

Das Juralamm

von Mike Wuttke

Landschaftsschutz kann man schmecken und mit Messer und Gabel genießen! Am besten in einem Landgasthaus in der Fränkischen Schweiz. Dort wird er aufgetragen mit dem verführerischen Duft einer Kräuterwiese, wobei es der Kunst des Kochs überlassen ist, wie er Rosmarin, Thymian, Oregano, Salbei, Basilikum, Majoran und Minze verwendet. Zurückhaltend natürlich, denn auch das Produkt möchte zeigen, was in ihm steckt.



Schäfer Georg Distler mit Ehefrau Alexandra und Sohn Alexander vor dem Schafstall in Egloffstein. Foto: Mike Wuttke

Es geht um das Juralamm. Es kommt ohne lange Umwege von den Weidehängen und Magerrasen der Fränkischen Schweiz direkt zu den Vermarktern in der Region und in die Gastronomie. Inzwischen ein patentrechtlich geschütztes Markenzeichen. 1992 haben sich Herdenschafhalter im nördlichen Frankenjura zu einem Verein zusammengeschlossen, um eine alte Tradition wiederzubeleben – und Landschaftspflege zu betreiben. Auf alten Ansichtskarten kann man erkennen, dass die Täler der Fränkischen Schweiz weit mehr von Jurafelsen gerahmt waren als wir das heute kennen. Dafür gibt es eine einfache Erklärung. Bis vor hundert Jahren, und lange vorher, zogen viele Schafherden durch die Landschaft. Die ländliche Ziegenhaltung tat ein Übriges, um einen Bewuchs der Talhänge mit Büschen und Wald gar nicht erst aufkommen zu lassen. Heute sind viele

Felsen wieder im Wald verschwunden. Die einst typischen Wacholderweiden mit ihrem artenreichen Lebensraum für viele bedrohte Tiere und Pflanzen – den stacheligen Nadelbusch ließen die gefräßigen Mäuler nämlich stehen – sind zu einer Seltenheit geworden.

Ziel ist heute – mit behördlichem Segen – der Erhalt der landschaftsprägenden und ökologisch äußerst wertvollen Mager- und Trockenbiotope im Naturpark Fränkische Schweiz. Und das kann nur durch die traditionelle Hüteschäferie erreicht werden.

Georg Distler betreibt in Egloffstein eine von sechs Schäfereien der Erzeugergemeinschaft Jura-Lamm. Mit seinen rund 500 Mutterschafen zieht er von Ende April bis zum Wintereinbruch durch die östliche Fränkische Schweiz, um sie auf gepachteten Flurstücken weiden zu lassen. Das



Die Hänge des Walberlas gehören zu den Weideflächen des Juralammes. Foto: Andreas Niedling

sind extensive Flächen und steile Hänge, die von den Bauern nicht zu bewirtschaften sind. Seine Merino-Landschaften sind robust und widerstandsfähig. Und keine Kostverächter! Besonders gerne rupfen sie an Spitz- und Breitwegerich, Weiß- und Rotklee, wildem Thymian, Wicken und Natternkopf. Und rund ums Walberla, der Felsenkrone der Fränkischen Schweiz, gibt die Herde ein beliebtes Fotomotiv ab.

Die artgerechte und natürliche Schafhaltung stellt die Grundlage für höchste Fleischqualität dar. Juralamm (neben Merino kann es auch das Coburger Fuchsschaf sein) ist ganzjährig zu haben. Viele Gaststätten bieten es aber nur auf einige Wochen beschränkt an, und zwar im Frühjahr rund um Ostern. Was Georg Distler bedauert. Das Fleisch ist zartrosa, kurzfasrig und hat wenig Fett, »es hammelt nicht«. Distler, der auch Vorsitzender

der Erzeugergemeinschaft ist, vertraut aber darauf, dass der Gast im Lokal oder der Kunde in der Metzgerei noch auf den Geschmack kommen und Juralamm verlangen wird. »Dann sind sie auch bereit, einen oder zwei Euro mehr zu bezahlen.«

Denn sie werden den Zusammenhang verstanden haben zwischen regionaler, ökologischer Erzeugung, Erhaltung der Kulturlandschaft und Tourismus als gegenseitige Abhängigkeit. 🐏

Kotelett vom Juralamm auf warmem Bohnensalat

Eine besondere Spezialität aus dem nördlichen Frankenjura ist Lammfleisch. Die Schafhaltung auf den kräuterreichen Weiden dieser Region hat eine lange Tradition, die in den letzten zwei Jahrzehnten wieder aufgelebt ist. Die artgerechte Tierhaltung garantiert höchste Fleischqualität.

