

griffig & glatt

PICKNICK IST WELT!

Die schönsten Traditionen
weltweit plus die besten
Sandwiches für Wiese,
Wald und Strand

DAS WUNDER SAUERTEIG

Wie eine Entdeckung aus
der Urzeit uns auch morgen
besser backen lässt



stroeck.at
stroeck-feierabend.at



ENDLICH DRAUSSEN!

Warum es uns in freier Natur
am allerbesten schmeckt

Liebe Leserinnen und Leser!

So unterschiedlich Menschen auf der ganzen Welt sind, einige Dinge haben sie doch gemeinsam: das Picknick zum Beispiel. Von Peking bis Marrakesch, von London bis Tokio ist bekannt: Draußen in der Natur schmeckt das Essen einfach noch einmal viel besser – vor allem wenn uns nach einem langen Winter endlich die ersten Sonnenstrahlen wärmen.

Als Bäcker haben wir fürs Draußenessen eine ganz besondere Kompetenz: Brot ist nämlich eine dieser tollen Speisen, die Essen und Geschirr in einem sind, wie gebacken dafür, es mitzunehmen und dort zu verspeisen, wo es gerade am schönsten ist. Wir haben uns daher angesehen, wie andere Kulturen auf der Welt das Picknick zelebrieren, bevor wir Ihnen unsere liebsten Köstlichkeiten für unterwegs vorstellen. Die international bekannte Illustratorin Masha Manapov hat uns dafür ihre Interpretation von einigen der schönsten Picknickplätze Wiens gezeichnet.

Was ist mindestens so schön, wie draußen zu essen? Draußen kochen und vor allem backen natürlich! Der britische Starbäcker Tom Herbert hat ein ganzes

Buch darüber geschrieben, wie man mit einfachen Mitteln über einem Lagerfeuer köstliches Brot bäckt. Wir haben uns mit ihm über die Magie des Feuers unterhalten und darüber, warum wir einen entspannteren Zugang zum Backen finden sollten (ab Seite 6).

Wer endlich raus darf, will natürlich nicht nur faul auf der Decke liegen, sondern sich auch bewegen. Auf Seite 19 erklärt uns die Yogalehrerin Eva Hinterleitner, was Brot und Yoga gemeinsam haben – die Kraft der Ruhe und der Beweglichkeit nämlich. Um Ruhe geht es auch auf den Seiten 34 bis 37: Wir beschreiben ausführlich, wie und warum ganz viel Zeit und traditionelle Teigführung unsere Ströck-Brote so bekömmlich und köstlich machen – und warum wir dafür sogar eine uralte Getreidesorte neu anbauen und verbacken.

Wir wollen all dieses Wissen auch an die nächste Generation weitergeben. Die Lehrlingsausbildung ist uns bei Ströck seit vielen Jahren ein ganz besonderes Anliegen. Während der Ströck-Lehrlingswoche übergeben wir eine prominente Filiale für eine ganze Woche an unsere Nachwuchstalente. Ab Seite 40 haben wir mit Lehrlingen darüber gesprochen, wie sie dieses Abenteuer erleben.

Wir hoffen, dass Sie nach der Lektüre dieses Hefes so richtig Lust bekommen, hinauszugehen und die Natur mit ihren Liebsten zu erleben. Falls es doch einmal regnen sollte: Auf Seite 48 zeigt Ihnen unser Chef-Pâtissier Pierre Reboul das Rezept für seine Rhabarber-Tarte. Damit können Sie den Frühling jederzeit in Ihre Küche zaubern – in Form eines gar köstlichen Desserts. In diesem Sinne: gutes Gelingen und einen prachtvollen Frühling und Sommer!

Ich wünsche Ihnen im Namen der ganzen Familie Ströck viel Lesevergnügen!

Ihr Philipp Ströck

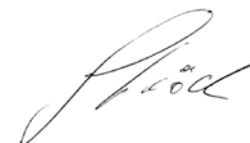
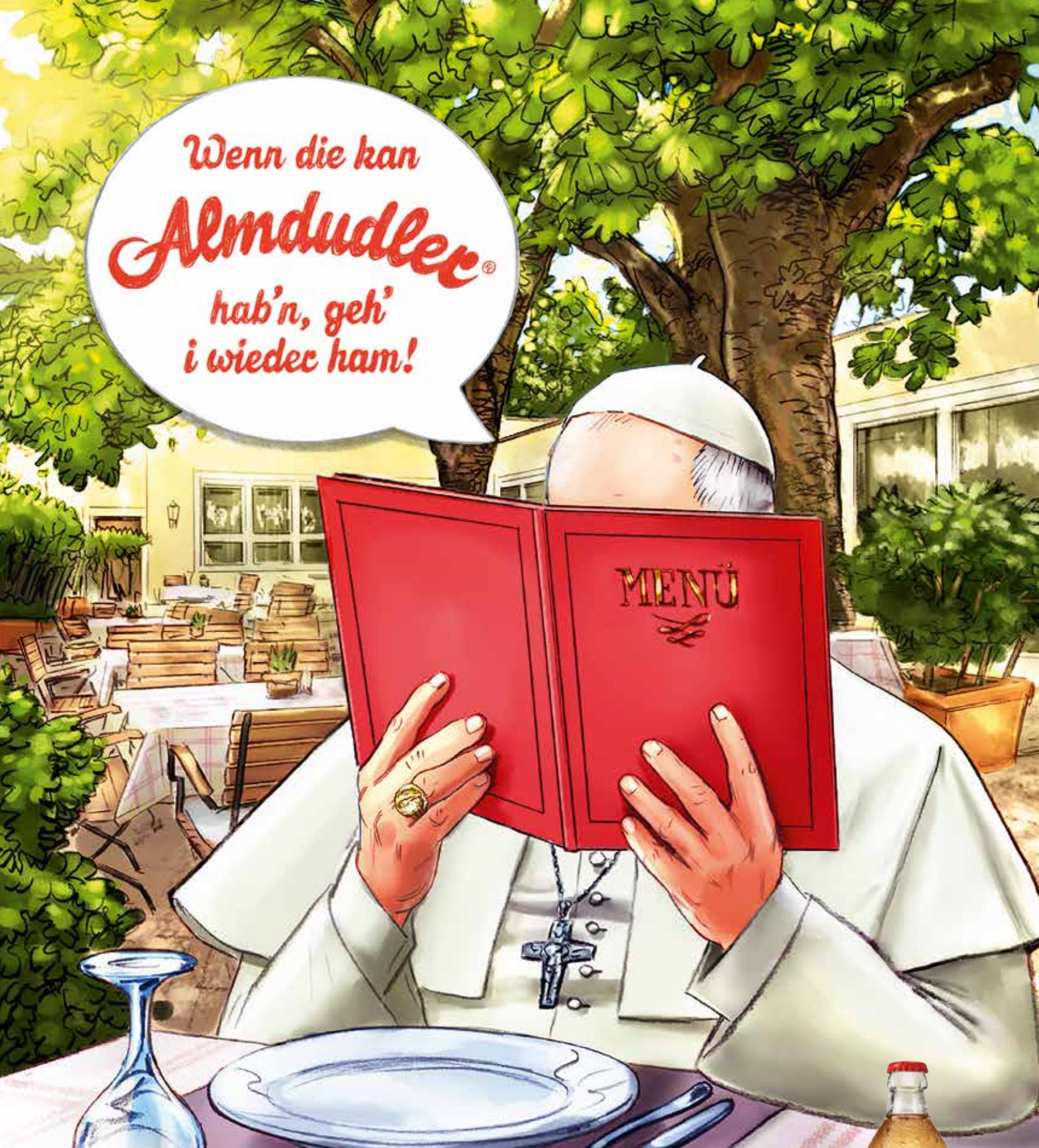



FOTO: LUKAS LORENZ



Almdudler ist die **Nr.1 Limonade*** in Österreich und wurde mit dem „**Quality Award Gesamtsieger 2018**“ ausgezeichnet. Höchste Sympathie- und Bekanntheitswerte auch weit über die Grenzen hinaus verdeutlichen: **Almdudler gehört in Österreich einfach dazu!** Das Original vom österreichischen Familienunternehmen der Familie Klein – seit 1957.

*Quelle: market institut, Markentest Limonaden in Österreich 2018, repräsentativ für die österr. Bevölkerung.

6



6

Bäcker von Welt

Warum der Brite Tom Herbert zum Brotbacken in den Wald geht.

14

Caesar im Grünen

Unsere Interpretation des Caesar-Salat mit raffiniertem Erbsendressing.

18

In der Ruhe liegt die Kraft

Was gutes Brot und Yoga gemeinsam haben, plus unser neues Yogabrot.

20

Picknick ist Welt

Draußen essen anderswo: England picknickt im Regen, Japan unterm Kirschbaum.

26



26

Endlich draußen

Genuss im Grünen: Die besten Ströck-Sandwiches für Wiese, Wald und Strand.

34

Das Wunder Sauerteig

Altes Wissen und Urgetreide für die Zukunft des Brotes.

38

Immer schön langsam

Was lange gärt, wird endlich gut. Die Ströck-Brote mit der längsten Reifezeit.

40

Lehrlinge an die Macht!

Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen der Ströck-Lehrlingswoche.

34



42

Hurra! Wir sind 50

Ein Rückblick auf die ersten 50 Ausgaben von Griffig & Glatt.

44

Glut zum Mitnehmen

Es kommt nicht auf die Größe an. Warum auch kleine tragbare Griller Spaß machen.

46

Backen mit Pierre

Rezept: Meisterbäcker Pierre Reboul macht Rhabarber-Tarte mit weißer Schokolade.

50

Das letzte Scherzel

Dieses Brot ist ein Witz. Der absurde Brotcartoon vom Cartoonisten Michael Maslin.

46

**IMPRESSUM**

Herausgeber & Medieninhaber
Ströck Brot GmbH,
Johann-Ströck-Gasse 1, 1220 Wien

Chefredaktion
Severin Corti, Tobias Müller

Produktion
Butter aufs Brot OG

Art Director
Magdalena Rawicka

Fotografie
Lukas Lorenz,
Jody Daunton, Ströck

Illustrationen
Masha Manapov, Michael Maslin

Cover
Masha Manapov

Lektorat
Armin Baumgartner

Druck
AV-Astoria Druckzentrum GmbH,
Druckhausstraße 1,
2540 Bad Vöslau

Mit besonderem Dank an
Christoph Ströck

DAS SONNREICH

THERMENHOTEL LOIPERSDORF

★★★★



Aller guten Dinge sind 3 ... plus 1

Wir laden Sie auf 1 Nacht mit Thermeneintritt & Schaffelbad ein!

