

# Messer & Gabel



## VON KOPF BIS FETT

### «Konsequent regional»

Gastronom Patric Dillon serviert Fleisch von seinen eigenen Kühen. >> Seite 6

### Einmal das rohe Herz, bitte

Kreative Rohfleisch-Gerichte vom Restaurant Freibank. >> Seite 12

*Auf den Teller statt in die Tonne: Metzger und Gastronom Christoph Jenzer zeigt*

*Ideen zur ganzheitlichen Fleischverwertung.*  
>> Seite 2

Abonnieren Sie «Messer & Gabel». Wird auch dem «GastroJournal» beigelegt.



Der feine Unterschied.

- Ich möchte in Zukunft mein persönliches Gratisexemplar von «Messer & Gabel» erhalten.  d  f  i  
 Ich bestelle gratis den Sonderbund mit den Rezepten der Finalisten des LCDJ-Kochwettbewerbs.  d  f

Frau  Herr Zustellung an  Geschäftsadresse  Privatadresse

Name:  Vorname:

Betrieb:  Unterschrift:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

E-Mail:  Telefon:

Für Bestellungen oder Adressberichtigungen ausgefüllten Coupon einsenden an: Proviande, «Schweizer Fleisch», Brunnhofweg 37, Postfach, 3001 Bern. Oder per E-Mail an [gastronomie@proviande.ch](mailto:gastronomie@proviande.ch) oder per Fax an 031 309 41 99. Sie können «Messer & Gabel» auch online abonnieren unter [schweizerfleisch.ch/bestellen](http://schweizerfleisch.ch/bestellen)

Schweiz. Natürlich.





Griebenschmalz als Brotaufstrich, Schweineschmalz zum Braten und Backen, Chicken Sticks für die Proteinration unterwegs: Die Möglichkeiten der Resteverwertung sind zahlreich.

Metzgerei Jenzer, Arlesheim

# WO ABFALL ZUR DELIKATESSE WIRD

*Für die Zubereitung eines Suppenhuhns hat heute kaum noch jemand Zeit. Also machen Christoph Jenzer und sein Team daraus Schmackhaftes wie Pasteten, Chicken Nuggets, Currywürste oder Poule au pot und nennen die Sache ganz unverhohlen «Abfallverwertung». Ein Besuch beim Agent provocateur der Metzgerszene.*

**P**rovokativ, umtriebig, engagiert, seiner Zeit voraus – es gibt viele Möglichkeiten, Christoph Jenzer zu beschreiben. So stellte er bereits 1995 um auf Fleisch aus besonders artgerechter und regionaler Tierhaltung – «Jenzer-Natura-Qualität», wie Jenzer es nennt. Die für die Jenzer Fleisch & Feinkost AG gehaltenen Schweine leben in Freilandhaltung, die Kälber sind Vollmilchkälber aus dem Baselbiet. Mutterkuhhaltung spielt ebenfalls eine grosse Rolle. Dies sind nur einige Beispiele für die Art, wie Christoph Jenzer und seine Frau Barbara die Metzgerei und den angrenzenden Gasthof führen: «Sie regt mit kritischen Fragen Veränderungen an, ich tüftle, suche neue Wege, setze um», so Jenzer.

## Verwerten statt wegwerfen

Auch bei den Legehennen sieht er Handlungsbedarf. «Diese Tiere liefern aussergewöhnlich kräftiges, fettarmes, schmackhaftes und gleichzeitig preisgünstiges Fleisch.» Jenzer erinnert an früher, als eine Hühnersuppe ein Mittel für Grippeprävention und Tierverwertung gleichzeitig war. Heute hingegen besteht wegen fehlender Suppenhuhn-Nachfrage ein Überschuss. Jenzer macht aus dem Legehennen-Fleisch darum vielfältige Spezialitäten. Ob Currywürste, Chicken Sticks – eine Art Landjäger –, Pouletbraten anstelle von Trutenschinken mit Importfleisch oder die Pastete «Coq-au-vin»: Seine Fantasie kennt keine Grenzen.

