fischen gut geht, kann man hier unter anderem daran erkennen, dass sie alle ihre

Barteln haben: die charakteristischen Schnurrhaare, die ihnen unter anderem bei der Orientierung helfen. Sie mögen es gerne dunkel, daher ist auch das Licht in der Fischhalle nicht grell, sondern gedämpft. Fünf bis sieben Monate verbringen sie hier in unterschiedlichen Becken, sie kommen als Winzlinge mit ungefähr zehn Gramm von Fischzüchter Gerald Hochwimmer aus Sigleß im Burgenland – und werden geschlachtet, wenn sie knappe anderthalb Kilo haben.

Der nächste Innovationsschritt steht übrigens auch schon bevor: beim Fischfutter. Hier will Blün in Zukunft das Fischmehl durch Soldatenfliegenlarven ersetzen. „Das ist zurzeit noch extrem teuer, wir werden es deswegen nach und nach machen müssen“, sagt Geschäftsführer Lukas Gansterer. „Aber wir haben jetzt die Größe, dass wir auch hier Pionierarbeit leisten können. Und ich bin der Überzeugung: Wenn nicht irgendwer damit anfängt, dann wird sich nie was ändern.“



SPORTLERINNEN-PORTRÄT

# SOFIA POLCANOVA

DISZIPLIN: TISCHTENNIS





## GEBURTSDATUM

---

3. September 1994

## BERUF

---

Sportlerin des Heeressportzentrums des Österreichischen Bundesheers (Rang: Zugführer)

## MOTTO

---

„Per aspera ad astra“  
(„Durch Mühsal gelangt man zu den Sternen“)

## LIEBLINGSPRODUKT VON STRÖCK

---

SonnenVit-Brot

## ERFOLGE

---

### Einzel

Olympische Spiele 2024:

PLATZ 5

Europameisterschaft 2022:

GOLD

Europameisterschaft 2018:

BRONZE

### Doppel

Europameisterschaft 2022:

GOLD

Europameisterschaft 2018:

BRONZE

### Mixed

Europameisterschaft 2022:

BRONZE

Europameisterschaft 2018:

SILBER

### Mannschaft

Europameisterschaft 2014:

SILBER



MEHR ZU SOFIA POLCANOVA AUF:

[stroeck.at/teamstroeck](https://stroeck.at/teamstroeck)

# FLAMMKUCHEN

## mit Kürbis, Radicchio und Walnüssen

### Ströck-Feierabend-Rezept

CHRISTOPHER SCHRAMEK  
(Gastronomieleiter Ströck)