Zutaten für die Bohnen

- 300 g **Bohnen** (grün)
- 1 **Zwiebel** (klein)
- 50 g **Bauchspeck** (geräuchert)
- 1 **Knoblauchzehe**
- 8 **Cocktailtomaten**
- 50 g **Butter**
- ½ TL **Bohnenkraut** (getrocknet)
- 2 EL **Olivenöl**
- 1–2 EL **Balsamicoessig** (weiß)
- Zucker**
- Salz | Pfeffer**

Für das Fleisch

- 1 **Zwiebel**
- 1 **Knoblauchzehe**
- 1 Zweig **Rosmarin**
- 4 EL **Olivenöl**
- 12 **Lammkoteletts** (à ca. 70 g)
- 30 g **Butter**
- 100 ml **Rotwein**
(trocken, z. B. Schwarzriesling)
- 200 ml **Kalbsfond** (konzentriert,
Demiglace; aus dem Glas)
- Salz | Pfeffer**

- 1 Von den Bohnen die Enden abknipsen, dabei eventuell vorhandene Fäden ziehen. Die Bohnen waschen und in reichlich kochendem Salzwasser 8 Min. bissfest garen. Inzwischen die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Speck ebenfalls in Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe andrücken. Die Tomaten waschen, trocken tupfen und vierteln. Die Bohnen abgießen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.
- 2 Für die Lammkoteletts den Backofen auf 80° vorheizen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken tupfen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Lammkoteletts darin auf beiden Seiten anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Rosmarin hinzufügen und kurz mitbraten. Dann die Butter in der Pfanne zerlassen, die Lammkoteletts herausnehmen, nach Belieben vom Knochen lösen und im Backofen warm stellen.
- 3 Den Bratensatz mit Wein ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Den Kalbsfond dazugeben und noch 2 bis 3 Min. weiterköcheln. Die Sauce durch ein Sieb gießen, mit Salz, Pfeffer und nach Belieben etwas Zucker abschmecken und warm halten.
- 4 Für die Bohnen die Butter in einer zweiten Pfanne erhitzen, die Zwiebel und den Speck darin anbraten. Knoblauch und Bohnenkraut dazugeben. Die Bohnen darin schwenken, bis sie warm sind. Mit Olivenöl, Balsamico, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Cocktailtomaten kurz unterschwenken.
- 5 Den warmen Bohnensalat auf vier Teller verteilen. Die Koteletts darauf anrichten und mit der Sauce beträufeln.



Küchengeheimnisse

»Zu Lammkoteletts mit grünen Bohnen passen sehr gut Rosmarinkartoffeln. Dafür etwa 800 g Kartoffeln waschen, trocken tupfen und vierteln. Anschließend auf einem Backblech verteilen, mit Olivenöl beträufeln, mit Rosmarinzweigen und nach Belieben ganzen Knoblauchzehen mit Schale belegen und mit Meersalz bestreuen. Bei 200° im Backofen auf der mittleren Schiene etwa 1 Stunde garen.«



Rosa Hirschkalbsrücken mit Portwein-Thymian-Jus und Pfifferlingsoufflé

Das jahrhundertelange adlige Jagdprivileg trug dazu bei, dass Wildbret nur zu besonderen Anlässen in der bäuerlichen oder bürgerlichen Küche Verwendung fand. Ein sorgfältig zubereitetes Stück von Wildschwein, Reh oder Hirsch mit feinen Zutaten und Beilagen gilt daher auch heute noch als das Festessen schlechthin. Peter Hübschmann weiß, wie ein edler Hirschkalbsrücken perfekt zubereitet wird – nämlich sanft gegart bei Temperaturen unter 100°. Wer einmal ein derart gegartes Stück Fleisch probiert hat, schmeckt, warum diese Zubereitungsart seit Jahren der große Trend ist: Denn so zart und saftig gelangten Filet, Rücken und Co. zuvor nie auf den Tisch.