- 4 Übernachtungen im Doppelzimmer
- Halbpension Plus (Frühstücksbuffet, Mittagssnack, Genuss-Abendbuffet)
- 6 Eintritte in die Therme Loipersdorf und ins Schaffelbad vom Anreisetag 9 Uhr bis zum Abreisetag 21 Uhr
- Minibar (alkoholfreie Getränke, einmalige Füllung am Anreisetag)
- hauseigener Spa & Wellness-Bereich
- Begrüßungsgetränk
- Badetasche mit Bademantel und Badetuch für die Dauer Ihres Aufenthaltes

ab € 495,- pro Person im Standard Doppelzimmer

Anreise ist immer am Sonntag und Montag möglich, ausgenommen Sommerferien, Fenster- und Feiertage.

GRIFFIG, NICHT GLATT Mehr Platz für zeitgenössische Kunst! Diesmal: Jamie McGregor Smith, Fotograf aus London.

stroeck.at/magazin Alle Inhalte dieser Ausgabe finden Sie auch online!



Tom Herbert übersiedelte mit acht Jahren auf eine Farm, auf der es keinen Fernseher gab. Seither ist er vom Feuermachen fasziniert.

„BROT MUSS NICHT IMMER PROTZIG SEIN“

Der Brite *Tom Herbert* ist Bäcker in der fünften Generation. Am liebsten bäckt er allerdings nicht in der Backstube, sondern draußen in der Natur, über offenem Feuer. Jetzt hat er ein Buch darüber geschrieben. Uns hat er erklärt, was wir beim Backen über Feuer fürs Leben lernen können – und welche Rezepte ein Lagerfeuer zu einem unvergesslichen Abend machen.

INTERVIEW TOBIAS MÜLLER & FOTOS JODY DAUNTON

Warum bist du Bäcker geworden?

Mein Großvater hat sich 1981 einen PR-Gag für unsere Bäckerei ausgedacht. Er hat einen Rekord aufgestellt: Er hat bis damals am schnellsten einen Laib Brot gebacken. Das waren andere Zeiten, heute ist es genau umgekehrt, wir wollen möglichst langsam backen! Jedenfalls hat er es in 90 Minuten vom Getreide am Feld zum fertigen Brot geschafft. Dafür hat er das Getreide mit dem Helikopter vom Feld in unsere Mühle zum Mahlen geflogen. Ich war damals vier und durfte im Hubschrauber mitfliegen. Da dachte ich mir: Wow, so einen coolen Beruf will ich auch, wo ich im Hubschrauber fliegen kann! Aber im Ernst: Meine Familie ist seit fünf Generationen Bäcker, die Frage hat sich nicht wirklich gestellt.

Wie bist du vom Hubschrauber fliegen zum Feuerbacken gekommen?

Als ich acht war, ist meine Familie auf eine Farm gezogen, wo wir Getreide für unsere Bäckerei angebaut haben und Tiere gehalten haben für unsere Fleischhauerei. Wir hatten dort keinen Fernseher, also haben mein Bruder und ich den ganzen Tag draußen verbracht und ständig Feuer gemacht. Das war der Anfang. Als ich später in die Bäckerei eingestiegen bin, hat mein Vater ganz viele Brote mit verschiedenen Dingen drin gebacken – Brot mit getrockneten Tomaten, Brot mit Käse, mit Oliven. Das war damals total gefragt. Ich wollte aber mein eigenes Ding machen und habe daher genau das Gegenteil versucht: so simpel wie möglich zu backen, nur aus Mehl, Wasser und Meer-

„ICH WOLLTE MEIN EIGENES DING MACHEN UND HABE VERSUCHT, SO SIMPEL WIE MÖGLICH ZU BACKEN.“

salz etwas Köstliches zu machen. Ich habe also mit Sauerteig begonnen und ein paar Jahre damit experimentiert. Das hat super funktioniert. Dann habe ich mich irgendwann gefragt: Wie kann ich das noch mehr reduzieren? Und die einfache Antwort war: nicht im elektrischen Ofen backen, sondern mit Holz. Ich habe daraufhin in meiner eigenen Bäckerei einen Holzofen gebaut.

In deinem Buch geht es nicht ums Backen im Holzofen, sondern ums Backen draußen, am offenen Feuer, in der Glut. Was ist daran so toll?

Es eröffnet dir eine völlig neue Art zu backen – es befreit dich von der Tyrannei der Maße, des Wiegens, der Genauigkeit. In England gibt es eine Fernsehshow, „The Great British Bake Off“. Sie hat Heimbacken äußerst beliebt gemacht, und das ist super, aber sie hat auch etwas sehr Kompetitives, es geht um Genauigkeit, um Präzision. Das ist sehr weit weg von dem, was ich am Backen liebe: dass Brot die Fähigkeit hat, Menschen zusammenzubringen, unser Leben besser, entspannter zu machen. Natürlich ist Backen eine Wissenschaft, aber es kann auch einfach nur Freude machen, entspannen, ►



Hände statt Waage:
Das Backen draußen gibt dem Vorgang seine Spontaneität und Leichtigkeit zurück.



Tom kocht und bäckt gern überall, wo er mit seiner Familie hinkommt – sei es beim Wandern im Wald oder beim Strandurlaub.

SAUERTEIGFLADEN-REZEPT

**4 Tassen Weizenmehl oder Weizenvollkornmehl,
plus ein wenig mehr zum Bestäuben der Fladen /
eine ordentliche Prise Salz / 280 g frischer Sauerteig
(selbst angesetzt oder aus einer Mischung gemacht) /
alternativ: 10 g frische Backhefe / 250 ml Wasser, über
dem Feuer auf Körpertemperatur erwärmt**

Das Feuer anzünden. Während es brennt, den Teig zubereiten.

Alle Zutaten in einer Schüssel mit den Händen zusammenmischen. 15 Minuten kneten, bis der Teig elastisch ist und sich seidig anfühlt. Wenn nötig, mehr Mehl/Wasser hinzufügen. Abdecken (eine Duschhaube eignet sich hervorragend!) und an einem warmen Ort, etwa in der Nähe des Feuers, eine knappe Stunde gehen lassen.

Während der Teig geht, ein Bett aus heißen Kohlen vorbereiten. Je größer die Kohlen, desto weniger Staub wird nachher auf den Fladen sein.

Ein etwa zwetschkengroßes Stück Teig abreißen und mit bemehlten Händen erst zu einer Kugel, dann zu einer möglichst runden Flade formen. Vorsichtig und langsam so rund und dünn wie möglich ausziehen, wie eine kleine Pizza. Sollte der Teig reißen, das Loch einfach wieder zusammendrücken. Wiederholen, bis der ganze Teig aufgebraucht ist.

Je zwei Fladen vorsichtig direkt auf die heißen Kohlen legen und zusehen, wie sie aufgehen. Wenn der Teig unten goldbraun ist – nach etwa drei bis fünf Minuten – mit einer Zange umdrehen und auf anderen Seite backen. Mit einem Ast oder Taschenmesser etwaige Kohlestücke entfernen, die an den Fladen kleben. Die fertigen Fladen in einem Geschirrtuch oder auf einem Stück Holz über dem Feuer warmhalten und möglichst schnell genießen.



SIE KÖNNEN DEN TEIG AUCH
SCHON ZU HAUSE VORBEREITEN
UND LANGSAM VERGÄREN
LASSEN. NEHMEN SIE IHN IN
EINEM PLASTIKCONTAINER MIT,
KNETEN IHN EINMAL DURCH
UND WARTEN VOR DEM
BACKEN, BIS ER SICH EINMAL
VERDOPPELT HAT.

► ernähren – dieser Aspekt des Backens verdient meiner Meinung nach viel mehr Aufmerksamkeit und Respekt. Brot muss nicht immer beeindruckend oder besonders oder protzig sein. Backen kann bescheiden sein, es muss nicht unsere ganze Aufmerksamkeit beanspruchen, sondern uns einfach mit Menschen zusammenbringen – uns gemeinsam essen und lachen lassen.

„BACKEN KANN BESCHIEDEN SEIN, UND UNS EINFACH MIT MENSCHEN ZUSAMMENBRINGEN – UNS GEMEINSAM ESSEN UND LACHEN LASSEN.“

Was bringt denn das Feuer für den Geschmack?

Zuerst einmal isst du Brot aus dem Feuer meist total frisch, wenn es aus der Hitze kommt. Das ist bereits etwas Besonderes. Außerdem gibt ihm das Feuer eine gewisse verführerische Qualität. Im Buch gibt es ein Rezept für ein Brot, das in der Glut gebacken wird, der Teig kommt direkt auf die heißen Kohlen. Du glaubst am Anfang nicht, dass das funktionieren kann, aber durch die Hitze bildet sich eine wunderbare Kruste, und die Asche lässt sich nachher einfach abschütteln. Das Brot würde keinen Schönheitswettbewerb gewinnen, aber wenn du es frisch aus dem Feuer aufbrichst und der Dampf entweicht, ist das magisch – jeder sollte das erleben! So ein Brot wärmt uns im bestmöglichen Sinn. Genau das möchte ich mit dem Buch erreichen: Es soll eine Einladung sein zu einer neuen Art des Backens – eine Einladung, hinauszugehen mit deinen Kindern und Freunden und Erinnerungen zu backen. Das Ergebnis muss nicht perfekt sein, aber es wird ganz sicher ein denkwürdiges Erlebnis.

Hat das Backen draußen auch deine Art, drinnen zu backen, verändert?

Und wie! Ich benutze die Rezepte immer und überall, vor allem die Sauerteig-Fladen (siehe Seite 11)! Ich arbeite gerade an einem Projekt, bei dem wir in einem Schiffscontainer eine ganze funktionierende Küche einbauen und dort Pop-up-Dinner veranstalten, die Köche und Bäcker sind alle Jugendliche, die Probleme mit der Polizei hatten. Bei jedem dieser Essen backen wir die Fladen. Und ich bin Botschafter für eine NGO namens Tearfund. Ich habe die Lagerfeuer-Churros mit Mädchen in Laos gebacken oder die Donuts in den Favelas von Rio. Das ist der Spirit von Wild Baking: Benutze, was du hast, mach etwas mit dem geringsten Aufwand.

Du schreibst in deinem Buch, dass du unbedingt einmal im Weltall backen willst. Ist das nicht ein bisschen zu weit draußen?

Ich bin in den 80ern aufgewachsen, da ging es ständig um Raumschiffe, ums Weltall. Ich denke mir, das wäre super spannend: wie Brot wohl in der Schwerelosigkeit aufgeht? Wenn Elon Musk oder sonst jemand ihre Crew für den Mars zusammenstellen, brauchen sie bestimmt einen Bäcker. Also hab ich das ins Buch geschrieben. Damit sie wissen: Ich bin bereit!



