

*Schmeckt: Schafmilch-
käse aus einem
Demeter-Hof. Getunkt
wird er in Thymiansirup
und Honig. Obendrauf
gibt es Essblüten.*



ein bisschen probieren.» Das lässt sich die Gruppe nicht zweimal sagen. Um die Aromen der Pflanzen zu erleben, wird gekostet, geschnuppert und gerieben. In jede Richtung gibt es etwas zu entdecken. Seit 2015 pflanzt, säht und erntet Eberle auf der grossen Wiese rund um das Maiensäss. Alles, was hier wächst, ist Demeter-zertifiziert. Demeter-Lebensmittel sind möglichst naturbelassen und von hoher Qualität. «Im Demeter wird der Hof als Organismus betrachtet, das Herzstück der biodynamischen Landwirtschaft sind die Präparate», macht Eberle klar. Die Regeln sind dabei härter und strenger als bei Bio-Produkten. In Zukunft möchte Eberle ihr Maiensäss als Betrieb anmelden, um so die Lebensmittel auf dem Wochenmarkt in Chur verkaufen zu können. Nun muss aber erst mal ein Stopp eingelegt werden. Die Gruppe wird mit kandierten Engelwurzstängeln verwöhnt. Natürlich selbst gemacht.

«Im Demeter wird der Hof als Organismus angesehen.»

Vor allem in Frankreich

kommt die Delikatesse vor. Das Rezept gibt es von der Kräuterexpertin auch gleich dazu. «Man nimmt junge Stängel, schält sie, schneidet sie in Stücke und kocht sie weich. Dann abschrecken und in einer Zuckerlösung kochen. Es ist auch eine uralte Heilpflanze.» Geerntet wird am besten in der sogenannten Nichtpflanzzeit. Also dann, wenn der Mond aufsteigend ist. Der Geschmack sei dann viel intensiver, versichert Eberle. An Tagen, an denen nicht geerntet wird, werden neue Sachen gesäht. Mit Pflanzen aufgewachsen ist Eberle allerdings nicht. Erst später eignete sie sich ihr Wissen an. «Meine Grossmutter war Bäuerin. Vielleicht habe ich das von ihr geerbt», vermutet sie. «Eigentlich wollte ich bereits seit der vierten Klasse Bäuerin werden, habe dann aber Gärtnerin gelernt.»

Es ist ziemlich anstrengend, dieser Rundgang durch die steile Wiese. Da kommt eine erneute Stärkung gerade recht. Es gibt Schafmilchkäse. Dieser stammt vom befreundeten Demeter-Bauer Martin Casaulta. Getränkt in Thymiansirup und Honig können die Slow Fooder gar nicht genug davon bekommen. Aber der Rundgang ist noch nicht beendet. Es gibt noch viel zu entdecken. Zum Beispiel gelbe Taglilien. Die Blüte wird im Kreis herumgegeben, alle zupfen sich ein wenig ab und kosten. Eberle weiss: «Wenn sie ganz frisch sind, schmecken sie wie Chips.» Nach einer Kostprobe ist klar: Stimmt tatsächlich.

Auch Bienen wird es auf dem Grundstück bald geben. Die Kästen dafür stehen schon bereit. «Nächstes Jahr bekomme ich dann welche», meint Eberle. Genau darum schaut sie darauf, nicht alle Blumen auf einmal zu schneiden. «Ich schaue, dass es immer etwas hat. Auch für die Bienen in der Natur.» Die kleinen Tiere werden aber nicht die einzigen Bewohner des Gartens bleiben. Auch Hühner soll es irgendwann wieder geben. Diese werden frei herumlaufen dürfen. Auch dafür steht die Behausung schon bereit.

Nachdem alle in der Truppe wieder ebenen Boden unter den Füßen haben, wollen die Slow-Food-Anhänger selbst Hand anlegen. Zutaten für ein Thymianöl werden gesucht und in ein kleines Konservenglas gegeben. Zehn Stängel Thymian. Zwei Salbeiblätter. Ein Sternanis. Und zu guter Letzt noch zwei

Deziliter Öl. So, nun muss man das Ganze noch zwei Wochen lang reifen lassen. Dann kann es für Marinaden, zum Braten und Grillieren verwendet werden. Lecker.

Slow Food in der Büwo

mc. Die «Bündner Woche» befasst sich vom Frühling bis Herbst mit dem Thema Slow Food. Dabei werden die Redaktionsmitglieder verschiedene Workshops, die sich um genussvolles, faires, regionales und saisonales Essen drehen, besuchen. In einer losen Serie werden Reportagen, Berichte und Interviews erscheinen, welche einerseits die Organisation Slow Food und andererseits deren Philosophie in den Mittelpunkt stellen. Die Redaktion wird beispielsweise einen Workshop über Kraut und Rüben besuchen, Wildkräutersammeln, sich mit Feigen und Käse befassen.

Der fünfte Teil der Serie «Slow Food» erscheint im September. Bereits erschienen sind folgende Artikel: Am 5. April: «Menschen sollen sich mehr Gedanken machen» – ein Interview mit Edgar Gollner und Rainer Riedi von der Organisation Slow Food Convivium Nodrbinden. Und ebenfalls am 5. April: «Genussvoll Tafeln» – eine Reportage über die «Tavolata – avantgardistische Naturküche» mit Rebecca Clopath. Erschienen am 10. Juni: Besuch beim Gemüsebauer Norbert Alig in Valzeina.