Zutaten für Fleisch und Sauce

- 1,5 kg **Hirschkalbsrücken**
(mit Knochen)
- ½ Bund **Thymian**
- ½ Bund **Suppengemüse**
- 1 EL **Tomatenmark**
- ½ l **Rotwein**
- 1 l **Gemüsebrühe**
- 5 **Knoblauchzehen** (mit Schale)
- 5 **Wacholderbeeren**
- ½ TL **Pfefferkörner** (schwarz)
- 300 ml **Portwein**
- 3 TL **Speisestärke**
- Öl** (zum Braten)
- Salz | Pfeffer**

Für die Soufflés

- Butter und Semmelbrösel**
(für die Tassen)
- 200 g **Pfifferlinge**
- 2 EL **Petersilie** (gehackt)
- 4 **Brötchen** (altbacken)
- 100 ml **Milch**
- 1 **Eiweiß**
- 1 **Ei**
- Muskatnuss** (frisch gerieben)
- 1 EL **Butter**
- Öl** (zum Braten)
- Salz | Pfeffer**

- 1 Dieses Rezept braucht etwa 5 Stunden – beginnen Sie also rechtzeitig! Den Hirschkalbsrücken auslösen, Sehnen, Haut und Bindegewebe wegschneiden. Das Fleisch in Frischhaltefolie wickeln und beiseitelegen.
- 2 Für die Sauce den Thymian waschen und trocken schütteln. Das Suppengemüse putzen und waschen bzw. schälen und klein schneiden. Die Knochen und Fleischabschnitte zerkleinern und mit etwas Öl in einem Topf kräftig anrösten. Das Suppengemüse hinzufügen und mitrösten. Das Tomatenmark dazugeben und ebenfalls leicht anrösten. Drei- bis viermal mit je ca. 100 ml kaltem Wasser ablöschen und jeweils einkochen lassen. Dadurch erhält die Sauce ihre dunkle Farbe.
- 3 Mit dem Rotwein ablöschen und etwa 10 Min. bei mittlerer Hitze einkochen lassen. Dann Brühe, die Hälfte des Thymians, Knoblauch, Wacholderbeeren und Pfefferkörner dazugeben. Bei schwacher Hitze etwa 3 Std. köcheln lassen, dabei nach Bedarf noch etwas Brühe hinzufügen.
- 4 Den Backofen auf 90° vorheizen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer einreiben. Etwas Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer Hitze rundherum anbraten. Die Pfanne auf die mittlere Schiene des Backofens stellen und das Fleisch darin etwa 1 Std. sanft garen, bis eine Kerntemperatur von 54° erreicht ist (mit dem Fleischthermometer messen!).
- 5 Die Sauce durch ein Sieb gießen und etwas entfetten. Den Portwein mit der Stärke mischen und dazugießen. Noch einmal aufkochen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den restlichen Thymian in die Sauce geben und darin bei schwacher Hitze ziehen lassen.



- 6 Für die Pfifferlingsoufflés vier Cappuccinotassen mit Butter einfetten und mit Semmelbröseln austreuen. Die Pfifferlinge putzen und trocken abreiben, große Pilze halbieren. Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Hälfte der Pfifferlinge darin scharf anbraten. Mit Salz, Pfeffer und 1 EL Petersilie würzen. Etwas abkühlen lassen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, zunächst in Alufolie, dann in zwei Küchentücher einschlagen und beiseitelegen. Die Backofentemperatur auf 145° erhöhen.
- 7 Für die Soufflémasse die gebratenen Pfifferlinge fein hacken. Brötchen in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Die Milch erhitzen und über die Brötchenwürfel gießen. Mit Salz und Muskatnuss würzen. Das Eiweiß zu einem steifen Schnee schlagen. Eier, Eischnee und die gehackten Pfifferlinge vorsichtig unterheben. Die Soufflémasse in die Tassen füllen. Die Tassen auf ein tiefes Backblech in ein Wasserbad stellen und im heißen Backofen auf der mittleren Schiene etwa 25 Min. garen (während der Garzeit den Ofen nicht öffnen, sonst fällt das Soufflé zusammen!). Die restlichen Pfifferlinge in 1 EL Butter anbraten und mit Salz, Pfeffer und der restlichen Petersilie würzen.
- 8 Die Soufflés aus dem Ofen nehmen und aus den Tassen stürzen. Die Alufolie leicht öffnen und das Fleisch noch etwa 5 Min. in den Ofen geben. Inzwischen die Soufflés mit den Pfifferlingen auf Tellern anrichten. Das Fleisch aus der Folie wickeln, in Scheiben schneiden und ebenfalls auf den Tellern anrichten. Den Thymian aus der Sauce nehmen, die Sauce über das Fleisch träufeln. Sofort servieren.