DO WILD BAKING
Food, Fire and Good Times

Tom Herbert ist Bäcker in fünfter Generation und liebt seit seiner Kindheit Lagerfeuer. In seinem ersten Buch verrät er die besten Brotrezepte, die auch draußen in der Natur gelingen und jeden Campingausflug zu einem unvergesslichen Erlebnis machen.



The-Do-Book-
Company-Verlag,
160 Seiten,
Englisch,
<https://thedobook.co>
€ 6,20

WIE DER SONNEN-URA
ZU SEINEM NAMEN KAM.

SO BIO
WIE WIR
SIND

stehen wir schon früh auf und ernten den selten gewordenen Schlägler Ur-Roggen.

machen wir das Brotbacken zu einer Kunst, die nichts Künstliches verträgt.

backen wir das Brot ganz ohne Backhefe und lassen uns so viel Zeit, bis die Sonne auf der Brotkruste aufgeht.

verwenden wir den Roggen-sauerteig, auch Ura genannt, der dem Brot einen besonderen Geschmack verleiht und es länger frisch hält.



Jetzt neu bei: **BILLA MERKUR**
erhältlich ab 23. 4. 2019

janatuerlich.at



Caesar im Grünen

Caesars Salat mit cremigem Erbsendressing, knusprigem Speck und Butter-Croutons

Wer sagt, dass Picknick nicht richtig raffiniert sein kann? Für einen Feierabend-Salat, vollgepackt mit Frühlingsgefühlen, machen wir ein Dressing aus frischen Erbsen und würzigem Bergkäse, das wir mit knackigem Römer- und Castelfrancosalat, fein gehobelten Radieschen und, für die Pikanz, mit ein paar zarten Frühlingszwiebeln vermengen. Die Garnitur aus in Butter gerösteten Croutons und Speck sollte fürs Picknick separat transportiert und erst unmittelbar vor dem Essen untergemischt werden – so bleibt sie knusprig und köstlich, wie es sich dieser feine Salat verdient hat! ▶

REZEPT CHRISTOPHER SCHRAMEK (Gastronomieleiter Ströck)

FOTOS LUKAS LORENZ

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)**Für das Erbsendressing**

150 g Erbsen / Saft einer 1/4 Zitrone / 2 EL weißer Balsamico-Essig /
frisch gemahlener Pfeffer / Ein kleiner Esslöffel Honig /
ein kleines Stück einer frischen Chili (ersatzweise ein Schuss Tabasco) /
ca. 100 ml Wasser / 80 g geriebener Bergkäse / Salz

Für die Croutons und den Speck

300 g Brotwürfel vom Bio-Christophsbrot /
75 g Butter / 150 g Wurzelspeck

Für den Salat

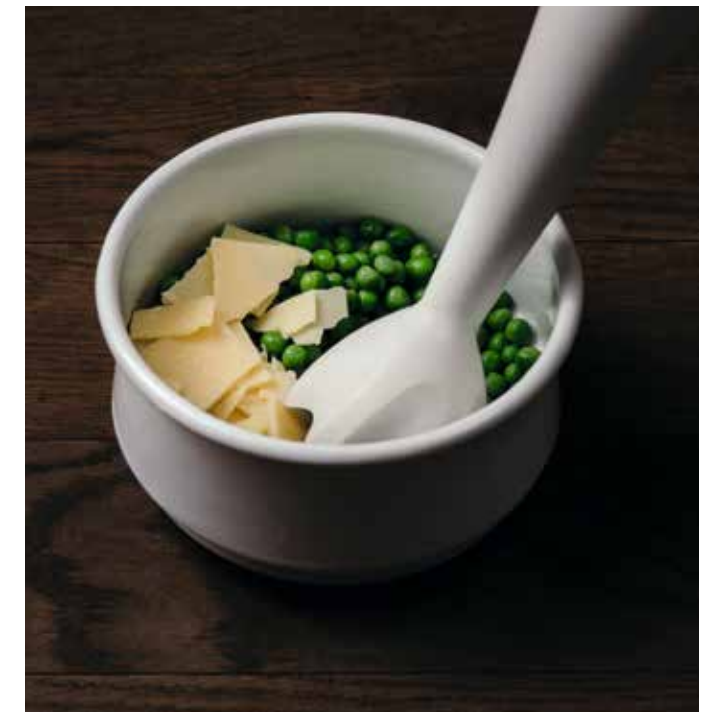
1 Kopf Römersalat (gewaschen, grob geschnitten) /
10 Radieschen (fein geschnitten) / 1 Handvoll Babyspinatsalat (gewaschen) /
3 Jungzwiebeln (fein geschnitten) / 1 Stück Castelfrancosalat
(ersatzweise Eichblattsalat, gewaschen und grob geschnitten) /
1 kernweiches Ei (geschält)

ZUBEREITUNG

Für das Dressing die Erbsen und die anderen Zutaten mithilfe eines Mixers zu einem schönen grünen Dressing verarbeiten und nach Vorliebe abschmecken. Bergkäse und Salz erst am Schluss unter das restliche Dressing mixen, da sich die Menge an Salz nach der Intensität des Bergkäses richtet.

Die Brotwürfel in der Butter langsam zu goldgelben Croutons braten. Wichtig: genug Zeit zum Braten geben, damit sie außen knusprig golden werden und innen noch saftig bleiben. Den Speck würfelig schneiden und bei leichter Hitze knusprig braten.

Salat, Jungzwiebel und Radieschen mit dem Caesar-Erbsen-Dressing vermengen, in einer Schüssel anrichten, wachswiches Ei daraufsetzen und mit dem knusprigen Speck und den goldenen Croutons garnieren.



Alles im Fluss

Warum es bei Ströck jetzt ein eigenes Yogabrot gibt. Und warum gutes Brot und elastische Glieder viel enger zusammengehören, als man auf ersten Blick vielleicht glaubt.

TEXT SEVERIN CORTI & FOTOS LUKAS LORENZ

Gut Ding braucht Weile. Deshalb lassen wir unseren Teig 20 Stunden ruhen: für mehr Geschmack und mehr Aroma. Dazu kommen gedämpfte Sprossen, die den Teig auflockern und Ihnen helfen, aktiv in den Frühling zu starten. Mit einem herrlich bekömmlichen Weizen-Sauerteigbrot ohne Zusatzstoffe, ohne Backhefe. Das Biogetreide für unser Brot wird in Österreich angebaut und verarbeitet. Namaste!

Brot und Yoga? Auf ersten Blick muss man ein wenig nachdenken, wo da jetzt genau die Schnittmenge zu finden ist. Aber nachdenken ist immer gut. Das haben sich Irene Ströck und Eva Hinterleitner, die als Osteopathin, Physiotherapeutin und Yogalehrerin in Wien ordiniert, auch gedacht. Als aktive Yoginis wissen sie, dass Yoga viel mehr ist, als das oft transportierte Bild vom Meditieren nahelegt. Die Bewegung hilft, die Gedanken zur Ruhe zu bringen – und in der Ruhe liegt die Kraft. Richtige Ernährung ist ebenfalls ein wichtiger Baustein für einen gesunden Körper.

Daraus entstand die Idee für ein Yogabrot, für das die Bäcker von Ströck die passende Rezeptur entwickelt haben, sodass es jetzt zeitgerecht im Frühling in die Filialen kommt. „Gerade jetzt, wo sich alle nach einem Neuanfang aus der Kraft der Natur, nach Detox und frischem Körperbewusstsein sehnen“, sagt Eva Hinterleitner. Es ist ein wunderbar krustiges Weizen-sauerteigbrot geworden, dessen lockere, elastische Krume mit einer Vielzahl von Sprossen angereichert wird.

Natürlicher Sauerteig war schnell als Basis festgemacht, schließlich stand neben Genuss ganz speziell die Bekömmlichkeit im Vordergrund. Teig, dem wie in diesem Fall eine lange Ruhezeit (20 Stunden!) gegönnt wird, vermag die Enzyme im Getreide außerordentlich gut aufzuschließen – ideal für den Geschmack, aber auch für den Stoffwechsel.

Hinterleitner teilt ihre Praxis mit einem Orthopäden und weiß, wie viele Menschen heute Rückenprobleme haben: „Es ist wird zu wenig kommuniziert, wie maßgeblich Rückengesundheit für den Stoffwechsel ist – und umgekehrt. Die Nerven, die für unseren Verdauungsapparat zuständig sind, erreichen diesen über den Rücken und die Wirbelsäule“, sagt Hinterleitner. Ein guter Stoffwechsel sei dementsprechend mitentscheidend für einen guten, beschwerdefreien Rücken.

Reif für Bewegung


Mindestens so wichtig ist natürlich Bewegung und besonders die Elastizität des Bewegungsapparats. „Hier greift Yoga ein“, sagt die Physiotherapeutin, „gerade in der heutigen Zeit, in der wir alle mehr sitzen, als uns guttut!“ Um Elastizität geht es ganz zentral auch bei gutem Brot. Die elastische Krume,



YOGASEMINAR GEWINNEN!

Wer die regenerative Kraft von Yoga selbst kennenlernen möchte, der hat mit Ströck und etwas Glück jetzt exklusiv Gelegenheit dazu: Ströck verlost 70 Teilnehmerplätze für ein Yogaseminar mit Eva Hinterleitner (Bild oben) im Mai 2019. Viel Glück und Elastizität! Alle Informationen zum Mitmachen gibt's auf www.ströck.at.

die das Yogabrot auszeichnet, ist eine direkte Folge der natürlichen, langen Ruhezeit.

„Ein anderer wichtiger Aspekt ist Entgiftung“, sagt Hinterleitner, „beim Yoga werden die Organe und der ganze Organismus durch spezielle Übungen gedehnt und komprimiert, sodass die Giftstoffe abfließen und Platz für neue Energie geschaffen wird. Hier kommen die aktivierenden Sprossen gerade recht, deren Nährstoffe, Vitamine und sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe sich wie ein Jungbrunnen im Körper ausbreiten.“ Aber das Allerwichtigste ist bekanntlich gerade bei bekömmlichen Alternativen, dass sie mindestens so gut schmecken wie jene, die uns geschmacklich überzeugen müssen. Versuchen Sie das neue Yogabrot bei Ihrem nächsten Einkauf bei Ströck! Wir trauen uns zu sagen: Sie werden nicht enttäuscht sein! 



DIE WELT IST EIN PICKNICK!

England picknickt im Regen, China auf dem Friedhof. Und es gibt kaum eine schönere Form, auch den Sommer zu feiern – solange sich nur jemand findet, der genügend Champagner einkauft.

TEXT SEVERIN CORTI & ILLUSTRATIONEN MASHA MANAPOV

In England beginnt der Sommer bereits am 1. Mai. Das hat nichts mit dem Wetter oder gar dem gregorianischen Kalender zu tun, sondern mit einer völlig anderen, typisch britischen Zeitrechnung: An jenem Tag nämlich, da normal arbeitende Menschen feiern, dass sie überhaupt eine Hack'n haben, fällt für die Upper Class traditionell der Startschuss für das eleganteste Um-die-Wette-Trinken des Abendlandes: die Summer Season.

