



Haben Sie Lust den Frühling mit all seiner Blüte und Frische zu schmecken? Dann ist ein Ausflug ins Kräuterdorf Stiefenhofen zum Landgasthof Rössle eine kleine Reise wert, denn hier kommt frisches Grünauf den Teller.

Kulinarischer Grenzgang

Dort im altherwürdigen Gasthaus kocht der »Kräuterwirt« Axel Kulmus mit niveauvoller Finesse für uns auf.

Seine bodenständigen Allgäuer Gerichte verfeinert er seit Jahren mit Kräutern aus der heimischen Umgebung und entwickelt so eine ambitionierte Küche die überraschende Geschmackserlebnisse beschert. Kräuter autodidakt Kulmus experimentiert gerne und kredenzt zum Beispiel ein aromatisches Brennnessel-Wildkräuterparfait als krönenden Abschluss des Mahls. Kaum einer der appetitlichen Teller kommt ohne frische Kräuter daher. Sie

kommen direkt aus dem eigenen sonnigen Kräutergarten, den die Familie von 8 Jahren an der Sonnenseite des Hauses angelegt hat. Hier blühen und duften mehr als 80 verschiedene Kräutlein.

Aber nicht nur dort, sondern auch auf den Wiesen rund um 's Dorf finden sich frische Zutaten für den Wildkräutersalat oder die formidable Heusuppe, beides Bestandteile des 5-Gängigen Kräutermenüs, das der Küchenmeister Kulmus komponiert hat. Es erfreut sich bei den Gästen großer Beliebtheit – genauso wie die traditionelle Kuttelsuppe mit Bratkartoffeln für die es





Foto: Heidi Hintereck

schon eine große Anhängerschaft auch von weit her gibt. Das spornt den Küchenchef an und der Mann ist kaum zu bremsen. Als Mitglied des Gastronomieverbandes »Landzunge« hat er sich der Verwendung regionaler Produkte verschrieben. Seine Nudeln sind hausgemacht, ebenso sein Kräuterbrot, das vom eigenen Holzbackofen noch warm ins Restaurant kommt. Verschiedene Pestos werden je nach Saison hergestellt und fünf Bienenvölker produzieren feinen Sommerblütenhonig zum Verkauf.

Angefangen hat alles vor etlichen Jahren mit einer Handvoll Bärlauch, die ihm ein Freund mitbrachte. Das war die Geburtsstunde seiner feinen Bärlauchsuppe, die das Frühjahr auf der Speisekarte einläutet. Im Sommer laden nicht nur die stilvoll eingerichteten Stuben des historischen Hauses zum Tafeln ein, sondern auch der gemütliche Biergarten mit rund 90 Plätzen nebst dem besagten Kräutergarten. An einladenden Tischen werden uns die duftenden Teller von freundlichem und aufmerksamem Service aufgetragen.

Wer ein ganzes Kräuterwochenende im Hause verbringen möchte, findet dazu in den oberen Etagen 10 geschmackvoll und komfortabel eingerichtete Zimmer. Sie werden gerne auch von Radlern bezogen, die vom Bodensee zum Königsee unterwegs sind. Stiefenhofen markiert die erste Etappe auf diesem Fernradweg durch die Hügel des Allgäus. Wir sind zum Schluss wieder zurück im Grünen. Dort fühlt sich der Familienvater am wohlsten und ist mit seiner Familie auch gerne einmal barfuß auf den Wiesen unterwegs.

Seinem Auge entgeht nichts. »Ich bin neugierig« bekennt Kulmus. Sprichts und zupft Girsch aus der Wiese, »hat 14 mal mehr Vitamin C als ein Salat.« Schnell nimmt er noch einen Büschel junge Löwenzahnblätter in die Hand, steckt eins davon in den Mund und freut sich bereits auf den Salat zu Mittag.

Ganz nebenbei ist Axel Kulmus Mitinitiator des 240 Mitglieder starken »Allgäuer Kräuterland«-Vereins.



Foto: Heidi Hintereck

Landgasthof Rössle***
 Axel und Otto Kulmus GbR
 Hauptstr. 14
 88167 Stiefenhofen
 Tel. +49 (0) 8383 920 90
 Fax. +49 (0) 8383 920 949
 info@roessle.net
 www.roessle.net





Rezepte

Rössle Stiefenhofen

Brennesselrahmsüppchen mit Lachsforellennockerln

Zutaten:

150 g	junge Brennesselspitzen	300 ml	Brühe
50 g	Butter	300 ml	Brennesselfond
1	mittlere Kartoffel	1/8 l	Weißwein
1 TL	Schalotten		Salz Pfeffer
300 ml	Sahne		

Essbaren Blüten wie Ringelblumen, Gänseblümle, Malven, Salbeiblüten, Dost zum garnieren

Zubereitung:

Die Brennesselspitzen kurz blanchieren und den Fond bei Seite stellen. Schalotten mit Butter andünsten, die gewürfelte geschälte Kartoffel dazugeben.

Mit Weißwein ablöschen und mit Brühe und Brennesselfond aufgießen. Alles zusammen so lange köcheln bis die Kartoffeln gar sind.

Anschließend die blanchierten Brennesseln dazugeben und pürieren. Die Sahne zugießen kurz aufkochen. Mit Pfeffer, Salz, Creme fraiche und etwas Zitrone abschmecken.

Lachsforellennockerln

Zutaten:

150 g	Lachsforellenfilet	Frische Wild- und Gartenkräutern wie Spitzwegerich, Löwenzahn, Wiesenschäufel, Ringelblumen, Giersch usw.
150 g	Sahne	
	Salz Pfeffer	

Aus Lachsforellenfilet, Sahne und Kräutern eine Farce herstellen, abschmecken kleine Nockerln abstechen und in Salzwasser gar ziehen.

Bunter Wildkräutersalat mit Blüten an Honig-Himbeerdressing



Foto: Klaus Faber

Zutaten:

🌿 **Frühlingsalate**

Junge Blattsalate, junge Mangold- und Senfblätter Spitzwegerich, Löwenzahnblätter,

🌿 **Wild- und Unkräuter**

Dost, Knoblauchrauke, Wiesenschäumkraut, Giersch, Scharbockskraut, Quendel (wilder Thymian), Vogelmiere, Schafgarbe, Hirtentäschle, Zitronenmelisse

🌿 **Blüten**

Kapuzienkresse, Löwenzahnblütenblätter, Ringelblumen, Wiesenschäumkraut, Schafgarbe, Gänseblümchen etc.

Dressing

2 EL	Himbeeressig
3 EL	Sonnenblumen-Öl
1/2 EL	Blütenhonig
	Salz, Zucker
	frisch gemahlener Pfeffer
	etwas scharfer Senf
	etwas Wasser
4 EL	frische Wildkräuter

Senf mit Essig, Blütenhonig, Salz und Pfeffer verrühren. Das Öl nach und nach unterrühren oder untermixen. Frisch gehackte Wildkräuter zum Schluß unterrühren.

Den Salat marinieren in einem tiefen Teller anrichten und mit Blüten aus Garten und Wiese garnieren. Dazu servieren wir unser Holzofenkräuterbrot mit Wildkräuterbutter.

Gekrätertes Lammkrönchen mit Zucchini-Tomatengemüse



Zutaten:

900 g Lammkrönchen/Lammkotlett

Marinade

Koriander, Zitronenmelisse,
Wildkräuter (Bärlauch, Dost, Knoblauchrauke,
Wiesenschaumkraut, Scharbockskraut, Girsch,
Quendel (wilder Thymian), Ingwer

Gemüse

350 g Zucchini
4 reife Tomaten,
1 feingewürfelte Zwiebel
2 Zweige Quendel (wilder Thymian)
2 Zweige Dost (wilder Majoran)
Olivenöl, Gemüsefond

Klein geschnittenen Ingwer mit den
fein geschnitten Kräutern und
Olivenöl aufmixen und eine Marinade
herstellen. Etwas feingeschnittene
Kräuter für die Sauce bei Seite geben.

Das Lammkrönchen mit Salz und
Pfeffer würzen, mit der Marinade
bestreichen und ca. 1 Std. gekühlt
einlegen Die Zucchini putzen, in
Scheiben und Tomaten in Rauten
schneiden.

Feingewürfelte Zwiebeln mit den
Zucchini und den Tomatenrauten in
Olivenöl andünsten, würzen mit
Gemüsefond angießen.

Kurz vor dem Servieren die Wild-
kräuter in das Gemüse geben und
anschwenken.

Das Lammkrönchen mit Olivenöl in
einer Pfanne anbraten, danach im
Ofen bei 160 °C rosa garen.
Den Bratsaft mit Rotwein ablöschen
reduzieren lassen eine Sauce herstellen.

Das Zucchini-Tomatengemüse in der
Mitte des Teller anrichten und die
aufgeschnittenen Lammkrönchen
darauf anrichten. Mit Wildblüten
garnieren.
Hierzu servieren wir Ihnen in Wild-
kräuter geschwenkte Kartoffeln.

Gekräterte Lachsforellen-Zanderterrine an Blüten-Wildkräutersalat

Zutaten:

300 g	Lachsforellenfilet	0,2l	Sahne
300g	Zanderfilet	1 El	Crème Fraiche
500g	Sahne		Schabziegerklee
	Speckscheiben		
0,25 l	Fischfond		

Frische Wild- und Gartenkräutern wie
Spitzwegerich, Löwenzahn, Wiesenknö-
terich, Girsch usw. Essbaren Blüten wie
Ringelblumen, Gänseblümle, Malven,
Stiefmütterchen, Salbeiblüten,
Schafgarbe, Dost usw.

Aus dem Zanderfilet einen schönen
Streifen für die Einlage schneiden und
in gehackten Wildkräutern wälzen.
aus Lachsforellenfilet und Sahne sowie
aus dem restlichen Zanderfilet und

Sahne je eine Farce herstellen.
Terrinenform zuerst mit Klarsichtfolie,
danach mit Speckscheiben auskleiden
und mit ca. 2 cm (1/2) Zanderfarce aus-
streichen bis 1,5 cm unter den Rand
(1/2) mit Lachsforellenfarce auffüllen in
die Mitte dabei das gekräterte Zander-
filet geben. Die Terrine mit Zanderfarce
auffüllen und mit den Speck zuschlagen
Brettchen (in Alufolie) auf die Terrine
binden und bei 80°C ca. 30 bis 40 Min

pochieren Schalotten anschwitzen,
Fischfond aufgießen, etwas reduzieren
lassen und mit Creme Fraiche und Sahne
verfeinern, abschmecken und fein
geschnittenen Schabziegerklee zugeben
und aufmixen

Die lauwarmer Terrine an den Wildkräu-
tersalat anrichten und mit etwas Kräuter-
schaumsauce napieren.
Den Salat mit Apfelmostvinaigrette
aromatisieren.

Foto: Heidi Hinereck