#### ZUTATEN (für 4 Personen)

##### Für das Kürbispüree

**1 Butternusskürbis** (ca. 1,5 kg)

**4 Knoblauchzehen**

**Thymian**

**Olivenöl, Zitrone, Honig**

**Salz, Pfeffer**

**Koriandersaat, gemahlen**

**200 ml Orangensaft**

**oder Apfelsaft**

##### Für den geschmorten Kürbis

**1 Hokkaido**

**Salz, Pfeffer, Koriandersaat,**

**Honig, Zitrone, Olivenöl**

##### Für das Dressing

**100 ml Apfelessig**

**100 ml Apfelsaft**

**30 g Zucker**

**6 g Salz**

**40 ml Olivenöl**

##### Zum Fertigstellen

**4 Flammkuchen-Teiglinge**

**à 150 g** (siehe S. 35 oder  
fertig gekauft)

**1 Radicchio**

**100 g Walnüsse**

#### ZUBEREITUNG

1. Butternusskürbis der Länge nach halbieren und entkernen. Mit Olivenöl beträufeln. Mit Salz, Pfeffer, Koriander, Honig und Zitronensaft marinieren. Thymian und Knoblauch in den Innenraum geben und abgedeckt bei 180 °C ca. 45 Minuten garen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel Herausschaben. Den Orangensaft erhitzen und zugeben. 5 Minuten einköcheln lassen und abschmecken. Mit einem Stabmixer fein pürieren.
2. Hokkaido halbieren und entkernen. Danach in Spalten schneiden und mit den Zutaten marinieren. Gleichmäßig auf einem Blech verteilen und bei 180 °C ca. 30 Minuten garen.
3. Ofen und Pizzastein auf 250 °C vorheizen. Flammkuchenteig in der gewünschten Stärke ausrollen – je dünner, desto knuspriger. Ideal sind ca 2 Millimeter. Mit dem Butternusspüree bestreichen und mit den geschmorten Hokkaidostücken belegen. Circa 5 bis 8 Minuten braun backen.
4. Alle Zutaten für das Dressing mischen und den Radicchio damit marinieren. Flammkuchen herausnehmen und mit Radicchio und Walnüssen garnieren.





Von klassisch bis süß:  
Insgesamt sieben verschiedene  
Flammkuchenkreationen tischt  
das Ströck-Feierabend-Team  
in der Burggasse auf.



# FLADEN auf die feine Art

**Können Flammkuchen Kunst sein?**

**Im Ströck-Feierabend in der Burggasse sind sie zumindest nah dran. Frisch vermahlene Vollkornmehl, eigens angesetzter Sauerteig mit extralanger Gärzeit und beste Toppings, großteils aus dem eigenen Garten, machen die Flammkuchen zu einem ganz besonderen Erlebnis.**

---

Text

NINA MOHIMI

---

Fotos

LUKAS LORENZ



Das Mehl für den Teig wird auf der Ströck-eigenen Mühle regelmäßig aus bestem Bio-Getreide frisch gemahlen.

# D

ie Idee für Flammkuchen kam über den Umweg von ausgerollten Semmel-Teiglingen. Über denen standen Philipp Ströck und Pierre Reboul, Entwicklungsbäcker bei Ströck, eines Tages, und überlegten sich, wie man die denn belegen könnte. Zusammen mit Ströck-Gastronomieleiter Christopher Schramek verbringen sie oft viele Stunden, experimentieren, probieren und denken über mögliche neue Produkte nach. Bei einer solchen Gelegenheit stellten sie sich die Frage: „Warum eigentlich kein Flammkuchen?“

Möglicherweise hat es auch etwas mit dem Holzofen in Kittsee zu tun, in dem die Vorfahren der Familie Ströck schon Brot gebacken haben und den die Ströcks gerade in liebevoller, langer Handarbeit wieder restauriert haben. Die Tarte flambée, eine traditionelle Spezialität aus dem Elsass im Nordosten Frankreichs, hat nämlich eine ►







Das Mehl wird grob gesiebt, sodass es später als Teig gut aufgeht, aber immer noch all die wertvollen Inhaltsstoffe enthält, die frisches Vollkornmehl so gesund machen.





Der Sauerteig für die Flammkuchen wird direkt in der Küche des Ströck-Feierabends angesetzt. Er darf mindestens 48 Stunden gehen, bevor er verbacken wird.



# Flammkuchenteig für zu Hause

**ZUTATEN** (für 4 Flammkuchen à 150 g)

## Vorteig

60 g Bio-Weizenmehl Typ 700

60 ml Wasser mit ca. 15 °C

5 g frische Germ

5 g Bio-Ahornsirup

## Hauptteig

400 g Bio-Weizenvollkornmehl

(am besten frisch selbst vermahlen)

130 g Vorteig

50 ml Bio-Sonnenblumenöl

140 ml Wasser

12 g Salz

## ZUBEREITUNG

**1.** Germ in Wasser und Ahornsirup auflösen und das Mehl einrühren. 1 Stunde bei Zimmertemperatur stehen lassen und danach mindestens 16 Stunden im Kühlschrank reifen lassen. Gut gekühlt hält sich der Vorteig dann etwa 24 Stunden.

**2.** Alle Zutaten in einer Küchenmaschine mit Hakenaufsatz gut verkneten, bis sich ein kompakter Teigball bildet. Noch weitere 5 Minuten kneten.

**3.** Teig herausnehmen und auf einer leicht geölte Arbeitsfläche in 150 Gramm schwere Stücke teilen. Zu Bällen formen und 2 Stunden bei Zimmertemperatur abgedeckt gehen lassen. Danach in den Kühlschrank stellen und 24 Stunden rasten lassen. Die Teiglinge können gekühlt nun bis zu 48 Stunden aufgehoben werden.



