

EXTRAHEFT REISEN UND SPEISEN
DIE BESTEN ADRESSEN VON NORD- BIS OSTSEE



Genießen in Schleswig-Holstein

Die 100 schönsten Ideen
für eine kulinarische Entdeckungstour –
von Ziegenkäse bis Landgasthof

essen &
trinken



Moin, Moin! Und herzlich willkommen zur kulinarischen Tour durch den Norden. Reisen Sie mit uns auf der Käsestraße. Besuchen Sie das „Schleswig-Holstein Gourmet Festival“. Angeln Sie sich Ihren Ostsee-Dorsch selbst, und wärmen Sie sich anschließend an einem Köm. Probieren Sie Mehlbüdel und Rum, Rote Grütze und Ziegenkäse. Kurz gesagt: Freuen Sie sich auf jede Menge landestypische Spezialitäten. Wir zeigen Ihnen die köstlichsten Ecken von Schleswig-Holstein.

Ihre Redaktion »essen & trinken«

INHALT

Highlights	4
Alles aus der Nähe	
Regionale Produkte von Feinheimisch	6
Im Wald & auf der Heide	
Wild im Herzogtum Lauenburg	8
Mit Laib und Seele	
Spezialitäten auf der Käsestraße	10
Schätze aus Meer und See	
Hier dreht sich alles um Ostsee-Fisch	12
Gewinnspiel	15
Am Deich geht's rund	
Kohl und Schafe an der Nordsee	16
Schleswig-Holstein tischt auf!	
Klaus-Peter Willhöft übers „Gourmet Festival“. Plus: Adressen & Termine	18
Wilde Weiden	
Wo Robustrinder wie in alten Zeiten über die Weiden streifen	21
Spezialitäten	
Von „Geele Köm“ bis Friesentorte	22

IMPRESSUM

Redaktion Brieffach 19, 20444 Hamburg, Tel. 0 40/3703-0, Fax 0 40/3703-56 77 **Chefredakteurin** Katja Burghardt **Stellv. Chefredakteurin** Stefanie Theile **Textchefin und Schlussredaktion** Frauke Franckenstein **Text** Ulrike Hilgenberg **Kreativberatung** Kristin Pötschke **Layout** Uschi Giese-Neumann **Bildredaktion** Stephanie Meyer-Stolten **Verlagsgeschäftsführerin** Julia Jäkel **Verlagsleitung** Alexander Schwerin **Anzeigenleitung** Claudia Scheil **Herstellungsleitung** Helge Voss (verantwortl.), Inga Schiller-Sugarman **Vertriebsleitung** Klaus-Peter Rebe **Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt** Katja Burghardt **Verantwortlich für Anzeigen** Claudia Scheil **Copyright** 2011



Das typische Aroma von Ziegenkäse lässt sich mit Kräutern hervorragend verfeinern

KÄSESTRASSE



Mit Laib und Seele

Die Pfalz hat ihre Weinstraße, Schleswig-Holstein die Käsestraße. Mit der gleichen Hingabe, die die Weine erfahren, wird hier Käse produziert

Jeder kennt Schleswig-Holstein als Urlaubsland an der Watterkant. Doch zusätzlich zum Reiz der oft unberührten Natur hat das Land zwischen Nord- und Ostsee noch etwas zu bieten: köstlichen Käse nämlich.

Typisch ist zum Beispiel der Tilsiter, ein aromatischer Rotschimmelkäse. Aber auch andere Käse werden hier, zumeist in Handarbeit und Bio-Qualität, produziert. Über 100 verschiedene Sorten entstehen in 30 Hofkäsereien, die Käsefreunde auf einem 500 Kilometer langen Rundweg, der „Käsestraße Schleswig-Holstein“, entdecken können. Viele Höfe haben einen eigenen Laden, in manchen ist nach Absprache sogar die Besichtigung der Käserei möglich.

Besondere Spezialität hier oben: Schafsmilch und Ziegenkäse. Letzter begeistert immer mehr Feinschmecker. Aber auch Menschen mit Laktoseintoleranz sind mit dieser Sorte Käse gut bedient, denn die kurzkettigen Fettsäuren der Ziegenmilch sind leichter verdaulich und dadurch verträglicher als Kuhmilchprodukte. Die weiße Färbung des Ziegenkäses stammt übrigens vom Vitamin A. In Kuhkäse ist nur die Vorstufe von Vitamin A, das Betacarotin, enthalten – daher die gelbe Farbe.