So nennt sich die legendäre, bis in den späten September reichende Ansammlung aufwendig organisierter sportiver und sonst wie freiluftiger Gelegenheiten, in teurem Zwirn und zartem Kleidchen ein Picknick zu veranstalten und sich in bester Gesellschaft bei Wind und Wetter mit Mayonnaise und Schlagobers anzuputzen. Das Picknick wird in England mit Hingabe betrieben. Zwei Events prägen den Beginn der Season: das 2000 Guineas Stakes in Newmarket – ein hochdotiertes Pferderennen – und der Rugby Cup in Wembley. Beide wären ohne kollektives Picknick schlicht undenkbar. Wer meint, dass das Wembley-Stadion als Picknick-Location wenig verlockend sei, der hat den Parkplatz des englischen Sportheligtums noch nie erleben dürfen, nachdem er sich in ein Post-Rugby-Picknick verwandelt hat.

Anders als nach Fußballspielen stehen beim Rugby vorzugsweise dunkle Daimler, Bentley und Range-Rover in den Reihen. Aus den Kofferräumen heben Tweed-betuchte Herren (aber auch vereinzelte Butler) Klappische und Delikatessen, Gedeck und Gebäck, vor allem aber Batterien klassischer Spirituosen, volle Eiskübel, Champagner. In prallgefüllten Körben harren Gurken- und Lachssandwiches, „potted shrimps“ (Nordseekrabben in geklärter, gewürzter und gestockerter Butter) mit Dill, Fasanenpaste mit zartbitter-fruchtiger Sauce

Cumberland und andere Begleitumstände insularer Unterhaltung. Nirgendwo wird das, was der Kontinent an der spleenigen Inselmonarchie so unwiderstehlich findet, so offenbar wie bei diesen über den Sommer verstreuten Gelegenheiten, in eleganter (bei den adeligen Herren stets auch etwas schlampiger) Garderobe an allen möglichen und unmöglichen Orten zu speisen und zu trinken.

Der Champagner prickelt

Das Picknick wird in England mit einer Hingabe betrieben, wie sonst kaum wo, und das sprichwörtlich unbeständige Wetter stört dabei keineswegs. Bei prickelndem Regen champagnisiert man nonchalant in Henley, am Ufer der Themse, um sein Ruderteam anzufeuern oder hofft am Spielfeldrand des Windsor Polo Club, dass es Prinz Charles, William oder Harry möglichst unsanft aus dem Sattel und in den Gatsch hebt. Allzu aufmerksame oder gar ernsthafte Beschäftigung mit dem sportlichen Geschehen gilt es tunlichst zu vermeiden: Das wäre dem vergnüglichen und an sich gewinnenden Tagesverlauf nur abträglich.

Ähnliches gilt wohl auch für das Opernfestival im privaten Opernhaus des Schlosses von Glyndebourne, bei dem zwar sehr renommierte Dirigenten und Sänger auftreten, das in der Pause angesetzte Picknick im Schlosspark aber eindeutig die Hauptattraktion darstellt. Tatsächlich gehört es wohl zum zivilisierten Zeitvertreib, sich in eleganter Abendgarderobe an einem der zahlreichen Teiche niederzulassen, die Korke ploppen zu lassen, eine Partie Croquet zu vergeigen und der Sonne beim Sinken zuzusehen, während der zweite Teil irgendeiner dramatischen Oper noch auf



Zur Zeit der Kirschblüte picknicken die Japaner bei Vollmond unter den Bäumen – natürlich ausgesucht saisonale Delikatessen aus kunstvoll lackierten Bentoboxen.



Regen kann die Freude der Engländer am Picknick nicht trüben, ob beim Pferderennen, in der Opernpause oder beim Ruderbootrennen von Henley-on-Thames.

einen wartet. Mit exakt 75 Minuten Pause zwischen den Akten ist dafür ausreichend Zeit.

Das Festland kann es mit derart distinguierten Picknicksitten schon lang nicht mehr aufnehmen. Einst waren die Picknicks der russischen Zarenfamilie, bei denen sich bis zu fünfzig Familienmitglieder auf Decken und Pölstern zum festlichen Mahl ins Gras setzten, um zu feiern, zu vergessen und Musik zu hören, legendär. Mitgebrachtes in fester und vor allem flüssiger Form gehört auch untrennbar zu den vergleichsweise plebejischen Freuden des Sammelns von Schwammerln und

Beeren, die den russischen Speisezettel nach wie vor essenziell bereichern.

In Frankreich hingegen hat das Picknick auch im Jahrtausend nach dem Skandal um die Nackte in Manets „Déjeuner sur l'herbe“ einen unangenehmen Nachgeschmack. Im Land der hohen Gastronomie wird das Essen in allzu freier Natur meist mit schlechter Gesellschaft in Form von Fliegen, Wespen und Ameisen gleichgesetzt. Dennoch kann man sommers entlang der „routes nationales“ immer wieder Familien beobachten, die ihre Campingtische direkt neben der Straße, umtobt von Abgasen und ►

► Verkehrslärm, aufbauen, um „les cornichons, la mayonnaise“ und andere Viktualien, wie einst von Nino Ferrer in seiner Hymne ans „pique-nique“ besungen, mit labberig gewordener Baguette zu verspeisen.

Einmal im Jahr aber wird Picknicken für viele Franzosen zur patriotischen Pflicht: Wenn es das Glück will, dass der Tross der Tour de France irgendwo in der Nähe vorbeistrampelt. Dann werden Kind und Kühltasche, Tisch und Transistorradio eingepackt, und man macht sich's an der Route gemütlich, bis irgendwann die Radfahrer kommen – worauf alle mit hochrotem Kopf und umgehängter Serviette aufspringen und möglichst dröhnend losbrüllen. Sobald der Tross vorbeigehechelt ist, kann bei angeregter Fachsimpelei weitergefeiert werden.

Klassisch französisches Sandwich

Ein unvergleichliches Sandwich des französischen Südens eignet sich in idealer Wiese dafür, zu Hause vorbereitet und nach stundenlangem Marinieren im Korb oder Rucksack genossen zu werden: Das Pan Bagnat (provenzalisch für „gebadetes Brot“) ist ein ausgehöhlt Weißbrot, das mit Tomaten, Jungzwiebeln, rohen Artischockenherzen, Kapern, Oliven, harten Eiern und Sardellen oder Thunfisch gefüllt und mit ordentlich Olivenöl begossen wird, worauf es stundenlang im eigenen Saft baden sollte. Wenig schmeckt so unbändig nach Sommer wie ein ausgiebig eingesaftetes Pan Bagnat am Strand, gewürzt mit ein paar unvermeidlichen Sandkörnern.

Im Mittleren Osten gehört das Speisen fernab zivilisatorischer Errungenschaften zu den beliebtesten Formen familiär-freundschaftlicher Geselligkeit – Feuer machen muss aber schon sein. Das

lässt sich dieser Tage auf der Donauinsel nachprüfen, wo zahllose Großfamilien im Schatten von Bäumen Spieße und Koteletts, marinierte Hendlteile und, ganz wichtig, reichlich Gemüse auf den Grill werfen. Gastfreundschaft und Großzügigkeit sind die zentralen Werte solcher Feiern, je mehr Gäste, desto gelungener das Picknick. Das dürfen neugierige Spaziergänger hier regelmäßig am eigenen Leibeswohl erfahren.

In Ägypten ist „Shem en Nessim“, das Fest zum Frühlingsanfang, ein besonderer Anlass fürs Speisen in der Botanik. Man fährt aufs Land, per Auto oder Boot, und


Die Franzosen picknicken gern am Straßenrand, am allerliebsten dann, wenn gleich die Stars der Tour de France vorbeiradeln.



atmet bewusst die Frühlingsluft ein, die an jenem Tag besonders wohltuend sein soll. Bis irgendwann die Nargilehs entzündet werden, süß parfümierter Rauch aufsteigt und es Zeit für die erste Partie Backgammon wird.

Poetisch und feinsinnig begehen dagegen die Japaner das Picknick – zumindest in der Theorie. Bei Vollmond und zur Kirsch- oder Chrysanthemenblüte werden kunstvoll lackierte Bentoboxen gefüllt und verpackt, damit die Schönheit der Natur auch anhand entsprechender, saisonaler Delikatessen verinnerlicht werden kann. Das Naturerlebnis wird jedoch durch abertausende andere Zelebranten beeinträchtigt, die alle zur selben Zeit das Gleiche im Sinn haben. So liegen die Picknickdecken dicht an dicht, was den Vorteil hat, dass auch des Nachbarn Ode an den Mond nicht ungehört verhallt.

Um die Ahnen zu ehren, wird in China und auf den Philippinen traditionell „Saontu“ abgehalten. Das bedeutet übersetzt „Essen am Berg“, tatsächlich finden die Picknicks aber auf dem Friedhof statt. In manchen Dörfern der südlichen Provinz Kanton werden ganze Schweine, fertig gegrillt und braun glasiert, zu den Gräbern der Ahnen geschleppt. Diese sollen sich am spirituellen Gehalt des Essens laben, dann folgt der fröhliche Teil der Zeremonie: Die Sau wird an Ort und Stelle vom lebendigen Teil der Familie verspeist.

Und wir erkennen: So ernst kann der Anlass gar nicht sein, als dass sich nicht fröhlich ein Picknick rundherum organisieren ließe. Schließlich hat der letzte Winter viel zu lange gedauert, um nicht jede sich bietende Gelegenheit am Schopf zu packen, die Schuhe von sich zu schleudern, die Ukulele einzupacken und mit F. Scott Fitzgerald zu krähen: „Life tastes better outdoors!“ Und das Essen sowieso. 



„Shem en Nessim“, das ägyptische Frühlingsfest, ist ein Anlass für ausgedehnte Picknicks, bei denen die Wasserpfeife nicht fehlen darf.

Klingt seltsam, ist aber so: In China wird am Friedhof gepicknickt, zu Ehren der Ahnen. Gern auch mit einem ganzen gegrillten Spanferkel.



ENDLICH DRAUSSEN!

Picknick kann so einfach sein. Wir präsentieren köstliche Sandwiches und Salate für ein gelungenes Essen in freier Natur, fix und fertig in Ihrer Ströck-Filiale abholbereit.