► Entstehungsgeschichte, die eng mit Holzöfen und der Handwerkskunst der Bäcker verbunden ist. Ursprünglich diente dieser dünn ausgerollte Teigfladen als praktisches Hilfsmittel, um die Hitze der Holzöfen zu testen, bevor das eigentliche Brot gebacken wurde. Die Bäcker rollten den Teig hauchdünn aus und belegten ihn mit einer einfachen Mischung aus Sauerrahm, fein gehackten Zwiebeln und würzigem Speck.

Dieser belegte Teig wurde dann in den Ofen geschoben, und die Bäcker beobachteten aufmerksam, wie die Ränder des Flammkuchens leicht von den Flammen erfasst und verbrannt wurden. Diese Verbrennungen waren ein deutliches Zeichen dafür, dass der Ofen jetzt die perfekte Temperatur erreicht hatte, um Brot zu backen. Ein neuer kulinarischer Weltstar war geboren.

## Einfach ist nicht einfach

Der Flammkuchen im Ströck-Feierabend ist mehr als nur ein Gericht – er verkörpert die Philosophie, die die Familie Ströck seit jeher verfolgt. Die Kombination aus sorgfältig zubereitetem Teig und hochwertigen Zutaten ist nicht nur geschmacklich überzeugend, sondern auch ein Ausdruck des Respekts gegenüber Natur, Region und traditionellem Handwerk. ►

Chefgärtnerin Saskia Detz (Mitte) sorgt dafür, dass unser Entwicklungsbäcker Pierre Reboul (links) und Stefan Scheichenstein vom Ströck-Feierabend über außerordentlich frisches und gutes Gemüse aus dem Ströck-Gemüsegarten verfügen können.



► Im Ströck-Feierabend ist der Teig für den Flammkuchen mehr als nur ein Mittel zum Zweck – er ist das Herzstück eines handwerklichen Prozesses und das Produkt unserer Leidenschaft für Qualität und Tradition. Die Basis ist ein langzeitgeführter Sauerteig aus Bio-Vollkornmehl, das auf der haus-eigenen Mühle frisch vermahlen und dann vor Ort im Ströck-Feierabend täglich frisch verarbeitet wird.

„Die Langzeitführung des Sauerteigs spielt für den Teig eine zentrale Rolle, da sie zahlreiche Vorteile mit sich bringt: Sie verbessert nicht nur die ernährungsphysiologische Qualität, sondern sorgt auch für eine optimale Textur und ein intensives Aroma“, erklärt Reboul.

Um die bestmöglichen Ergebnisse zu erzielen, wird der Teig dann täglich frisch in der Burggasse hergestellt. Das Küchenteam wurde dafür gezielt

geschult und achtet mit größter Sorgfalt darauf, dass jeder Handgriff perfekt sitzt. So entsteht ein Teig, der nicht nur durch seinen herausragenden Geschmack überzeugt, sondern auch durch die Verwendung bester Inhaltsstoffe.

## Wenn der Garten auf den Teller wandert

Genauso viel Sorgfalt wird auf die Toppings verwendet: Gemüse und Obst stammen durchwegs aus dem eigenen Garten der Ströcks in Wien-Donaustadt, wo exklusiv für den Ströck-Feierabend Obst und Gemüse angebaut und Honigbienen gehalten werden. Alle anderen Toppings – etwa die hausgebeizte Lachsforelle – stammen von ausgewählten Betrieben in der Umgebung. ►



Das prächtige Gemüse und die schönen Blüten auf den farbenfrohen Flammkuchen stammen aus dem Ströck-eigenen Garten in Wien-Aspern.



Wer ihn noch nicht kennt, sollte unbedingt den ganz klassischen französischen Flammkuchen wie im Elsass genießen: mit Speck, Käse, Zwiebeln und selbst angesetzter Crème fraîche (r.).