Immer öfter kann er dabei auf Ideen seiner Kinder zählen. Wie es sich für einen waschechten Generationenbetrieb gehört, engagieren sich auch Raffael und Annina Jenzer leidenschaftlich gegen Lebensmittelverschwendung. Die erwähnte Pastete, «komplett aus Abfallprodukten gemacht», so Vater und Sohn wie aus einem Mund, war Raffaels Berufsmatur-Arbeit und hat sich rasch zum Renner entwickelt. Einer der Bestandteile ist gebratene Pouletleber, denn: «Damit es aufgeht, müsste man pro zwei Pouletbrüstchen eine Leber essen. Was natürlich nicht passiert», wie Jenzer sagt. Ebenso all den übrig gebliebenen Stücken zugetan ist seine Tochter Annina. Als Berufsmatur-Arbeit hat sie darum einen mit unkomplizierten Rezepten angereicherten

Ratgeber zum Thema Food Waste geschrieben. Neben Fleisch werden darin auch Gemüse und Brot abgehandelt.

## Resten auf Resten

Food Waste ist für Jenzers auch bei den Freilandsäuli ein Thema. Denn neben deren Fleisch fällt bei der Verarbeitung immer auch Fett und Bindegewebe an. Im Sinne der ganzheitlichen Verwertung macht Christoph Jenzer daraus Schweineschmalz und Griebenschmalz. Ersteres ist wunderbar zum Braten und für Kuchenteige geeignet, Letzteres schmeckt vorzüglich auf getoastetem Brot: «Am allerbesten ist es auf altem Brot», so die einhellige Familienmeinung. Abfall auf Abfall, quasi. Dass sie mit dieser Benennung regelmässig auf Widerstand stossen, damit können Jenzers gut leben. «Anders würden uns nicht halb so viele Leute zuhören.» Also lancierten sie vergangenes Jahr den «Abfall!?-Sack»: ein Potpourri aus hauseigenen Resteverwertungsspezialitäten, das die Kundschaft mit einem Augenzwinkern für das Thema sensibilisieren soll.



Familiengeschichte: Auch Christoph Jenzers Kinder sind im Betrieb präsent.

# EINGESPIELTES POWER-DOPPEL

Seit jeher fest mit der Metzgerei Jenzer verbunden ist der benachbarte Gasthof zum Ochsen. Auch hier verschreiben sich Barbara und Christoph Jenzer zusammen mit Küchenchef Dominic Meier der Vermeidung von Food Waste: Tisch frei für Vorderhaxen und Metzgerplättli.



Mit Küchenchef Dominic Meier hat Christoph Jenzer den perfekten Mitstreiter im Engagement gegen Food Waste gefunden.

**F**leischgenuss mit Familientradition, das gilt an der Ermitagestrasse 16 in Arlesheim seit 1898 in doppelter Hinsicht. Wer die feinen Sachen zuhause zubereiten möchte, steuert die Metzgerei an, wer sie sich lieber servieren lässt, ist im Gasthof gleich nebenan richtig. Hier wie da laufen die Fäden bei der Familie Jenzer zusammen – inzwischen in vierter Generation, und die fünfte steht schon in den Startlöchern.

Im Gasthof zum Ochsen haben Barbara und Christoph Jenzer das Zepter vor zwölf Jahren übernommen. Diese direkte Verbindung zur Gastronomie nutzen sie, um mit Geschäfts-

führerin Sibylle Böhler und Küchenchef Dominic Meier konsequent gegen Lebensmittelverschwendung und unnötige Abfälle vorzugehen. Viele Gerichte gibt es darum in zwei Portionengrössen und die verschiedenen «Metzgete» halten sie aus Überzeugung in Buffetform ab. «So können sich alle nehmen, was sie gluschtet, was sie mögen und vor allem so viel, wie sie dann auch tatsächlich essen», so Jenzer.

Ein nach Tagesangebot bestücktes Metzgerplättli, der Butchers Cut und der monatlich wechselnde Ochsen-Hit tun das Übrige und unterstreichen die enge Zusammenarbeit mit der Hausmetzgerei. Dies wäre eigentlich

der Idealfall für jedes Restaurant, findet Jenzer. «Erstens für die Herkunftstransparenz, zweitens der Tipps wegen.» Haxe sei ein gutes Beispiel dafür: «Die hintere ist viel gefragter als die vordere, dabei schmeckt die vordere genauso gut und kostet nur halb so viel.» Es lohne sich darum immer, nach Alternativen zu fragen. Die Maxime «no Waste» zieht sich bei Jenzers von der Küche weiter bis zur Bausubstanz: So wurde das hundertjährige Täfer in der Gaststube beim Neubau kurzerhand abmontiert und nach Fertigstellung wieder an Wänden und Decken angebracht.