Fränkische Kirschtorte

Pretzfeld liegt in einem der größten zusammenhängenden Anbauggebiete für Süßkirschen in ganz Europa. Allein im Garten von Familie Schmitt stehen 600 Kirschbäume. Davon profitieren auch die Gäste des »Nikl Bräu«, denn die Früchte kommen in diesen Tortentraum. Und damit auch außerhalb der Kirschenzeit immer genug Vorrat für die Leckerei da ist, frieren die Schmitts eine große Menge ihrer eigenen Kirschen ein.

Zutaten für die Füllung

- 600 g Kirschen
- 1 EL Zucker
- 3 cl Rum
- 1 Pck. Vanillepudding
- 1 kg Sahne (kalt)
- 3 EL Kakaopulver

Für die Böden

- Fett | Mehl (für die Formen)
- 6 Eier
- 200 g Zucker
- 1 TL Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 200 g Mehl
- 50 g Speisestärke
- 1 Pck. Backpulver
- 2 EL Kakaopulver
- 3 cl Weißwein (trocken)

Für den Überzug und die Glasur

- 220 g Marzipan
- 4 EL Puderzucker
- Puderzucker
(für die Arbeitsfläche)
- 20 g Kokosfett
- 2 EL Kakaopulver
- 1 Ei

- 1 Für die Füllung die Kirschen waschen und entsteinen. Die Kirschen mit Zucker und Rum langsam zum Kochen bringen und 4 bis 5 Min. bei schwacher Hitze köcheln lassen. Das Puddingpulver mit wenig Wasser glatt rühren, einrühren, die Mischung kurz weiterköcheln, bis sie andickt, beiseite stellen, abkühlen lassen und anschließend kühl stellen.
- 2 Für die Biskuitböden den Backofen auf 170° (Umluft) vorheizen. Zwei Springformen (28 cm Ø) einfetten, mit Mehl bestäuben und kühl stellen. Die Eier trennen. Die Eiweiße zu steifem Schnee schlagen, dabei die Hälfte des Zuckers einrieseln lassen. Die Eigelbe mit dem restlichen Zucker, dem Vanillezucker und 6 EL Wasser mit den Quirlen des Handrührgeräts verrühren und cremig schlagen.
- 3 Das Mehl mit der Speisestärke und dem Backpulver mischen, über die Eigelbmasse sieben und vorsichtig unterheben, dann den Eischnee unterheben. Zwei Drittel des Teigs in eine Springform füllen und glatt streichen. Den restlichen Teig mit dem Kakaopulver mischen, in die zweite Springform füllen und ebenfalls glatt streichen. Den hellen Teig auf die untere Schiene des Backofens schieben, den dunklen Teig darüber schieben. 15 Min. backen, dann tauschen und weitere 15 Min. backen. Den dunklen Teig herausnehmen, den hellen Teig noch etwa 10 Min. weiterbacken.
- 4 Die Biskuitböden vorsichtig aus den Springformen lösen und abkühlen lassen. Den dunklen Biskuitboden mit einem Messer glatt schneiden. Den Wein mit 3 EL Wasser und 1 TL Zucker verrühren und den Boden damit tränken. Den hellen Biskuit waagrecht halbieren.
- 5 Für die Füllung die Sahne steif schlagen, ein Drittel davon mit dem Kakaopulver vermengen. Einen hellen Boden auf eine Kuchenunterlage legen und mit den kalten Kirschen bestreichen. Die Hälfte der hellen Sahne kupelförmig auf den Kirschen verteilen. Den dunklen Boden darauf setzen, den Rand kegelförmig mit einem Messer abschrägen. Die dunkle Sahne so darauf verteilen, dass die Sahne in der Mitte höher ist, den hellen Boden daraufgeben, wieder mit einem Messer abschrägen und mit der übrigen hellen Sahne bestreichen.



- 6 Für den Überzug Marzipan mit 2EL Puderzucker verkneten und auf einer mit Puderzucker bestäubten Arbeitsfläche zu einem Kreis von etwa 35 cm Ø ausrollen. Das Marzipan über die kuppelartige Torte legen, leicht andrücken und die überstehenden Ränder abschneiden.
- 7 Für die Glasur das Kokosfett erwärmen und etwas abkühlen lassen. Den restlichen Puderzucker mit Kakaopulver und dem Ei verrühren, das leicht abgekühlte Kokosfett unterrühren. Die Marzipankuppel mit der noch warmen Glasur bestreichen und die Torte 1 bis 2 Std. kühl stellen.