ILLUSTRATIONEN MASHA MANAPOV & FOTOS LUKAS LORENZ



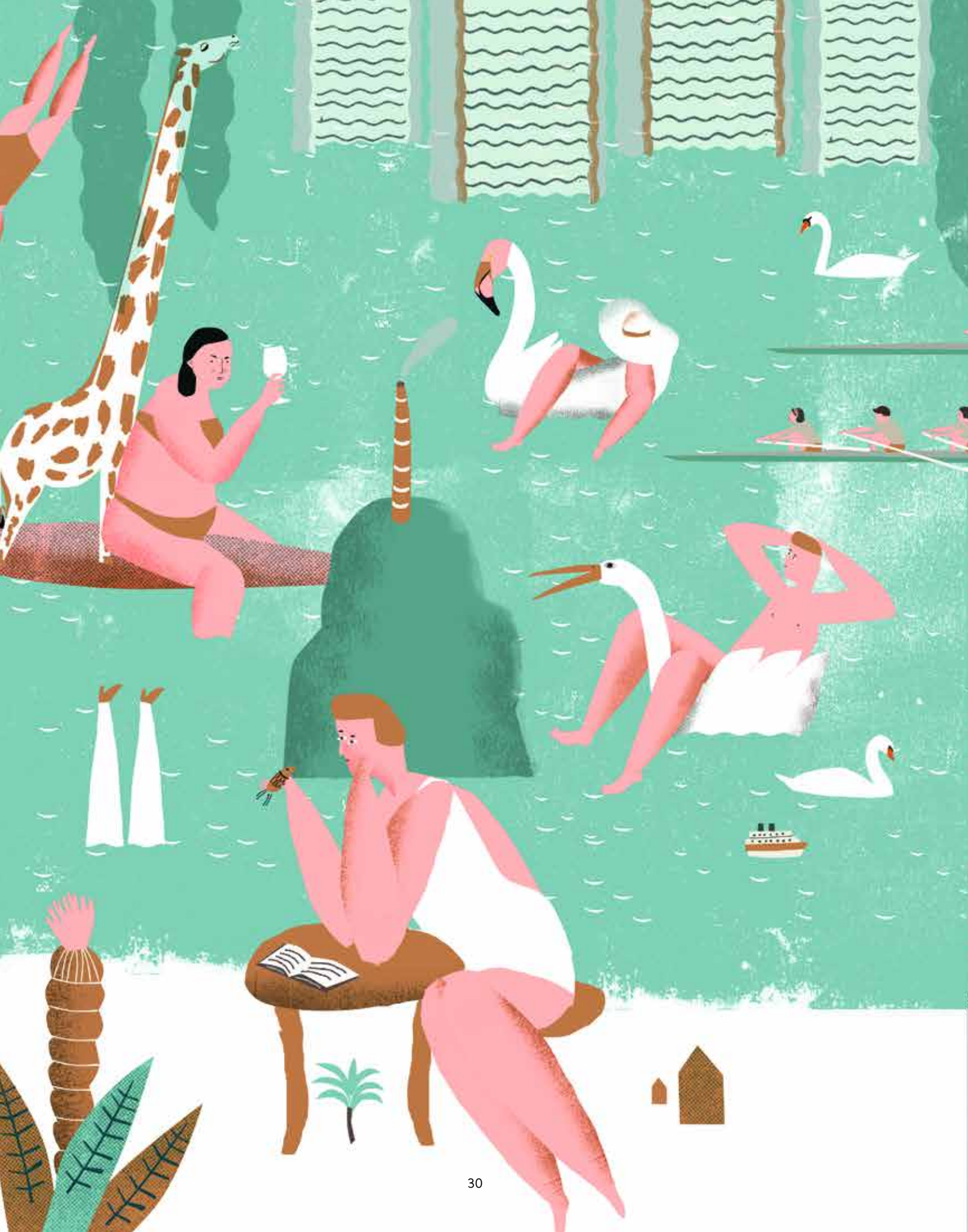
LAUGENKIPFERL AUF DER PRATERWIESE

Unsere Laugenkipferln sind an sich schon ein Genuss: innen locker und flaumig, außen resch und mit dem typischen Geschmack von feinem Laugengebäck. Zum perfekten Snack für zwischendurch werden sie aber mit zartem Putenschinken, aromatischer Gewürzbutter, frischen Gurken und Salat.



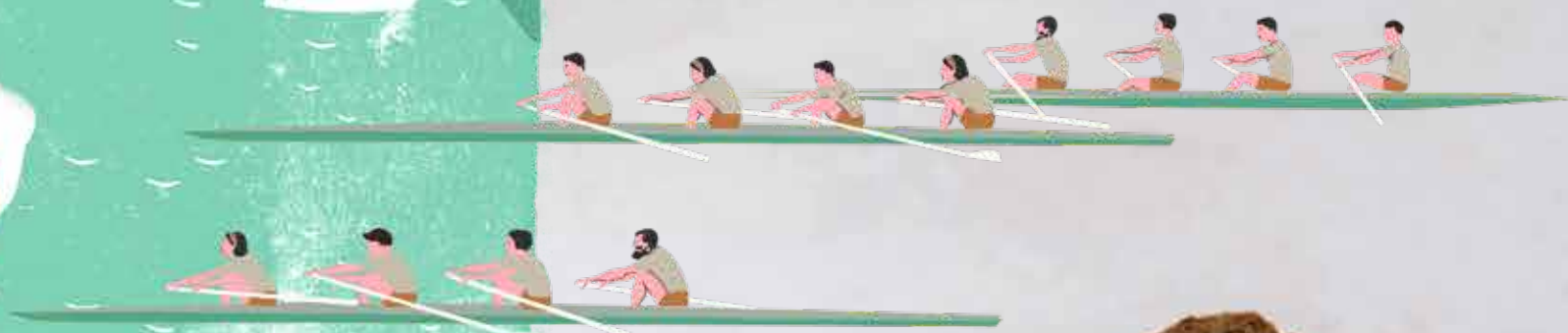
BIO-COUSCOUS-SALAT IM SCHLOSSPARK SCHÖNBRUNN
 Unser veganer Bio-Couscous-Salat entführt Ernährungsbewusste in südliche Gefilde. Den feinen Couscous veredeln wir hier mit buntem Gemüse und einer Menge an Gewürzen wie Koriander, frischem Zitronensaft und Dille. So ist der Salat ein erfrischender Snack, der den Hunger stillt, ohne schwer im Magen zu liegen. Er schmeckt übrigens nicht nur Veganern ganz ausgezeichnet.





DOPPELDECKER IM GÄNSEHÄUFEL

Unser Doppeldecker hat über den Sommer einiges dazugelernt. Als Grundlage dient unser Bioroggen Pur, dazwischen gibt es köstlichen Schinken, Speck, Salat, Eier und Gurkerl.





CIABATTA IM RATHAUS-PARK

Das Schafkäse-Olivenciabatta ist übergelüllt mit mediterranen Aromen. Angefangen bei den würzigen Oliven im feinen Ciabattabrot, setzt sich der Geschmack des Mittelmeers mit Tomatenaufstrich, Fetakäse, Rucola, Salatgurken und frischen Tomaten fort. Da schmeckt man beinahe die südliche Sonne aufgehen.



SCHAU MAL, WAS DA BLUBBERT!

Theoretisch können wir heute so schnell, günstig und viel Brot backen wie nie zuvor – das heißt aber nicht, dass wir es sollten. Ein Plädoyer für Langsamkeit, Sauerteig und alte Getreidesorten.

TEXT TOBIAS MÜLLER & FOTOS LUKAS LORENZ



So ein Sauerteig ist nicht nur einfach ein toter Klumpen aus Mehl und Wasser, sondern ein Biotop voll lebendiger Mikroorganismen.

Wer Brot backen will, der braucht Mehl, Wasser, Salz, Hitze und mindestens ein paar Stunden Zeit. Zumindest war das für den allergrößten Teil der vergangenen 2.000 Jahre so. Mindestens so lange schon essen Menschen Brot, wie wir es kennen und lieben: außen knusprig, innen luftig und leicht. Um diesen wunderbaren Zustand zu erreichen, müssen erst Hefen und Bakterien den Teig vergären, und das braucht einfach seine Zeit. Doch Zeit ist spätestens seit dem Industriezeitalter eben auch Geld, von den Kosten für zusätzlichen Lagerraum ganz abgesehen. Deswegen haben in den vergangenen Jahrzehnten Wissenschaftler und Techniker fieberhaft daran gearbeitet, die Zeit zu verkürzen, die zwischen trockenem Mehl und fertigem Laib liegt – mit erstaunlichem Erfolg.

In manchen modernen Großbäckereien vergeht weniger als eine Stunde zwischen dem Anrühren des Teigs und dem Verpacken des Brots (meist in Plastikbeutel), in einer Geschwindigkeit, die für unsere Vorfahren undenkbar gewesen wäre. Möglich gemacht haben dies neue Getreidezüchtungen, Backzusätze und große Mengen an im Labor gezüchteter Hefe. Einige Zeit sah es so aus, als hätte das Vorteile: Brot wurde billiger und überall und jederzeit erhältlich. Nach und nach merken wir aber: Wir zahlen für superschnell gebackenes Brot vielleicht einen höheren Preis, als wir gedacht haben.

Da ist zunächst einmal der Geschmack: Die wirklich unwiderstehlich köstlichen Aromastoffe entste-

hen nur, wenn die Hefen genügend Zeit bekommen, den Teig langsam und gründlich zu vergären. Mühen sie sich beeilen, geht das stets mit weniger guten und vergleichsweise unerwünschten Geschmäckern einher – ganz so wie bei einem Koch, der gezwungen wird zu hudeln. Wer richtig viel schmecken will, muss überhaupt auf gezüchtete Hefe verzichten und auf Sauerteigbrot setzen.

Jedem Brot sein Terroir

Ein Sauerteig ist nicht einfach ein toter Klumpen Teig, sondern ein eigenes, höchstkomplexes Ökosystem. Bis zu 20 verschiedene Hefepilze und 50 verschiedene Bakterien leben in ihm in einer Art Symbiose zusammen. Auch wenn sich alle Sauerteige ähneln, hat jeder seine spezifische Zusammensetzung, sein Terroir: Ein Teig aus San Francisco wird von anderen Kulturen bewohnt als einer in Wien, und sogar von Backstube zu Backstube variieren die Kulturen ein wenig. Das sorgt dafür, dass er weniger berechenbar, weniger zuverlässig und langsamer ist als gezüchtete Hefen. Dafür verrichten hier neben den Hefen noch Milchsäurebakterien ihr köstliches Werk. Ganz ähnlich wie im Joghurt sorgen sie für eine erfrischende Säure und besondere Komplexität im Geschmack.