## TIPP 1

**Butchers Cut von der Hausmetzgerei: das Fleischgericht für Connaissseure und Umweltbewusste.**

Dass ein Tier nicht nur aus Edelstücken besteht, ist inzwischen hinlänglich bekannt. Trotzdem geht die Rechnung auch bei Nose to Tail nicht immer auf und es bleiben Stücke übrig. Warum also nicht fix einen Butchers Cut auf die Karte nehmen? So entdecken die Gäste immer wieder Neues, die Hausmetzgerei wiederum hat keine Überschüsse.

## TIPP 2

**Les frites sont belgiques: im Rindsfett statt in pflanzlichem Öl gebacken.**

Belgische Frites bringen dreierlei Gewinn: wertvolles Rindsfett wird genutzt statt entsorgt, bessere Fett-Haltbarkeit (Rinderfett hält sich 30% länger als pflanzliche Öle) und sie sind knuspriger. Oder um es mit den Worten von Christoph Jenzer zu sagen: «Wer einmal solche Frites gegessen hat, will nie mehr andere.»

## TIPP 3

**Flexibilität beim Schöpfen: Wer schlau portioniert, wirft weniger weg.**

Manchmal ist der Hunger nicht ganz so gross, die Lust auf Vorspeise und Hauptgang aber trotzdem da. Wie gut, wenn die Karte in solchen Fällen mit verschiedenen Portionengrössen aufwartet und den Gästen die Wahl lässt. Einfacher lässt sich Food Waste kaum vermeiden.

### Selbst ist die Beiz

Lieber als Butter reicht Christoph Jenzer seinen Gästen Griebenschmalz zum Brot. Wer diese Option künftig ebenfalls haben möchte, fragt entweder bei der Metzgerei des Vertrauens danach oder, so Jenzer, «macht's ganz einfach selbst»:

- Mehrere Kilo Schweinefett hacken und über Nacht bei 80 Grad schmelzen lassen
- Am Morgen noch einmal kurz auf 100 Grad erhitzen, damit das Wasser verdunsten kann
- Das goldene Öl in einen Kessel giessen, erkalten lassen und zum Backen oder für Schmalz-Ableitungen verwenden (siehe letzter Punkt)
- Die Grieben würzen, salzen und in eine Terrinenform oder ähnliches giessen, aushärten lassen und anschliessend scheinweise zum Brot servieren
- Je nach Gusto Nüsse, Dörrfrüchte, Kräuter oder gehackten Rohessspeck dazugeben und den Gästen eine individuelle Schmalzvariante auftischen

# UNITED AGAINST WASTE

**Fast drei Millionen Tonnen Food Waste fallen in der Schweizer Food-Branche jährlich an. Eine Zahl, die der Verein United Against Waste mit praxisgerechten Lösungsansätzen reduzieren will. Für Gastronomie und Hotellerie stehen der Food Save Management-Prozess sowie zwei Apps bereit.**

Wer Lebensmittelabfälle reduziert, entlastet neben der Umwelt auch das Betriebsportemonnaie. Weil hier bereits kleine Veränderungen einen spürbaren Unterschied machen, hat der Branchen-Zusammenschluss United Against Waste den Food Save Management-Prozess und zwei kostenlose Apps entwickelt: Beim FSM-Ansatz werden Betriebe über mindestens ein Jahr begleitet und durch Detailmessungen, Workshops und individuelle Massnahmen aktiv in der Reduzierung ihres Food Wastes unterstützt. Im Durchschnitt können Reduzierungen von 35% verzeichnet werden, in manchen Fällen sogar bis zu 70%.

Die Waste Tracker App ist ein flexibles und unkompliziertes Analysetool zur Erfassung von Lebensmittelabfällen. Die Food Save App dient als Inspirationsquelle zum Einstieg ins Thema und bietet Zugriff auf über 200 einfache und wirkungsvolle Lösungsansätze zur Food Waste-Reduktion in sämtlichen Küchenprozessen. Die perfekte Motivation, um das Ziel der Food Waste-Reduktion auf eine solide und langfristige Basis zu stellen.

**Für mehr Informationen: [united-against-waste.ch](http://united-against-waste.ch)**