► „Ein Flammkuchenteig ist wie ein leere Leinwand – er bietet einem fast endlose Möglichkeiten“, sagt Christopher Schramek. Und: „Bei Sandwiches ist das Gute immer versteckt, beim Flammkuchen nicht. Die offene ‚Open Face‘-Natur des Gerichts ermöglicht es, die Zutaten in ihrer ganzen Pracht zu präsentieren.“

Neben der klassischen Variante mit hausgemachter Crème fraîche, Jungzwiebeln und Bio-Speck gibt es in der Burggasse sechs weitere Flammkuchenoptionen, von denen zwei vegan und eine vegetarisch sind. Der senfige Mizuna-Salat harmoniert perfekt mit der gebeizten Lachsforelle, während das Garten-Chimichurri den Austernpilzen und den Kartoffeln eine besonders herb-aromatische Note verleiht.

Die Chorizo mit Paradeisern und Pfeffermayonnaise bietet eine würzige Alternative, während die

Kombination aus Zitrone und Ricotta für eine überraschend frische Erfahrung sorgt. Ein Flammkuchen mit rauchigem Gartengrillgemüse rundet die Auswahl ab und zeigt, wie vielfältig der Flammkuchen interpretiert werden kann. Und für alle, die es lieber süß mögen oder das Mahl mit einer süßen Note abschließen wollen, gibt es auch eine honigsüße Variante. Die wird mit einer Topfencrème, Erdbeeren und dem Bio-Blütenhonig aus dem Ströck-Feierabend-Garten veredelt.

Für die, die sich nicht entscheiden können, bleibt nur eine Lösung: alle Varianten bestellen und gemeinsam mit Freunden genießen – denn genau dafür sind sie gemacht. Der pikant oder auch süß getoppte Flammkuchen eignet sich hervorragend zum Teilen – am besten mit einer Flasche Bubbles, mit oder ohne Alkohol. 

# HYPERRAUM DER HITZE


Eines haben die Fladenbrote der kulinarischen Weltkulturen von Flammkuchen über Naan und Lahmacun bis zu Pizza und Bolani gemeinsam: So richtig unwiderstehlich werden sie nur in ganz heißen Öfen. Ein Backraum mit bis zu 500 °C – das gab es bislang nur in holzbefeuerten Pizzaöfen, echten Tandoors und anderen Spezialöfen für die Gastronomie. Ein kleiner gasbefeuerter Ofen bringt diese Temperaturen jetzt auch im Hausgebrauch auf die Steinplatte.

von

SEVERIN CORTI

**E**s ist noch gar nicht so lange her, da musste man für eine Pizza, die auch echt neapolitanischen Kriterien gerecht wird, quer durch die halbe Stadt fahren. Einen richtigen Flammkuchen konnte man gleich vergessen. Aber die Welt dreht sich bekanntlich immer schneller, und so hat sich das Angebot an authentischen Fladen in den vergangenen Jahren auf durchaus spektakuläre Weise verbessert – zumindest in Wien.

Mit dem Wissen, was gute Fladen für eine kulinarische Offenbarung sein können, steigt natürlich die Begehrlichkeit, sich solche Herrlichkeit auch für den Hausgebrauch verfügbar zu machen. Zwar gilt Pizza weltweit als das Take-away-Essen schlechthin – das ändert aber nichts daran, dass sie nur frisch aus dem brennheißen Ofen tatsächlich großartig schmeckt. Für Flammkuchen und Naan-Brot gilt das ganz genauso. Es ist also kein Zufall, dass seit ein paar Jahren kleine Spezialöfen verfügbar sind, die auch am Balkon Platz finden und authentischen Pizzagenuss für zu Hause versprechen können.



Was hingegen verwundert: Ooni, die von Hobbybäckern nicht zufällig meistempfohlene Marke, ist ausgerechnet im schottischen Edinburgh zu Hause – und wurde vom gebürtigen Finnen Kristian Tapaninaho gegründet. Skeptizismus ist dennoch nicht angebracht, immerhin ist der hier vorgestellte tragbare Ofen von der gestrengen „Associazione Verace Pizza Napoletana“ in Neapel ausdrücklich zertifiziert.