Insgesamt 14 Produzenten haben sich der Ziegenkäseproduktion verschrieben. Einer davon ist Christian Wagener vom Ziegenhof Weesby. Der studierte Sprachwissenschaftler und ge-

lernte Landwirt ist hier Hüter von zwei Dutzend Ziegen. „Ich habe mein Herz an die Ziegen verloren“, sagt er. „Wie kleine Rasenmäher halten sie fast das ganze Jahr über die Weiden kurz, außerdem sind sie intelligente und liebenswerte Tiere.“ Manchmal begrüßen sie Wagener wie einen alten Bekannten.

Die Milch der Vierbeiner hat es ihm angetan. Seit fünf Jahren macht er daraus köstlichen Ziegenkäse – „mit Geduld und Hingabe“. Alle Arbeitsschritte werden von Hand ausgeführt, in Hochzeiten unterstützt ihn ein Mitarbeiter. Inzwischen ist der Käse vom Ziegenhof Weesby so gefragt, dass Wagener die Milch vom wesentlich größeren Hof Ziegenland in Jübek bezieht.

Frischkäse entsteht bei Wagener in etwa zwei Tagen: Er säuert die frische Milch, schneidet später den Käsebruch, lässt ihn abtropfen, presst und trocknet ihn und verfeinert gegebenenfalls mit Kräutern und Gewürzen. Zu seinen Spezialitäten zählt Frischkäse pur oder mit französischen Kräutern oder mit Chili und Paprika verfeinert. Dem Caprigiano, einem Extra-Hartkäse, gibt der Käser zwölf Monate Zeit zu reifen, der Schnittkäse „Rotweinziege“ braucht nicht ganz so lange. Dafür wird er von Wagener mit Rotwein gepflegt und ist als Snack zu einem ebensolchen sehr zu empfehlen.

Wageners Ziegenkäsespezialitäten gibt's in ausgesuchten Supermärkten oder direkt auf dem Hof.



Fotos: PR (4)



Ein Sinnbild der Gelassenheit: Schafe am Nordseedeich

NORDSEE



Am Deich geht's rund

Fotomodell, Deichschützer, Sonntagsbraten: Schafe sind genügsam und beliebt. Wie der Kohl – der gemütlich vor sich hin wächst, bevor er im Topf landet


Was gehört zum Nordseeland wie das Salz in die Suppe? Schafe und Kohl. Neben Strand, Meer und Leuchttürmen prägen sie die Landschaft: Schafherden auf den Deichen, Kohlköpfe auf dem Flachland dahinter.

Insgesamt 160 000 Schafe leben in Nordfriesland, fast genauso viel, wie der Landstrich Einwohner hat. „Mit goldenem Biss und goldenem Tritt“, wie man hier oben sagt, sind Schafe für die Deichpflege unverzichtbar. Unermüdlich halten sie das Gras der Küstenschutzlinie kurz und stampfen mit ihren Hufen den Boden fest. Und nicht nur das. Schafe sind auch wichtige Fleischlieferanten. Weil sie mindestens von Mai bis Oktober draußen sind, salzige Nordseeluft atmen und aromatisches Deichgras fressen, ist ihr Fleisch äußerst zart und schmackhaft. Kein Wunder, dass sie alljährlich im Sommer zum Mittelpunkt der „Nordfriesischen Lammtage“ werden.

Einer, der da mitmacht, ist Hans-Werner Baumbach von der gleichnamigen Schäferei in Nordstrand. Seine Herde besteht aus 300 Schafen, in der Lammzeit kommen noch einmal 450 Jungtiere hinzu. Sie alle sind zuständig für die Pflege von rund 50 Hektar Deichfläche und Salzwiesen. Das Fleisch der in der hofeigenen Schlachtereie geschlachteten Lämmer wird im Hofladen verkauft oder zu verschiedenen Spezialitäten wie Lamm-

salami und Lammleberwurst verarbeitet. Richtig lecker ist der Lammshinken.

So manches Feinschmeckerherz schlägt auch bei den Gerichten höher, die aus heimischem Kohl zubereitet werden. Der Kreis Dithmarschen, entlang der schleswig-holsteinischen Nordseeküste gelegen, ist mit einer Fläche von 2800 Hektar das größte Kohlanbaugbiet Europas. Rund 80 Millionen Kugelköpfe werden hier jährlich geerntet. Das ist etwa ein Drittel der gesamten deutschen Produktion. Anlass genug, jedes Jahr im September die „Dithmarscher Kohltage“ zu feiern.