Geschmack ist aber bei weitem nicht der einzige Vorteil der traditionellen, langsamen Backkunst. Wissenschaftler rund um die Welt haben in den ver- ►

► gangenen Jahren fieberhaft versucht herauszufinden, warum immer mehr Menschen meinen, Brot und Gebäck aus Weizen nicht gut zu vertragen. Mittlerweile wissen wir, dass Gluten, die wichtigste Proteinverbindung in Weizen, nicht daran schuld ist. Zahlreiche Studien haben ergeben, dass sie für Menschen völlig harmlos ist (außer, sie gehören zu jener sehr kleinen Gruppe – etwa 0,5 Prozent der Bevölkerung –, die an der Autoimmunerkrankung Zöliakie leiden).

Viel mehr deutet darauf hin, dass moderne Backmethoden mitschuldig sind an der Brotmisere. Weizen und andere Getreidearten enthalten sogenannte ATIs (kurz für Alpha Amylase Trypsin Inhibitoren). Das sind Stoffe, die das Getreide als Abwehrmechanismus entwickelt: Sie sollen Insekten und sonstige Fressfeinde davon abhalten, die wertvolle Energie in den Getreidekörnern, die Stärke, zu verspeisen. Wie es scheint, reagieren nicht nur Getreideschädlinge auf sie empfindlich. Auch bei Menschen können sie Beschwerden verursachen.

Lang vergoren und bekömmlich

Zwar enthalten moderne Weizenzüchtungen nicht mehr ATIs als alte Sorten (auch das wurde untersucht), aber längere Gärzeiten, wie sie bei traditionellen Backtechniken üblich sind, reduzieren die Menge dieser unerwünschten ATIs im Teig drastisch. Im industriellen Schnellgärverfahren hingegen bleiben sie im Brot erhalten. Vieles spricht außerdem dafür, dass auch Sauerteiggärung Brot aus ähnlichen Gründen deutlich bekömmlicher macht – Genaueres dazu wird derzeit erforscht.

Konservierungsstoffe können ebenfalls dazu beitragen, dass das Backwerk weniger bekömmlich wird – Sauerteigbrot hingegen bleibt dank der Säure und eines oft feuchteren Teiges ganz von selbst länger frisch. Außerdem tragen die Milchsäurebakterien im Sauerteig wahrscheinlich obendrein zu einer gesunden Darmflora bei – und damit zu generell besserer Gesundheit und erhöhtem Wohlbefinden. Ströck setzt deshalb schon seit Jahren vermehrt auf Sauerteige und lange Gärzeiten (siehe auch Artikel auf Seite 38). Wir haben erkannt: Nur was lange gären darf, wird auch wirklich gut. 



BROT AUS URALTEM KORN

Alte und neue Getreidesorten unterscheiden sich dadurch, dass die Körner alter Sorten meist weniger Stärke enthalten, dafür aber eine dickere Schale haben. Diese ist reich an Inhaltsstoffen und schmeckt Hefen und Bakterien – wie auch uns – besonders gut. Wer alte Sorten zu Vollkornmehl vermahlt, kann daraus einen besonders gut und lang gärenden Teig machen, der wiederum ein besonders aromatisches Brot ergibt. Genau das haben wir jetzt gemacht: Wir bauen in Kooperation mit Ja! Natürlich auf mittlerweile 100 Hektar Österreichs älteste Roggensorte an, die 1923 erstmals erwähnt wurde – in Bioqualität, versteht sich. Der Ertrag der Sorte ist niedrig, was ihr Mehl sehr teuer macht, aber die einzigartige Qualität ist es wert. Wir backen daraus ganz besonderes Brot: langsam vergoren, mit besonders nussig-würzigem Geschmack – köstlich, ursprünglich, und äußerst bekömmlich.

Ab Mitte April wird das Brot in allen Ströck-Filialen als „Bio-Ur-Roggenbrot“ erhältlich sein, als „Ja! Natürlich Sonnen Ura“ ist es österreichweit bei Billa und Merkur zu haben.

Unser Beinschinken: Jedes Stück ein Meisterwerk.



Thomas Schmidt
SCHINKENMEISTER

Frische, ausgesuchte Schweinsschlägel und exaktes Timing beim Massieren sind seit über 40 Jahren mein Geheimnis für den perfekten Beinschinken.

www.radatz.com

RADATZ
Schmeckt

**Wiener
FLEISCHER
MEISTER**



DIE ENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT

Was lange gärt, wird endlich gut: Deswegen gönnen wir unseren Broten besonders viel Zeit, damit sie ihren tollen Geschmack entwickeln können und besonders bekömmlich werden.

Eine Übersicht über unsere Langstrecken-Gärer.

FOTOS STRÖCK

Bis zu 36 Stunden Zeit für den Teig



Bio-Feierabend-Christoph-Brot

Ein Weizensauerteigbrot, wie wir es uns sehr lange gewünscht haben: mit herrlich intensivem Geschmack, ausgeprägt saurer Note und besonders großer Porung. Achtung: süchtigmachend!

Erhältlich in allen Ströck-Filialen.



Bio-Feierabend-Laurenzio-Wecken

Die Quadratur des Kreises: ein Brot nur aus Vollkornmehl mit all den guten Inhaltsstoffen aus dem vollen Weizenkorn, allerdings so luftig-leicht wie ein Brot aus weißem Mehl.

Erhältlich im Ströck-Feierabend.



Bio-Feierabend-Wecken

Aus bestem Biogetreide – Weizen und Roggen – wird mit genügend Zeit dieses fantastische Mischbrot.

Ein österreichischer Klassiker, den wir hier zur Perfektion gebracht haben.

Erhältlich in ausgewählten Ströck-Filialen, Auflistung siehe Homepage.



Bio-Feierabend-Wiener-Mischung

Ein ganz besonderes Brot: Aus frisch gemahlenem (!) Mehl gebacken, enthält es die Kraft und den Geschmack von Kamut, Vollkornemmer und -einkorn, Dinkel und Weizensprossen.

Erhältlich im Ströck-Feierabend.



Bio-Feierabend-Walnusskrone

Eine extra Portion gerösteter Biowalnüsse geben diesem Laib sein köstliches Aroma – und machen das Käsebrot zur Jause oder beim Picknick gleich noch einmal um Welten besser.

Erhältlich in ausgewählten Ströck-Filialen, Auflistung siehe Homepage.



Bio-Feierabend-Bauernciabatta

Es braucht besonders viel Geschick (und Zeit), um den Teig unseres Ciabattas in Form zu falten. Einmal gebacken, ist es dafür ganz besonders saftig und gleichzeitig knusprig.

Erhältlich in allen Ströck-Filialen.



Feierabend-Blunzenbrot

Für alle Blunzen-Lover und die, die es noch werden wollen. Warum die Wurst nur aufs Brot legen, wenn wir sie für noch größere Saftigkeit und vollen Geschmack gleich mitbacken können?

Erhältlich im Ströck-Feierabend.



Feierabend-Nuss-Früchtebrot

Sauerteig trifft Früchtekorb trifft Nussknacker. So viel Gutes steckt in dem Brot, dass hier gar nicht genügend Platz ist, alles aufzuzählen.

Am besten, einfach bald probieren.

Erhältlich in ausgewählten Ströck-Filialen, Auflistung siehe Homepage.



Bio-Bagett

Französisches Weizenmehl, Waldviertler Roggen und das Können unserer Bäcker ergeben das, was Kenner das beste Baguette der Stadt nennen.

Und weil wir in Wien sind, sagen wir Bagett dazu.

Erhältlich in allen Ströck-Filialen.

Wenn der Lehrling Chef ist

Eine Woche im Jahr übernehmen Lehrlinge das Kommando in der Ströck-Filiale am Stephansdom. Wie das geht, warum es wunderbar funktioniert und weshalb das auch sonst eine bahnbrechende Idee ist, haben uns drei von ihnen im Gespräch erklärt.

TEXT SEVERIN CORTI & FOTOS STRÖCK

Man darf sich schon wundern, was in die Familie Ströck gefahren ist, dass sie eine ihrer prominentesten Filialen am Wiener Stephansdom nun schon das fünfte Jahr in Folge in die Hände von ein paar Lehmädchen und -buben legt, damit die jungen Herrschaften eine ganze Woche lang zeigen können, dass sie eh sehr brav gelernt haben. Der Kunde ist bekanntlich König und als solcher recht empfindlich, wenn die gewohnt zuvorkommende Bedienung auf einmal nicht so glatt verlaufen sollte oder am Ende gar die Handsemmeln aus sind, weil sich der junge Mann in der Schaubackstube mit der Nachfrage verschätzt hat.

„Das sollte natürlich nicht vorkommen“, sagt Sebastian Gall, Bäckerlehrling im dritten Lehrjahr, der heuer schon das zweite Mal dabei ist, wenn am Stephansdom die Lehrlingswoche läuft und die gesamte Filiale, vom Filialleiter abwärts, ausschließlich von Lehrlingen betrieben wird. „Aber dass es einmal unvorhergesehen zu einem kurzen Engpass bei dem einen oder anderen Produkt kommt, passiert auch im normalen Geschäftsalltag.“ Die Kunden würden das meist auch verstehen, „schließlich schlagen wir die Handsemmeln vor den Augen der Kundschaft frisch und backen sie direkt am Stephansdom“. Eine kurze Wartezeit sei eben manchmal der Preis echter Frische.

Die Idee von Irene Ströck, Lehrlinge so konkret in die Verantwortung zu nehmen und ihnen den Betrieb einer ganzen Filiale zu übergeben, ist nur ein beeindruckendes Zeichen dafür, welchen Stellenwert die Ausbildung zukünftiger Mitarbeiter bei Ströck einnimmt. Die 70 Lehrlinge, die jedes Jahr in der Bäckerei und in den Filialen ausgebildet werden, dürfen sich für die



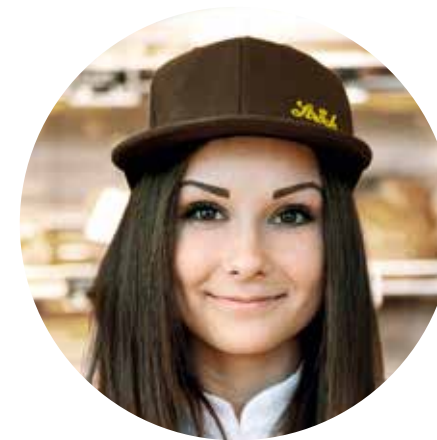
SHEREF AHMED

Das Gefühl, eine Woche ohne Chaos und mit zufriedenen Kunden bewältigt zu haben, ist einfach unbeschreiblich!“

3. Lehrjahr

Teilnahme an der Lehrlingswoche bewerben, in einem betriebsinternen Assessmentverfahren werden jene 22 ausgewählt, die die Filiale Stephansdom für eine Woche alleinverantwortlich betreiben dürfen. Die Initiative wurde von der Wirtschaftskammer mit speziellem Dank und mit einer Anerkennung ausgezeichnet.