## Pandemie als Turbo

Tapaninaho war begeisterter Heim-Pizzabäcker, kam aber mit seinem Backrohr niemals in die Nähe jener Resultate, die er von Profipizzerien kannte – und machte sich ans Tüfteln. Die ersten Öfen kamen 2012 auf den Markt, so richtig explodiert ist das Business aber mit den Lockdowns während der Pandemie, als Hunderttausende Genießer in ihre selbst gemachten





Fladen investierten. Ooni macht verschiedene Modelle, die auch mit Holz, Pellets, Strom oder Gas befeuert werden können. Letztere Variante ist für den Hausgebrauch am Balkon wohl am einfachsten – jene mit Stromanschluss ausgenommen. Die kann aber nicht ganz so heiß aufgeheizt werden, wie es der wahre Pizza-Nerd erwartet.

Der Gasofen im Bild verspricht nicht bloß knusprige Pizza in nur 60 Sekunden Backzeit, er liefert auch. Das war auch in Wien während des Lockdowns zu überprüfen, als das Kochkollektiv Healthy Boy Band mit den hochdekorierten Küchenchefs Lukas Mraz (*Mraz & Sohn*), Philip Rachinger (*Mühlthalhof*) und Felix Schellhorn (*Seehof*) im Wiener Gasthaus *Woraczizky* zur Gehsteigparty mit selbst gemachter Pizza bat – und Hunderte Foodies mit den Gourmetfladen aus dem Ooni verwöhnte. 

#### OONI KODA 16 PIZZAOFEN

**Der Koda 16 bietet Platz für eine Pizza mit 40 Zentimeter Durchmesser, hat einen kraftvollen Gasbrenner mit 8,49 kWh/29.000 BTU, der bis zu 500 °C schafft. In Kombination mit dem Pizzastein aus Cordierit am Boden lassen sich Fladen binnen 60 Sekunden backen.**

**Wollen Sie auch so ein Teil für zu Hause? Dann schauen Sie schnell auf [stroeck.at/gewinnspiele](https://stroeck.at/gewinnspiele) – da verlosen wir den Koda 16! Viel Glück und guten Appetit!**

**Ooni Koda 16 Pizzaofen um € 599,- bei [ooni.com](https://ooni.com)**



# *dolce* PIZZA

**mit Kürbiskern-Praliné  
und Mascarponecreme**

---

Fotos

LUKAS LORENZ

Die klassische Nachspeise in der Pizzeria? Pizza natürlich, was sonst? Unser Entwicklungsbäcker Pierre Reboul hat sich deshalb eine Abwandlung der klassischen Nusscremepizza aus der Pizzeria einfallen lassen, die aber ganz ohne Palmfett und industrielle Helferlein auskommt, sondern auf regionale Köstlichkeiten setzt – und mindestens so unwiderstehlich schmeckt. Das Praliné aus Kürbiskernen und Kürbiskernöl klingt ungewöhnlich – aber nur bis man es verkostet hat und dahinschmilzt!

**ZUTATEN****Für den Vorteig****200 g Wasser****5 g Honig****3 g Trockengerst****200 g Mehl**

(OO oder universal)

**Für den Pizzateig****Vorteig****300 g Wasser****25 g Salz****300 g Manitoba**

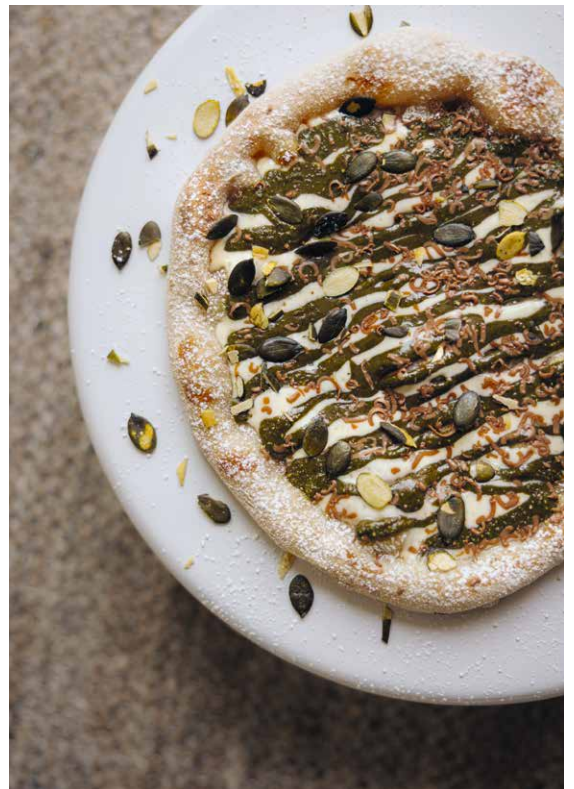
(Mehl oder Brotmehl)