Gscheitgut-Tipp

Wenn Sie selbst frische Kirschen geerntet haben und sie einfrieren möchten, geben Sie sie am besten zunächst portionsweise auf ein kleines Blech in die Tiefkühltruhe. Die gefrorenen Kirschen dann in Gefrierbeutel umfüllen, so kleben sie nicht zusammen.

Erdbeer-Kuppeltorte

Erdbeeren sind die ersten heimischen Früchte des Jahres und werden ab Anfang Juni schon sehnsüchtig erwartet. Bis Ende Juli können die süßen Früchtchen aus regionalem fränkischem Anbau genossen werden. Und wenn die eigene Ernte des »Gasthauses zum Schloss« für die leckeren Desserts und Torten nicht ausreicht, gibt es in der Umgebung von Kunreuth genügend Obstbauern, die für Nachschub sorgen können.

Für den Biskuit

3 Eier
120 g Zucker
80 g Mehl
1 Pck. Schokopuddingpulver

Für die Joghurtcreme

375 g Erdbeeren
700 g Joghurt
150 g Zucker
9 Blatt Gelatine (weiß)
200 g Sahne (kalt)

Für die Erdbeercreme

375 g Erdbeeren
300 g Joghurt
75 g Zucker
9 Blatt Gelatine (weiß)
200 g Sahne (kalt)

Außerdem

50 g Mandelblättchen
200 g Sahne (kalt)
2 EL Puderzucker

- 1 Den Backofen auf 180° vorheizen. Den Boden und den Rand einer Springform (28 cm Ø) mit Backpapier auslegen. Für den Biskuitteig die Eier mit der Hälfte des Zuckers in einer Küchenmaschine cremig aufschlagen, den restlichen Zucker kurz vor Schluss einrieseln lassen.
- 2 Mehl mit dem Puddingpulver mischen, über die Masse sieben und unterheben. Teig in die Springform füllen, glatt streichen und im heißen Backofen auf der mittleren Schiene etwa 30 Min. backen. Aus dem Ofen nehmen, den Rand der Form vorsichtig lösen und den Teig auskühlen lassen.
- 3 Eine runde Schüssel (3l; 28 cm Ø; ersatzweise ein großes Sieb) mit Frischhaltefolie auslegen. Für die Joghurtcreme mit Erdbeerstückchen die Erdbeeren waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Den Joghurt mit dem Zucker verrühren. Die Gelatine in kaltem Wasser 5 Min. einweichen, dann ausdrücken und in einem Topf bei schwacher Hitze auflösen. Etwas Joghurt dazugeben und glatt rühren. Dann die Joghurt-Gelatine-Mischung zum restlichen Joghurt geben und alles glatt rühren. Die Sahne steif schlagen und unterziehen, die Erdbeerstückchen unterheben. Die Creme in die Schüssel füllen und glatt streichen.
- 4 Für die feine Erdbeercreme die Erdbeeren putzen, waschen und mit dem Zucker in einem Mixer pürieren. Das Püree mit dem Joghurt mischen. Die Gelatine in kaltem Wasser 5 Min. einweichen, dann ausdrücken und in einem Topf bei schwacher Hitze auflösen. Etwas Erdbeeryoghurt dazugeben und glatt rühren. Dann die Mischung zum restlichen Erdbeeryoghurt geben und alles glatt rühren. Die Sahne steif schlagen und unterziehen. Die feine Creme auf der anderen Creme verteilen und ebenfalls glatt streichen. Den Biskuitboden darauflegen. Die Torte zugedeckt über Nacht kühl stellen.
- 5 Am nächsten Tag die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett hellbraun anrösten. Die Torte vorsichtig stürzen. Die restliche Sahne steif schlagen und die Torte damit rundherum dünn überziehen. Mit den Mandelblättchen bestreuen und mit Puderzucker bestäuben. Die Torte in Stücke schneiden und servieren. Dazu nach Belieben noch mit Erdbeeren garnieren.



Küchengeheimnisse

»Beim Biskuitbacken gibt es einige einfache Regeln, an denen man sich bestens orientieren kann. Die Backzeit des Biskuits orientiert sich an der Menge der Eier. Pro Ei rechnen wir 10 Min. Für die Zuckermenge gilt: pro Ei 40 g Zucker. Für einen besonders luftigen Teig die Eier vorher trennen. Die Eiweiße zu steifem Schnee schlagen und beiseitestellen. Dann Eigelbe wie beschrieben mit Zucker cremig schlagen und mit dem Mehl den Eischnee unterheben. Für einen besonders feinen Teig die Hälfte des Mehls durch Speisestärke ersetzen.«

