

# „Von wegen Unkraut!“

**Einkaufstour** Mit Holger Oestmann vom Restaurant Der Ahrenshof geht's aufs Feld. Hier findet er Inspiration sowie spezielle Gemüse und Kräuter.

**BAD ZWISCHENNAHN.** Zwei Männer stehen sich auf dem Feld gegenüber. Sie blicken nach unten. Zücken fast zeitgleich ihre Messer. Holger Oestmann will gerade die Klinge ansetzen, doch Marko Seibold ist schneller – und schneidet den Hirschhornwegerich zu seinen Füßen ab. Dann betrachten die beiden das Kraut eingehend, reiben, riechen, probieren.

Oestmann ist Küchenchef des Restaurants Der Ahrenshof in Bad Zwischenahn. Doch zur Einkaufstour bit-

tet er ins 80 Kilometer entfernte Syke, auf den Demeterhof Seibold's. Dabei sehen dessen Felder Mitte April auf den ersten Blick ziemlich leer aus. „Abwarten“, sagt der 59-Jährige und geht in Richtung des Feldfruchtspezialisten, der am anderen Ende des Hofareals seiner Arbeit nachgeht.

Auf dem Weg erzählt Oestmann von seiner Überzeugung, dass Köche raus aufs Feld müssen. „Eine Stunde hier ist inspirierender als 20 Kochbücher.“ Wie Kollegen für den Einkauf nur den Katalog aufschlagen und einen Anruf tätigen können, verstehe er nicht. „Ich will keinem zu nahe treten, aber das hat nicht viel mit dem Kochberuf zu tun.“ In Gesprächen mit den Produzenten entstünden doch Ideen, welches Produkt man wie verwenden oder was man neu anpflanzen könnte. „Das hat nicht unmittelbar Einfluss auf die Karte, doch Entwicklungsarbeit gehört auch zum Beruf.“

## 100 Gramm Taubnessel

Gerade Jungköchen rät Oestmann zu Feld-Ausflügen. Ein Korn keimt, wird zur Ähre, die geerntet und zu Mehl gemahlen wird, aus dem Brot entsteht: „Wer etwas wachsen sieht und sich den Weg eines Produkts vergegenwärtigt, wird bewusster mit ihm umgehen und damit ein besserer Koch.“

Bei Marko Seibold angekommen, blickt Holger Oestmann in dessen Eimer, in dem zahlreiche Kräuter liegen. „Schön bunt“, stellt er fest. Danach beißt er knackend in einen grünen Spargel, den Seibold ihm reicht. „Unglaubliches Aroma.“ Weiter geht's zum Bremer Scheerkohl. „Eine uralte Sorte, die viele Köche gerade wiederentdecken“, so der Koch. Und dann schlenndern die beiden weiter über das Feld, schneiden zum Beispiel Hirschhornwegerich, riechen und schwärmen einmal drei Minuten von der Anmut einer Schnittlauchblüte.

Alles schön und gut. Aber wie rechnet sich der Aufwand eines solchen Feld-Einkaufs? Nun, man müsse eben von jedem Produkt möglichst 100 Prozent nutzen, antwortet Oestmann. Beispiel Möhre: „Das Grün wird zur Garnitur, die Frucht zur Suppe oder Ge-



## Fachsimpeln auf dem Feld:

Holger Oestmann (links) und Marko Seibold begutachten den Bremer Scheerkohl. Außerdem auf dem Einkaufszettel: kleine Kartoffeln, bunte Rüben und ein Schälchen mit wildgewachsenen Kräutern für den Salat

Fotos: Alexander Schmolke (3), Restaurant (1)



müsebeilage, und die Schalen werden getrocknet und als Chips gereicht.“

Zudem brauche er bei Seibold nichts kistenweise mitzunehmen, sondern könne auch nur 100 Gramm Taubnesseln ordern. „Das lässt einen gezielten Einkauf zu und verringert das Risiko, etwas wegwerfen zu müssen.“ Zu-

mal die Produkte durch ihren Wildwuchs robust seien und länger halten als hochgezüchtetes Gemüse. „Ganz zu schweigen vom Geschmack, der Frische, der Farbe“, fügt Oestmann hinzu und schneidet als Beleg eine Rote Beete auf, die saftiger nicht sein könnte.

