

Essen & Trinken



**Nüsse: Beliebttes Superfood 50 Ungewöhnliche
Zutaten: Kochen mit Arven 38 Neu erwachtes
Selbstbewusstsein: Weine aus Sizilien 48**

Heimkommen zu einem Duft

Im Engadiner Brail liegt ein Hauch
Magie in der Luft: die des Arvenbaums.
Der heimische Hotelier und
Spitzenkoch Dario Cadonau entzückt
mit der Arve auch den Gaumen.

TEXT KRISTINA A. KÖHLER FOTOS OLIVIA PULVER





Aromatisch und knackig: ein in Öl eingelegter Arvenzapfen mit Kernen.

«Brauchen die Unterländer Hilfe?» Der Engadiner Sternekoch Dario Cadonau erklimmt den steilen Hang behände wie ein Steinbock und blickt dabei lachend auf den abgeschlagenen Begleittrupp zurück. Hier in Brail, auf knapp 2000 m ü. M., liegt der idyllischste Arvenplatz des 44-Jährigen. Und hier sammelt er die Zapfen und schneidet sich ein paar der untersten Nadelbüsche ab, um sie für seine Rezepte zu verwenden. Die «Arven-ernte» hat er zur Chefsache erklärt, denn die kurzen Auszeiten vom teils hektischen Hotel- und Restaurantbetrieb tun ihm gut. «Leider kommen wir jetzt tatsächlich zu spät», erklärt Cadonau sichtbar enttäuscht, nachdem er unter den dichten Nadelholzgewächsen nach unversehrten Zapfen gesucht hat. «Hier war jemand ungewöhnlich früh am Werk.» Und es stimmt: Es liegen nur noch vereinzelte und bis zur Unkenntlichkeit abgeknabberte Zapfen unter den Bäumen. Die Tiere müssen den vorzeitigen Wintereinbruch gewittert haben. Vor allem der Tannenhäher versteckt die Samen gerne im Boden als Wintervorrat und trägt somit zur Verbreitung der Baumart bei. Denn: Einige Verstecke finden die Vögel nicht wieder.

Auf rund 2000 m ü. M.: Dario Cadonau bei seiner «Ernte» der Arvennadeln.

Die «Zapfen-Pleite» ist nicht weiter tragisch, denn es lagern genügend in Öl eingelegte Exemplare im Vorratskeller des Hotels. Im «In Lain» (rätoromanisch für «Aus Holz»), dem Fünf-Sterne-Refugium der Cadonau-Familie, dreht sich fast alles um die Arve. Gleich beim Betreten des luftigen Engadinerhauses werden die Gäste durch den balsamisch-frischen Arvenduft leicht eingelullt. «Das Aroma ist in unserem Haus so bewusst wahrnehmbar, weil hier alles aus reinem Arven-Massivholz gestaltet ist», erklärt Dario Cadonau. Um den liebevollen Innenausbau hat sich Darios Bruder Marco (46) gekümmert, der Schreiner und ein wahrer Holzkünstler ist. So befinden sich im Hotel auch dessen mit Schnitzereien verzierten Arvenmöbel.

Die Königin der Alpen

Die «Dschember» (rätoromanisch für Arve) wächst in der Schweiz hauptsächlich im Engadin und in den südlichen Walliser Seitentälern. Sie gilt als Königin unter den Bergbäumen, da sie so hoch im alpinen Raum wie keine andere Art wächst. Über 80 Prozent ihres Bestandes befinden sich oberhalb von 1800 m ü. M. Sie trotzt zudem Temperaturen von bis zu minus 43 Grad Celsius. Die Arve, die auch Zirbelkiefer genannt wird, kann bis zu 30 Meter hoch und 1000 Jahre alt werden. Die buschigen, weichen Nadeln und jungen Triebspitzen dienen zur Gewinn-

ARVENWELT

2007 gestaltete der Gastronom Dario Cadonau (1 Michelin-Stern, 17 Gault-Millau-Punkte) das grosselterliche Engadinerhaus in Brail zum Hotel um. Heute umfasst das Fünf-Sterne-Haus «In Lain» drei Restaurants und 14 Suiten. Allgegenwärtig: Der heimelige Duft des Arveninterieurs. Der Hotelfachmann lebt mit seiner Frau Tamara und den zwei Kindern im Nachbarhaus.



Waldige Süsse: Der Arvensirup wird aus den Nadeln hergestellt.

nung ihres berühmten ätherischen Öls. Man vermutet, dass der hohe ätherische Ölgehalt der Bäume im Frühjahr und Herbst dafür verantwortlich ist, dass sie dann wie von einem mystisch-bläulichen Schimmer umgeben sind.

Die Verarbeitung des weichen, aber dennoch langlebigen Holzes gehört zum ältesten Handwerk Europas. Der wohlthuende Duft findet sich auch im Holz wieder und vermag andere Gerüche zu neutralisieren, etwa jene von Essen und Rauch. So erstaunt es nicht, dass viele Bündner Gaststuben bis heute mit Wandtäfelungen aus Arve ausgestattet → