



Bonusbeitrag zu «Die Erwartungen sind ganz klar gestiegen», SKZ 02/2019

Interview mit Küchenchef Olaf Kapitschke in voller Länge*



Mit Küchenchef Olaf Kapitschke im Kräutergarten

(Foto: mh)

In einer Talsenke zwischen Hügeln gelegen, ist die Propstei Wislikofen** der ideale Ort für Seminare und Weiterbildungen oder einfach zur Erholung und Entspannung. Die Umgebung lädt zu Spaziergängen oder kleinen Wanderungen zwischen den Sitzungen ein. Auch kirchliche Gruppierungen, Pfarreiteams, Verantwortliche von Seelsorgeeinheiten oder die Bistumsleitung sind hier gerne zu Gast. Kulinarisch verwöhnt werden sie von Olaf Kapitschke. Er wirkt seit zehn Jahren mit grosser Leidenschaft als Küchenchef. Mit ihm habe ich mich an einem trüben Novembernachmittag zu einem Gespräch bei Kaffee und selbstgemachten Guetzli im Kreuzgang der Propstei getroffen.

Was kochten Sie heute zu Mittag?

Heute Mittag hatten wir 50 Gäste zum Essen. Wir bieten jeweils ein 3-Gang-Menü an: zur Vorspeise Salat, ein Hauptgang und ein kleines Dessert; abends alternativ Suppe oder Salat,

da können die Gäste wählen. Zum Hauptgang gab es an diesem Mittag in Rotwein angesetzten Rindsschmorbraten, Herbstgemüse und Polenta und als vegetarisches Menü: Chichorée im Kräutercrêpeteig auf Herbstgemüse und Polenta.

Sie kochen immer ein vegetarisches Menü. Worauf achten Sie bei der Menügestaltung noch?

Sie sollte abwechslungsreich sein. Ich schaue auf eine saisonale Küche und beziehe Fleisch, Gemüse und Früchte aus der Region, Äpfel und Birnen direkt vom Bauernhof. Das Fleisch kaufe ich beim Metzger in Döttingen ein, das heisst, zu 80-90% verwenden wir Fleisch aus der Schweiz oder wenn es nicht anders geht, aus dem nahen Ausland. Saisonal und regional sind mir sehr wichtig. Inspiration für die Menügestaltung hole ich mir auch im Kräutergarten. In den letzten zehn Jahren habe ich mich mehr und mehr des Kräutergartens angenommen. Inzwischen wachsen rund 50 Kräuter. Gestern holte mein Mitarbeiter die letzten Kapuzinerkressen, etwas Rosmarin und Salbei aus dem Garten für die Zubereitung des Abendessens. Mit so frischen Kräutern und in dieser Vielfalt kochen zu dürfen, das macht echt Spass! Leider sind die meisten Kräuter jetzt in der Winterruhe, sonst hätte ich Sie gerne durch den Garten geführt. Ja, und darüber hinaus komme ich mit dem Fahrrad arbeiten und sehe auf dem Weg jeweils, wann der Holunder blüht oder seine Beeren reif sind. Holunder brauche ich nicht nur zum Kochen, sondern auch für unseren Propsteiladen.



Propsteiladen mit feinen selbstgemachten Delikatessen

(Foto: mh)

Den habe ich im Eingang schon bewundert. Mit saisonal und regional stecken Sie sich ein hohes Ziel.

Ja, konsequenterweise würde saisonal und regional heissen, dass beispielsweise in dieser Jahreszeit in der Obstschale für die z'Nünipausen keine Orangen oder Bananen sind. Aber die Gäste erwarten mehr als Äpfel und Birnen. So gibt es eine Diskrepanz zwischen meinen Idealen und der Realität. Die Gäste schätzen sehr, dass wir saisonal kochen und regionale Produkte bevorzugen, erwarten aber dennoch Nahrungsmittel, die dem nicht entsprechen. Das hängt auch mit der in unseren Breitengraden üblichen ganzjährigen Verfügbarkeit der Nahrungsmittel zusammen. Die Gäste sind es gewohnt, dass alles jeder Zeit zu haben ist.

Was ist für Sie ein gutes Essen?

Ein Essen wie bei meiner Mutter, also gute Hausmannskost. Hier in der Propstei kann ich dies umsetzen und dabei kreativ sein. Ich liebe eine gut bürgerliche Küche mit einem gewissen Etwas. Kochen ist meine Leidenschaft.

So werden, wie in einer Bewertung im Netz geschrieben steht, Ihre Menüs zu einer Wucht.

Ich liebe die Kreativität und passe die Gestaltung der Menüs auf die Gästegruppe an. Je nach Gruppe darf das Menü farbiger und verspielter sein wie z. B. bei der Feng-Shui-Gruppe, die regelmässig hierherkommt. Nach zehn Jahren Erfahrung kenne ich die Wünsche, Vorlieben und Eigenarten der verschiedenen Gästegruppen und entsprechend plane ich die Menüs. Manchmal ändere ich auch kurzfristig, wenn ich merke, dass den Gästen etwas anderes als geplant, mehr munden würde.

Das erfordert ein hohes Fingerspitzengefühl für die Gäste und ein erhebliches Mass an Flexibilität. Dies ist ja auch notwendig bei Menschen mit Allergien und Unverträglichkeiten.

Personen mit wirklichen Allergien und Intoleranzen sind äusserst dankbar und schätzen unsere Arbeit sehr. Ich versuche, mit Ihnen gleich zu Beginn ihres Aufenthalts hier direkt ins Gespräch zu kommen. Stefan Bischoff, der Leiter des Hotelbereichs, stellt jeweils den Kontakt her. Im Gespräch können wir eruieren, welche Nahrungsmittel vertragen werden und welche nicht. So bin ich auf der sicheren Seite, wenn Komplikationen auftreten sollten. Inzwischen habe ich mir ein gewisses Knowhow erarbeitet. Allergien sind eine spannende Herausforderung: Man entwickelt ein Gefühl für laktose- oder glutenfreie Ernährung und ein Verständnis für die Situationen der betroffenen Personen; man erarbeitet sich Wissen und macht wertvolle Erfahrungen in der Zubereitung der Menüs. Ich habe mir dadurch ein grosses Repertoire an neuen Möglichkeiten erschaffen.

Jene, die von sich aus, ohne fachliche Abklärung und Beratung, eine laktosefreie, glutenfreie oder andere Diät angehen, sind sehr fordernd. Ihnen fehlt oft das Hintergrundwissen, z. B. wo überall Milchpulver drinsteckt. Durch die Herstellung ist der Laktosegehalt in Milchpulver hoch konzentriert. Sie finden Milchpulver in vielen Lebensmitteln, bei denen Sie gar nicht an Milch denken. Ich musste mir das Wissen darüber auch erst erarbeiten, indem ich konsequent die Inhaltsangaben auf den Verpackungen studierte. Manchmal beobachte ich Gäste, die eine laktosefreie Ernährung anmeldeten, wie sie sich in der Pause einen Latte macchiato gönnen,

weil der so gut schmeckt. Das sind 200ml Milch! Ich nehme es gelassen und koche ihnen weiterhin konsequent laktosefrei. So bin ich «abgesichert», wenn sie über Bauchweh klagen.

Vor zehn Jahren, als ich hier begann, gab es gelegentlich einen Allergiker, heute Mittag zum Beispiel waren es auf 50 Gäste acht Menschen mit Allergien oder Unverträglichkeiten. Manchmal, wenn eine Gruppe mehrere Tage da ist, wächst die Anzahl jener, die eine Diät wünschen. Sie sehen, was die Allergiker zum Essen bekommen und möchten dies auch und melden von einem Tag auf den anderen eine Unverträglichkeit an.

Laktose-, glutenfreie oder auch vegane Menüs zu kochen, bedeutet für Sie zusätzliche Arbeit. Wie kommen Sie mit Ihrem Zeitbudget klar?

Für Suppen verwende ich beispielsweise gar kein Mehl mehr. Ich binde die Suppe mit frischen Kartoffeln. Ich versuche die Suppe bis kurz vor dem Servieren möglichst «neutral» zu halten, damit ich auf die eine oder andere Unverträglichkeit und Allergie noch reagieren kann. So köchelt in der glutenfreien Suppe auch weder Milch noch Rahm mit, sondern der Rahmtupfer kommt ganz am Schluss als Häubchen oben drauf oder eben nicht. Ich versuche auch, die verschiedenen Diäten zu kombinieren. Das reduziert den zeitlichen Aufwand beträchtlich. Ich backe inzwischen Kuchen aus glutenfreiem Mehl, mit pflanzlichem Fett, ohne Milch und Ei – vegan, laktosefrei und glutenfrei. Anders würde es zeitlich nicht gehen.

Ein solcher Kuchen zu backen ist sehr anspruchsvoll!

Ja, aber wir haben über die Jahre geprübelt, getüftelt und optimiert. Die Streusel aus Pflanzenfett jedoch sind nun mal nicht so knusprig wie die aus Butter. Inzwischen habe ich einen Trick: Ich gebe ganz am Schluss etwas Zucker dazu, so werden die Streusel ein wenig karamellisiert und dadurch «crunchy», fast wie echte Streusel.

Sie gehen stark auf die Wünsche der Gäste ein.