**200 g Pizzamehl**oder **Universalmehl****Olivenerlen****Für das Kürbiskern-Praliné****300 g Kürbiskerne****200 g Kürbiskernöl**

(guter Qualität)

**100 g Staubzucker****Für die Mascarponecreme****100 g Mascarpone****2 cl Milch****20 g Staubzucker****Zum Garnieren****Gehobelte****Bitterschokolade****und Kürbiskerne****ZUBEREITUNG**

1. Zuerst den Pizzateig zubereiten: Für den Vorteig die Trockengerst und den Honig im lauwarmen Wasser auflösen, das Mehl einrühren und zugedeckt 1 Stunde bei Zimmertemperatur gehen lassen, dann zugedeckt 16 bis 24 Stunden im Kühlschrank rasten lassen.
2. Lauwarmes Wasser und Salz in eine Schüssel geben. Den Vorteig zugeben und durchrühren. Beide Mehle zusammenmischen und ebenfalls zugeben. 10 bis 15 Minuten per Hand kneten. Eine Kugel formen und die Oberfläche leicht mit Olivenöl einreiben.
3. 15 Minuten am Arbeitstisch nicht zugedeckt rasten lassen und einige Male flach drücken und falten. Die Oberfläche wieder leicht ölen und mit einem Küchentuch abdecken.
4. Währenddessen das Praliné zubereiten: Kürbiskerne in der Küchenmaschine fein hacken, dann Öl und Staubzucker zugeben und durchmischen. Mascarpone mit Milch und Zucker glatt rühren.
5. Teig zu 4 bis 5 gleich großen Kugeln von ca. 250 Gramm formen. Als Dessert reichen meist 1 bis 2 Pizzas – der restliche Teig kann zuvor für „normale“ Pizza mit Belag nach Geschmack verwendet werden.
6. Den Pizzastein in den Ofen legen und den Ofen auf 280 °C Ober-/Unterhitze (oder so heiß wie möglich) schalten. Mindestens 30 Minuten vorheizen lassen. Die Teigkugeln zu Pizzaböden ausrollen oder -ziehen. Die Innenseite mit 2 Esslöffel Wasser und 1 Esslöffel Pflanzenöl auspinseln, den Rand frei lassen.
7. Die Fladen backen, bis die Unterseite und der Rand gebräunt sind, ca. 5 Minuten. Praliné und Mascarpone in Tüllen füllen und die Pizza nacheinander dekorativ damit garnieren. Mit gehobelter Bitterschokolade und Kürbiskernen garnieren und sofort servieren.



# Mit der Sonne backen



FOTOS: LUKAS LORENZ, VISUALISIERUNGEN: ARCHITECTS COLLECTIVE

Irene und Gerhard Ströck am Dach der Backstube, wo die neue Photovoltaik installiert wurde.

von

SEVERIN CORTI

## So geht Nachhaltigkeit: Die Backstuben und unsere Filialen bekommen einen Teil ihres Stroms jetzt aus der Photovoltaik am Dach der Bäckerei.