Und trotzdem: Der Aufwand, Produzenten zu besuchen, ist hoch, räumt Oestmann ein. „Doch durch diese enge Zusammenarbeit kann man Gäste überraschen.“ Mit Scheerkohl, mit violetten Möhren, mit bunten Beeten, mit Wildkräutern. „Hieraus lässt sich ein wunderbarer Salat machen“, sagt der Koch und deutet auf ein Beet, auf dem Laien nur Unkraut sehen. „Von wegen Unkraut! Hier finden sich Kräuter und Geschmacksvarianten, die der Gast nicht von zu Hause kennt“, sagt der Koch und schneidet etwas Wilde Melde ab.

Bauer Marko Seibold hat in der Gastro-Branche einen guten Ruf, beliefert Spitzenköche von Sylt bis Oberstdorf. Klar, dass er deren Bedarf nicht zu 100 Prozent decken kann. „Das ist auch nicht nötig“, findet Holger Oestmann.

mann eine Kiste bunter Kartoffeln, Scheerkohl und einige Schälchen Wildkräuter-Mix mitnimmt. Weitere Lieferungen, die dank Express-Dienst 30 Stunden nach der Ernte in seiner Küche liegen, werden besprochen. Dann verabschieden sich beide herzlich voneinander.

## Zeitaufwand lohnt sich

Fast zwei Stunden hat die Einkaufstour auf dem Feld des Demeterhofs gedauert, wie Küchenchef Oestmann bei einem Blick auf seine Uhr registriert. „Na, da wird es im Restaurant ja hektisch“, kommentiert er – klingt dabei aber weder gehetzt noch verärgert über den Zeitaufwand. Schließlich habe er die Zeit für seine Leidenschaft investiert. „45 Jahre mache ich den Job, aber ich bin immer noch verliebt in gute Produkte“, sagt Holger Oestmann. Dann springt er in sein Auto und braust los, um seine große Liebe fachgerecht zu verarbeiten.

Alexander Schmolke

► [www.der-ahrenshof.de](http://www.der-ahrenshof.de)

Anzeige

**PALUX – IMMER EINE GUTE ENTSCHEIDUNG!**

**PALUX Küchensysteme – multifunktional, effizient und investitionssicher!**

Wenn es um die individuelle Beratung, Konzeption, Planung und Realisierung ganzheitlicher, wirtschaftlicher Küchenlösungen geht, ist PALUX der richtige Partner!

**NEU! PALUX ProfiLine**

**PALUX Touch 'n' Steam**

**Innovative Produkte**  
**Exzellente Konzepte**  
**Umfassendes System-Know-how**

**PALUX**  
KÜCHEN MIT KONZEPT

## KOCH & REZEPT

**Holger Oestmann** (59), Spross einer Gastronomiefamilie, kocht seit gut 45 Jahren, stand schon in Malaysia, Hongkong oder New York am Herd. Am 4. April 2004 übernahm er die Küche des Restaurants Der Ahrenshof in Bad Zwischenahn. Dort kocht er frisch und regional, baute zuletzt verstärkt vegetarische und vegane Gerichte ein. Für das gastronomische Konzept erhielt der Ahrenshof 2012 den Carlsberg-Preis. Zum Betrieb zählen 150 Innen- und 120 Außenplätze sowie eine Feierscheune für bis zu 140 Personen. Die Preise für die Hauptgerichte liegen sich zwischen 11

bei, Rosmarin, Kerbel, Bärlauch, Rucola, Kresse, Sauerampfer), 250g bunte Möhren (oder je nach Saison Mairübchen, Steckrübe, Kohlrabi), 4 Eier.

**Zubereitung:** Mehl, Salz und Backpulver vermengen. Grob geriebene Möhren sowie gewaschene und grob gehackte Kräuter hinzugeben. Eier mit 1 EL Wasser verrühren und zur Mehlmischung geben. Alles zu einem glatten Teig verarbeiten, ihn auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten, in zwei gleiche Teile teilen: In eine Brotform bringen. Mit einem