Die Erwartungen der Gäste zu deren vollen Zufriedenheit zu erfüllen, gehört zum Hotelgewerbe. Sonst kommen die Gäste nicht mehr. Aber die Erwartungshaltungen sind ganz klar gestiegen. Bei uns ist Essen überall und zu jeder Zeit verfügbar. Aus dieser ständigen Verfügbarkeit von Essen erwächst eine Haltung, die wir auch hier spüren. Ich beobachte, dass die Menschen weniger daran denken, was es alles braucht, damit diese Verfügbarkeit überhaupt möglich ist.

Menschen mit Allergien und Unverträglichkeiten wissen, dass sie diese haben, und wissen auch mehrere Wochen im Voraus, dass sie an einem Kurs hier im Haus teilnehmen. Wünschenswert wäre, wenn diese ihre Diät vorab anmelden würden. So können wir uns vorbereiten. Wenn sie dies kurz vor der ersten Mahlzeit hier kundtun, wird es schwieriger. Wir geben das Beste, aber leicht ist es in dieser Situation nicht. Schliesslich müssen die glutenfreien Nudeln eingekauft und zubereitet werden. Klar habe ich einen gewissen Vorrat hier, aber nicht unbegrenzt. Zudem sind diese speziellen Lebensmittel weniger lang haltbar. Der Blick für das, was es alles an Zeit, personellen Ressourcen und Planung braucht, bis ein feines Essen auf dem Tisch steht, ging leider etwas verloren.

Auf dem Tisch zwischen den Kaffeetassen steht der Guetzliteller. Ich gönne mir zum Schluss diesen süssen Gruss aus der Küche. Das Guetzli schmeckt ausgezeichnet: knusprig, mit leichter Zimtnote, luftig und geschmacklich wohl abgerundet. Im Anschluss des Gesprächs führt mich der Koch doch noch in seinen sehr gepflegten Kräutergarten. Einzelne Kapuzinerkresseblüten trotzen dem Novembergrau, ich entdecke Thymian, Salbei, Rosmarin und Lorbeer – Kräuter, die dem Essen die Würze und das spezielle Etwas geben, genau das, was Kapitschke seinen Menükreationen verleihen will.

Interview: Maria Hässig

* Olaf Kapitschke ist seit 2008 Küchenchef in der Propstei Wislikofen. Er ist in Deutschland aufgewachsen und absolvierte die Ausbildung zum Koch. Seit 16 Jahren ist er in der Schweiz tätig, davon 10 Jahre in der Propstei Wislikofen – ein Ort, an dem er seine Leidenschaft fürs Kochen ganz entfalten kann. Zur Arbeit kommt er, wie der zweite Koch in der Küche auch, mit dem Fahrrad. Unterwegs entdeckt er alles, was an Hecken und Waldrändern blüht und reift. Im Propsteiladen finden sich erlesene Delikatessen wie schwarze Baumnüsse.

Kapitschke bekocht nicht nur Seminargäste. Familienfeiern und Bankette sind eine gern gesehene Herausforderung: ein feines, wohlmundendes und schön angerichtetes Essen – zur vollen Zufriedenheit der Gäste. Als Küchenchef ist er zuständig für die Planung der Menüs, die Arbeitseinteilung, die Einhaltung der Lebensmittelhygiene und des Budgets sowie für den Einkauf. Wenn einmal wenig oder keine Gäste da sind, hilft er dem Hauswart beim Schneiden der Sträucher oder Malen der Zimmer.

** Das altherwürdige Gebäude in ländlicher Umgebung wurde in den 1970er-Jahren umfassend, die alte Baumasse erhaltend saniert. Es gehört der römisch-katholischen Landeskirche Aargau und wird als Bildungs- und Seminarhaus geführt. Seine Wurzeln gehen bis ins 9. Jahrhundert zurück. Ein alemannischer Siedler namens Wizilin baute an diesem Ort ein Gehöft, welches die Edlen von Walzhausen 1113 dem Benediktinerkloster in St. Blasien schenkten. Einige Jahre später, 1137, wurde das erste Kloster an der Stelle der heutigen Propstei errichtet. Die massiven Holzbalken, niedrigen Kassettenholztüren, die ausgetretenen Steintreppen und die dicken Mauern zeugen von einer langen und reichen Geschichte.

Als Seminar- und Bildungshaus beherbergt es heute nicht nur die Kursteilnehmer, die schmucken Räume und der idyllische Innenhof des ehemaligen Benediktinerklosters werden von Familien auch für Feiern wie Hochzeiten, Geburtstage und Taufen gerne genutzt. Sie werden auch für Bankette zur Verfügung gestellt. Spontane Gäste zum Essen sind eher selten. Eine kurze Anmeldung ist von Vorteil. Wenn einmal gerade keine Seminargruppe im Haus ist, richtet der Leiter des Hotels, Stefan Bischoff, eine kalte Platte. Kuchen, Getränke und Kaffee gibt es jeder Zeit in der Cafeteria.