**D**ass Nachhaltigkeit bei Ströck ein integrativer Teil der DNA des Unternehmens ist, können wir jetzt nicht wirklich als Neuigkeit verkaufen – dazu ist die Liste der Initiativen und Leistungen zu lang. So wird bei uns seit Jahren nur Getreide verbakken, das zu 100 Prozent in Österreich angebaut und verarbeitet wurde. Der Bio-Anteil der Mehle liegt bei über 70 Prozent und steigt stetig. Saisonales Obst, Gemüse und Kräuter für die Gerichte in unseren Ströck-Feierabend-Restaurants werden im hauseigenen Ströck-Feierabend-Garten nahe der Bäckerei angebaut und geerntet. Die Wiederbrote, -weckerl und -baguettes unserer Ströck-Feierabend-Linie zeigen, wie knusprig, flaumig und geschmackstief Brot schmeckt, das zu einem Drittel aus Brot vom Vortag besteht – ein unwiderstehliches Rezept gegen Lebensmittelverschwendung. Auch der Strom, den wir verbrauchen, ist so nachhaltig wie möglich produziert – und zwar schon seit 2011. Seit damals ist Ströck Kunde der Firma Naturkraft, die Strom nur aus erneuerbaren Energien wie Wind, Wasserkraft, Erdwärme, Biomasse und Sonnenenergie gewinnt.

Es ist also nur logisch, dass wir jetzt den nächsten Schritt setzen und die Kraft der Sonne einfach direkt anzapfen. Die Backstuben, später auch fast die Hälfte unserer Filialen, werden mit Sonnenstrom aus hauseigener Produktion versorgt. Hoch oben auf den Dächern von drei unserer Standorte in der Donaustadt haben wir dafür hocheffiziente Photovoltaikanlagen installiert. In Zusammenarbeit mit Burgenland Energie versorgt sich Ströck nun selbst mit



Über 1.800 Photovoltaik-Module wurden auf den Dächern der Backstuben installiert.



Die Abwärme der Öfen in der Backstube wird genutzt werden, um ein Glashaus am Dach zu beheizen – für Kräuter und Gemüse auch in der kalten Jahreszeit.

sauberem und erneuerbarem Strom aus Sonnenkraft von eigenen Anlagen.

Um solch ein gewaltiges Volumen zu liefern, sind entsprechend leistungsfähige Anlagen nötig. Die Sonnenkollektoren auf den Backstuben in der Johann-Ströck-Gasse und in der Lexergasse sowie am Dach der Werkstätten bestehen aus über 1.800 Photovoltaikmodulen auf einer Gesamtfläche von 3.500 Quadratmetern. Pro Jahr werden so ►



» *Wir sparen Strom und investieren gleichzeitig in die Nachhaltigkeit.* «

GERHARD STRÖCK

Klimawende beitragen. Erstmals entsteht damit auf einem Industriebau in Ostösterreich ein Dach mit neu geschaffenen Grünflächen – eine grüne Vision wird Realität. Das gilt hierzulande jetzt schon als beispielgebendes Vorzeigeprojekt.


## Der Garten am Dach

► circa 800.000 Kilowattstunden erzeugt. Dies entspricht etwa dem Strombedarf von 230 Haushalten und spart rund 180 Tonnen CO<sub>2</sub> im Jahr.

„Wir sparen massiv Strom und investieren gleichzeitig in die Nachhaltigkeit“, sagt Gerhard Ströck, „für uns als Brotbäcker und essenzielle Nahversorger sind Energieautarkie und Versorgungssicherheit ganz zentrale Themen – das hat uns die Pandemie deutlich vor Augen geführt. Deshalb wollen wir das langfristig tatsächlich auch sicherstellen.“ Die Investition ist also nicht ausschließlich dem Kampf für Klima und Umwelt geschuldet, sondern wurde auch mit Blick auf die Versorgungssicherheit im Krisenfall gemacht.

Gleichzeitig geht es aber noch um ein weiteres Projekt mit einzigartigem Vorzeigecharakter: Mit dem Umbau der Backstube in der Lexergasse bekommt das Gebäude ein Gründach, das nicht nur kühlend wirkt, sondern dank Verdunstungskühlung ganz aktiv dazu beiträgt, die Hitzeentwicklung der Stadt zu reduzieren. In Zeiten, wo ein Rekordsommer den nächsten jagt, wollen auch wir Bäcker aktiv zur

Das Gründach ist ein ausgeklügeltes Beispiel für das Zusammenspiel zukunftsweisender Technologien: So ist etwa ein eigener Wasserspeicher integriert, der den Regen für die Pflanzen speichert und bei Starkregen gleichzeitig die Kanalisation entlastet. Die Pflanzen am Dach fördern einerseits die Biodiversität, andererseits tragen sie aktiv zur Dekarbonisierung der Luft bei, weil das CO<sub>2</sub> im fruchtbaren Boden gebunden wird. Nicht zuletzt wird damit auch die Effizienz der neuen Photovoltaikanlagen gesteigert.