„Da wollen natürlich alle dabei sein, so eine Chance bekommst du sonst nirgends“, sagt Sarah Jelinek, die ihre Lehre erst begonnen hat und zum ersten Mal dabei sein darf. „Über zwei Monate trainieren wir mehrmals die Woche, damit dann auch ja alles glattgeht.“ Wie



SARAH JELINEK

„Ich weiß, dass ich bei Ströck enorm viele Möglichkeiten zum Aufstieg und zur Entfaltung habe.“


1. Lehrjahr

ihre Kolleginnen und Kollegen schätzt auch sie das enorme Angebot an Weiterbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten bei Ströck. „Einstweilen weiß ich noch gar nicht genau, was ich machen will, wenn ich einmal die Lehre und, parallel dazu, die Matura abgeschlossen habe – was ich aber weiß, ist, dass ich hier enorm viele Möglichkeiten zum Aufstieg und zur Entfaltung habe.“

Wie die Haftelmacher

Das Training im Rahmen der Ströck-Lehrlingsakademie wird von Roswitha Schaffer geleitet, die die Lehrlingswoche von Anfang an mitentwickelt und aufgebaut hat. „Dabei lernen wir unendlich viele Details, die beachtet werden müssen, und wie sehr es gerade auf die Kleinigkeiten ankommt, damit so eine Filiale reibungslos am Laufen gehalten werden kann“, sagt Sheref Ahmed, der mit 18 Jahren im dritten Lehrjahr ist und heuer erstmals die Position des Filialleiters übernehmen darf. „Natürlich ist das eine Riesenverantwortung, aber wir halten als Team wirklich super zusammen und können uns zu 100 Prozent aufeinander verlassen.“ Was schon sehr nach professioneller Mitarbeitermotivation klingt, lässt sich vor Ort bei laufendem Betrieb prüfen.

Wie die sprichwörtlichen Haftelmacher sind die Lehrlinge dahinter, dass alles passt: die Ware ordentlich und sauber nachgeschichtet, das Aufbacken rechtzeitig gestartet, die Preisauszeichnungen am richtigen Platz, die Vitrinen sauber, die Snacks frisch und hübsch belegt, die Kaffeemaschine geputzt und genügend Milch eingeschichtet. – Diese und hunderte Handgriffe mehr wurden im Training klar definiert und im Team aufgeteilt, zimal durchgespielt und memorisiert, von Roswitha Schaffer penibel bewertet und korrigiert, bis wirklich jeder seine Aufgaben im Griff hat.

„Das ist natürlich anstrengend“, sagt Sheref, „aber das Gefühl, wenn wir die Woche ohne Chaos und mit zufriedenen Kunden bewältigt haben, ist einfach unbeschreiblich!“ Die Motivation, die er sich aus solcher Erfahrung hole, könne man gar nicht in Worte fassen. Heuer hat die Lehrlingswoche in der Filiale Stephansdom bereits stattgefunden, Sarah, Sheref, Sebastian und die anderen aber würden sich sehr freuen, wenn Sie im nächsten Jahr, voraussichtlich Mitte März, in der Filiale Stephansdom vorbeischauchen. Die genauen Daten werden wie stets auf www.stroeck.at veröffentlicht! 



SEBASTIAN GALL

„Wir schlagen die Handsemmeln vor den Augen der Kundschaft frisch und backen sie direkt am Stephansdom.“

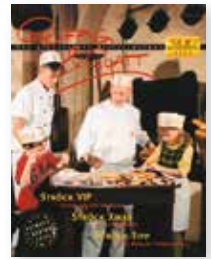
3. Lehrjahr

Hurra! Wir sind 50

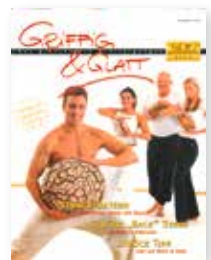
Ein bisschen stolz sind wir schon: Unser Backmagazin Griffig & Glatt gibt es seit 18 Jahren. Wir sind also volljährig! Sie halten gerade unser 50. Magazin in Händen. Zur Feier des Tages zeigen wir hier noch einmal die Cover aller Ausgaben. Sehen Sie selbst, wie gut wir uns entwickelt haben.



Nr. 01
Frühling/Sommer 2001



Nr. 02
Herbst/Winter 2001



Nr. 03
Frühling 2002



Nr. 04
Sommer 2002



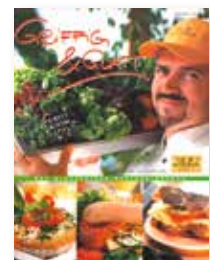
Nr. 05
Herbst 2002



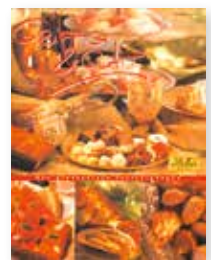
Nr. 06
Winter 2002



Nr. 07
Frühling 2003



Nr. 08
Sommer 2003



Nr. 09
Winter 2003



Nr. 10
Frühling 2004



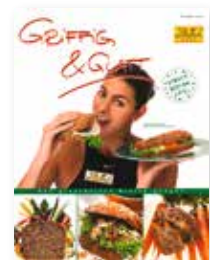
Nr. 11
Sommer 2004



Nr. 12
Herbst 2004



Nr. 13
Winter 2004



Nr. 14
Frühling 2005



Nr. 15
Sommer 2005



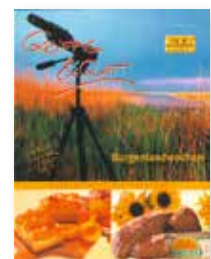
Nr. 16
Herbst 2005



Nr. 17
Winter 2005



Nr. 18
Frühling 2006



Nr. 19
Sommer 2006



Nr. 20
Herbst 2006



Nr. 21
Winter 2006



Nr. 22
Frühling 2007



Nr. 23
Sommer 2007



Nr. 24
Herbst 2007



Nr. 25
Winter 2007



Nr. 26
Frühling 2008



Nr. 27
Sommer 2008



Nr. 28
Herbst 2008



Nr. 29
Frühling 2009



Nr. 30
Sommer 2009



Nr. 31
Herbst 2009



Nr. 32
Frühling 2010



Nr. 33
Sommer 2010



Nr. 34
Winter 2010



Nr. 35
Frühling/Sommer 2011



Nr. 36
Herbst/Winter 2011



Nr. 37
Frühling 2012



Nr. 38
Frühling/Sommer 2013



Nr. 39
Herbst/Winter 2013



Nr. 40
Frühling/Sommer 2014



Nr. 41
Herbst/Winter 2014



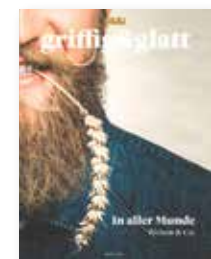
Nr. 42
Frühling/Sommer 2015



Nr. 43
Herbst/Winter 2015



Nr. 44
Frühling/Sommer 2016



Nr. 45
Herbst/Winter 2016



Nr. 46
Frühling/Sommer 2017



Nr. 47
Herbst/Winter 2017



Nr. 48
Frühling/Sommer 2018



Nr. 49
Herbst/Winter 2018



Nr. 50
Frühling/Sommer 2019

Kohletransporter

Auch wer keinen Garten hat, will hin und wieder den Geschmack der Glut genießen. Ein tragbarer Grill macht noch aus dem kleinsten Balkon ein Barbecue-Paradies.

TEXT TOBIAS MÜLLER & FOTO LUKAS LORENZ

Die Beherrschung des Feuers ist einer der wesentlichen Dinge, die den Menschen vom Tier unterscheidet. Einige Wissenschaftler meinen gar, dass wir unsere Intelligenz der Kunst des Feuermachens (und nachträglich erfolgreichen Löschens) verdanken: Weil wir unser Essen über Feuer zu kochen lernten, wurde es besser verdaulich (Brot statt Mehl ist dafür ein exzellentes Beispiel). Damit hatten wir mehr Energie, um unsere Hirne wachsen zu lassen.


Fast zwei Millionen Jahre haben wir über Feuer gekocht, gerade einmal ein paar Jahrzehnte auf Elektroöfen und Induktionsplatten. – Es ist daher verständlich, dass wir uns der Magie des Feuers nicht entziehen können und es für uns wenig Befriedigenderes gibt als eine Mahlzeit, die über Flammen oder glühenden Kohlen zubereitet wurde. Das gilt natürlich auch für gartenlose Stadtbewohner, die schließlich auch nur Menschen sind. Um nun diesen armen Kreaturen zu helfen, wurde der tragbare Grill erfunden.

Nachhaltig und mit Deckel

Warum der viel besser ist als der Einweggrill aus dem Supermarkt? Weil er nachhaltiger ist, nicht zwangsläufig nach Anzündmittel stinkt und weil er, vielleicht am wichtigsten, einen Deckel hat. Der erlaubt es nämlich nicht bloß, Hendlhaxen oder Rost-



braten über Höllenfeuer scharf anzubraten, sondern danach auch über gemäßigter, gleichmäßiger Hitze auf den perfekten Garpunkt zu schmoren. Selbst die gemeine Bratwurst profitiert davon, nach (oder noch besser: vor) der Röstphase sanft auf Temperatur gebracht zu werden.

Sicher, auf so einem tragbaren Grill werden keine kulinarischen Wunder vollbracht, aber man darf sich von der Größe nicht täuschen lassen: Mit Übung und guter Grillkohle ist so einiges möglich. Und es liegen Welten zwischen gar nicht grillen und auf einem tragbaren Grill auf dem Balkon oder im Park Fleisch über der Glut garen – der Unterschied ist jedenfalls viel größer als jener zwischen dem tragbaren Grill und dem teuersten, neuesten Smoker aus den USA. 

KLEIN, ABER OHO!

Der Weber-Grill macht auf dem Balkon oder Campingplatz auch an Steakabenden eine gute Figur: Im Gegensatz zum Einweggriller lässt er sich mit hochwertigen Kohlen befeuern und hat einen Deckel, der neben scharfem Anbraten auch langsames (Nach-)Garen erlaubt. Der Deckel hat zwei Lüftungslöcher, mit dem sich die Temperatur regeln lässt. In der bewährten Kugelform gibt es den tragbaren Grill natürlich auch.

www.weber.at



„WENN SIE DIE RHABARBER-STANGEN MIT SIRUP ÜBERGIESSEN UND DANN NUR ZIEHEN LASSEN, WERDEN SIE WUNDERBAR ZART, OHNE IHRE FORM ZU VERLIEREN.“



Stangenweise Frühlingsgefühle

Es ist jedes Jahr dasselbe: Der Frühling schlägt aus, die Gefühle sprießen, und am liebsten will man nur noch leicht und zart und fruchtig sein. Bis hier bei uns die ersten Früchte reifen, wird es aber noch dauern. Zum Glück gibt es den Rhabarber, der botanisch zwar den Gemüsen zuzurechnen ist, mit seiner fruchtigen Säure aber eindeutig wie Obst schmeckt – und wie gemacht ist, um den Hunger auf Frühling zu stillen.