Einst wurde dieser Landstrich dem Meer abgerungen, deshalb sind die Böden hier besonders fruchtbar. Die Nordsee sorgt für eine erhöhte Luftfeuchtigkeit und gemäßigtere Temperaturen. Ideale Anbaubedingungen für Kohl. Das finden auch Susanne und Dirk Schoof, die in Hedwigenkoog vor allem Kohl, aber auch Wurzelgemüse in „demeter“-Qualität anbauen. Ganz bewusst greifen sie zu samenfesten Sorten, um die Artenvielfalt und Bekömmlichkeit des Gemüses zu erhalten. Zu ihren begehrtesten Spezialitäten zählen Weißkohl „Dowinda“, Wirsing „Winterfürst“ und Blumenkohl „Neckarperle“. Neuerdings produzieren die Schoofs auch Rotkohl nach Omas Rezept und bieten milchsauer vergorenes Weißkraut im Glas an. 



Überaus zutraulich: Robustrinder in Schleswig-Holstein

STIFTUNGSLAND – GENIESSERLAND



Wilde Weiden

Wundern Sie sich nicht, falls Ihnen beim Spazierengehen eine Herde wilder Rinder begegnet. Die halten hier das Gras kurz und liefern außerdem leckere Steaks

Die untergehende Sonne taucht das Eidertal südlich von Kiel in mildes Abendlicht. Die Schatten der alten Weiden werden allmählich länger. Weit hinten grasen Heckrinder, die aussehen wie Auerochsen, und ein paar wilde Pferde. Sie haben keine Eile, denn das hier ist ihr Refugium. Kaum ein Zaun begrenzt ihre Freiheit, und auch nachts bleiben sie draußen.

Rund 4000 ihrer 30000 Hektar Land hat die Stiftung Naturschutz Schleswig-Holstein zu sogenannten „Wilden Weiden“ gemacht. Auf ihnen leben um die 3000 Robustrinder, vorwiegend schottische Galloways und Highland-Cattles. Sie machen sich als Landschaftspfleger nützlich, halten die ungedüngten Weiden kurz und helfen so, die biologische Artenvielfalt zu erhalten. Auf Wanderungen entlang der Weiden, die auch Landschaftsführerin Helge Löbbecke aus Kiel anbietet, kann man erfahren, wie die Rinder leben.

Doch die Vierbeiner sind nicht nur Naturschützer. Sie liefern auch grandioses Fleisch, das fettarm und geschmacksintensiv ist. In rund 23 Restaurants, wie etwa dem „Bärenkrug“ in Molfsee, kann man sich vom Spätsommer bis zum Herbst im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Stiftungsland – Genießerland“ von der Fleischqualität überzeugen. Auch in der „Strengliner Mühle“, idyllisch am Mühlenbach gelegen, stehen köstliche Gerichte aus Galloway-Fleisch auf der Karte.

Foto: Ingo Wandmacher/TASH



INFO

RUND UMS GALLOWAY

Hotel und Restaurant

„Der Bärenkrug“

Hamburger Chaussee 10

24113 Molfsee/Kiel

Tel. 0 43 47/7 12 00.

Mo ab 18 Uhr, Di – Sa 12 – 14.30

und ab 18 Uhr, warme

Küche bis 22 Uhr, So 12 – 15 Uhr.

www.baerenkrug.de

Hotel und Restaurant

„Strengliner Mühle“

Mühlenstr. 2

23820 Pronstorf-Strenglin

Tel. 0 45 56/99 70 99.

Sa + So warme Küche ab 11.30 Uhr,

sonst täglich ab 17 Uhr und auf

Voranmeldung.

www.strenglinermuehle.de

„Riesby Krog“

Dorfstr. 37, 24354 Rieseby

Tel. 0 43 55/18 17 87

Di – Do ab 17, Fr – So ab 12 Uhr

www.riesbykrog.de

Tipps und Termine:

Am 10. September 2011 findet im

„Riesby Krog“ ein ganz besonderer

Geschmackstest statt: Genießer

können Fleisch verschiedener

Rinderrassen verkosten. Motto:

„Blindekuh“. Infos und Anmeldung:

www.riesbykrog.de

www.sh-genießerland.de

www.naturfuehrungen.info