Das ist aber noch immer nicht alles: Am Dachgarten wird auch ein Gewächshaus errichtet, das mit der Restwärme der Backöfen geheizt wird und somit auch in der kalten Jahreszeit als Kräutergarten funktioniert. Nicht zuletzt profitieren aber auch unsere Mitarbeiter\*innen: Am Gründach entsteht ein Erholungsraum, der in den Arbeitspausen für eine grüne Auszeit genutzt werden kann. Brot backen ist nämlich nicht nur eine der schönsten Tätigkeiten, die man sich vorstellen kann, sondern auch ganz schön anstrengend. 





# ALT WIEN KAFFEE

Der **Stadt** ihren **Kaffee**.

Schleifmühlgasse 23, A-1040 Wien | [altwien.at](http://altwien.at)

# Bäckerlatein



**Hydrationsrate, die:** Die Hydrationsrate gibt an, wie viel Wasser ein Teig enthält. Sie wird in Prozent des Mehls angegeben, wobei das Mehl immer als 100 Prozent angenommen wird. Soll heißen: Wenn ein Teig 100 Gramm Mehl und 80 Milliliter Wasser enthält, hat er eine Hydrationsrate von 80 Prozent.

Dieses System macht es sehr leicht, ausgehend von einem Rezept die Teigmenge zu variieren. Wer weiß, dass das Rezept 80 Prozent Wasser enthält, kann sehr schnell die richtige Menge für ein, 20 oder 150 Kilo Mehl berechnen. *(Das gleiche System wird auch für alle anderen Zutaten verwendet, Rezepte geben also auch Germ und Salz in Prozent der Mehlmenge an. Der Bäcker spricht von „Bäckerprozenten“).*

Mit etwas Übung sieht man Brot und Gebäck an, wie viel Wasser der Teig vor dem Backen enthalten hat: Je höher die Hydrationsrate eines Teiges ist, desto flaumiger und großporiger wird er nach dem Backen werden. Teige für Focaccias oder neapolitanische Pizza enthalten sehr viel Wasser – in extremen Fällen bis zu 120 Prozent – dichte Teige wie jene für Semmeln weniger.

Generell gilt: Weizenmehle und weiße Mehle binden Wasser weniger effizient als Roggen- und Vollkornmehle. Ein Weizenbrot mit der gleichen Hydrationsrate wie ein Roggenbrot wird daher einen großporigeren, luftigeren Teig ergeben.

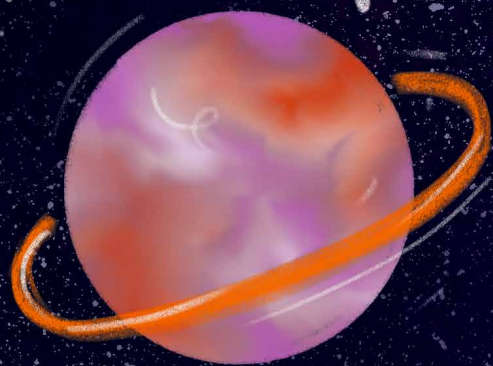
Teige mit sehr hoher Hydrationsrate (über 70 Prozent) sind schwerer zu verarbeiten und zu formen als solche mit geringer Hydrationsrate – eine schöne Pizza zu formen braucht daher ganz schön viel Übung. Sehr nasse Teige werden daher mitunter nicht geformt, sondern „geschliffen“, also mit Händen auf einer Oberfläche in Form gebracht.



# Großer Kult für kleine Genussmomente.



[www.pago.at](http://www.pago.at)



[stroeck.at](http://stroeck.at)  
[stroeck-feierabend.at](http://stroeck-feierabend.at)