Pierre Reboul, der bei Ströck die neuen Entwicklungen in der Backstube vorantreibt, pochiert ihn in diesem Rezept für eine Mandel-Rhabarber-Tarte mit weißer Schokocreme in Himbeersaft, was den zarten Stangen besonders gut bekommt. Das Rezept braucht ein wenig Zeit, weil der Rhabarber und die Schokocreme besonders gut werden, wenn sie einen Tag im Kühlen vor sich hin ziehen können. Dafür ist das Ergebnis aber mindestens so spektakulär anzusehen, wie es schmeckt – probieren Sie es einfach aus!



FOTOS LUKAS LORENZ

Rhabarber-Mandel-Tarte mit weißer Schokolade

ZUTATEN

(FÜR 6-8 PERSONEN)

Mürbteig (Masse reicht für zwei Tarteböden)

350 g Universalmehl (480er)

280 g Butter (zimmerwarm)

140 g Staubzucker

40 g Mandelmehl

3 Eigelb

Prise Salz

Mandel-Rhabarber-Fülle

80 g Butter

80 g Zucker

80 g geriebene Mandeln

1 TL Mehl

1 Ei

Schale von 1/2 Biozitron

100 g Rhabarber

Weißer Schokoladencreme

50 g Obers

70 g weiße Schokolade

130 g Obers zum

Aufschlagen

Pochierter Rhabarber

500 g Rhabarber

0,5 l Himbeersirup

1,5 l Wasser

Saft einer Zitrone

Außerdem

1 Päckchen Tortenguss

ZUBEREITUNG

Damit alles gut gelingt, sollte der Kuchen einen Tag vorher vorbereitet werden!

Für den Mürbteig Butter, Ei und Zucker schaumig rühren, dann Mandelmehl, Mehl und Salz zugeben und mit dem „Bischof“ (Flachrührer) der Rührmaschine gründlich verkneten. In Frischhaltefolie wickeln und über Nacht kaltstellen.

Für die weiße Schokocreme Obers aufkochen, von der Hitze nehmen, Schokolade zugeben und verrühren, bis die Masse geschmolzen und glatt ist. Kaltes Obers dazu, mittels Stabmixer emulgieren und ebenfalls kaltstellen.

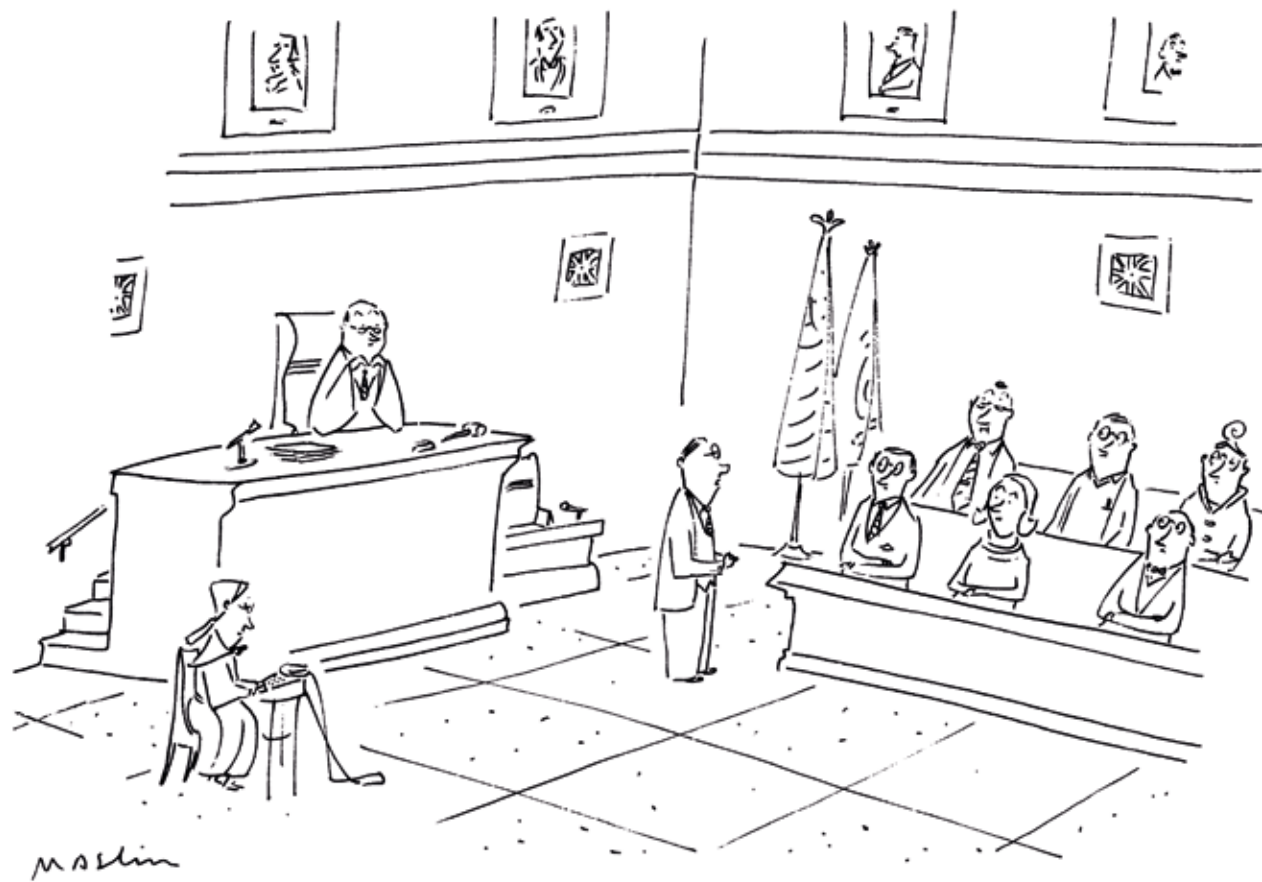
Für die Rhabarbergarnitur Sirup und Wasser aufkochen, Zitronensaft zugeben. Rhabarber bei Bedarf schälen und in langen Stangen in den heißen Saft legen. Zudecken und abseits der Hitze gar ziehen lassen. Über Nacht kühl lagern.

Tags darauf Mürbteig teilen, einen Teil für eine andere Tarte tiefgefrieren. Teig etwas mehlen und ca. 2-3 mm dünn ausrollen. Form ausbuttern, Teig einlegen, in die Form drücken, mittels Messerrücken abstehende Teigreste entfernen. Boden mehrmals einstechen, nochmals für 30 Minuten kaltstellen. Bei 160 °C ca. 15 Minuten backen.

Für die Rhabarber-Mandel-Fülle Butter und Zucker schaumig rühren, Mandelmehl, Mehl sowie Zitronenschale zugeben, das Ei untermixen. Rhabarber in 2 cm große Stücke schneiden. Die Masse auf der Tarte verteilen und glattstreichen, Rhabarberstücke darüber verteilen und nochmals für 15 Minuten backen. Auskühlen lassen.

Schokocreme mit dem Mixer aufschlagen, bis sie fest und fluffig wie Schlagobers wird – nicht zu viel, weil sie sonst griesig wird. Auf der Tarte glattstreichen. Pochierten Rhabarber abtropfen lassen und eng darauf legen. Mithilfe einer Schere so trimmen, dass der Rhabarber die Tarte ganz bedeckt. Tortenguss nach Packungsanleitung zubereiten und den Rhabarber damit bepinseln. Mit Frühlingsblüten dekorieren und servieren.





„In diesem Prozess geht es um viel mehr als nur eine Schinkensemmel.
Dieser Prozess dreht sich um eine Schinkensemmel mit Kren.“

DRAWING BY MICHAEL MASLIN, ORIGINALLY PUBLISHED IN „THE NEW YORKER“



BIAŁOWIEŻA – EUROPAS GRÖSSTER URWALD

JAMIE MCGREGOR SMITH

Polen beherbergt einen der letzten verbliebenen Urwälder auf dem europäischen Kontinent – eine Wildnis, die seit der letzten Eiszeit erhalten geblieben ist. Der Künstler Jamie McGregor Smith hat dieses einzigartige Biotop in den Mittelpunkt seines jüngsten Werks gestellt. Im Jahr 2015 beschloss die polnische Regierung, weitere Stämme im Wald fällen zu lassen: Die Quote für Holzfäller wurde verdoppelt. Dies hat zu einer hitzigen Debatte im Land geführt: Während die eine Seite den Wald als wirtschaftliche Ressource betrachtet, wie es in anderen Teilen Europas immer der Fall war, kämpfen andere darum, den Wald unberührt zu lassen – als letztes Überbleibsel eines Ökosystems, das einst fast ganz Europa bedeckte.

Die Holzindustrie ist ein wichtiger Teil der polnischen Wirtschaft und für viele Menschen eine Quelle des Nationalstolzes. Für die Dörfer in und um den Wald stellt dessen Nutzung eine wichtige Einnahmequelle dar. Umweltschützer und Wissenschaftler weisen wiederum auf die Ein-



FOTO: JAMIE MCGREGOR SMITH

zigartigkeit des Ökosystems hin – und dass ein wilder Wald Lebensraum für viel mehr verschiedene Arten und Lebewesen ist als ein bewirtschafteter. Während die Nachfrage nach Holzmöbeln ständig wächst, wird auch die Debatte darüber immer wichtiger, wie wir mit unserer letzten verbliebenen Wildnis umgehen wollen.

Im Jahr 2018 durfte Jamie McGregor Smith mit Biologen in Teile des Waldes gehen, die sonst für den Menschen nicht zugänglich wären. Hier entstanden die Werke, von denen wir eines hier zeigen. Jamie studierte Fotografie in Staffordshire, Großbritannien, seine Arbeiten wurden im Victoria & Albert Museum sowie im National History Museum in London ausgestellt. Zu seinen Kunden gehören *The Guardian*, *Vanity Fair* und *Architectural Digest*. Er ist 35 Jahre alt und lebt in London und Wien.



Alle Bilder aus dem Wald sind unter www.jamiemcgregor-smith.com online zu bewundern.

GRIFFIG, NICHT GLATT

Für jede Ausgabe unseres Magazins bitten wir eine junge Künstlerin oder einen jungen Künstler, eine Doppelseite zu gestalten. Vorgaben gibt es keine – wir teilen den Kreativen nur das Thema der Ausgabe mit.

Diesmal ist **Jamie McGregor Smith** für uns tief in einen der letzten Urwälder Europas gegangen.



**STRICTLY PROTECTED
ZONE – BIAŁOWIEŻA
NATURE RESERVE,
POLAND 2018.**

© Jamie McGregor Smith 2019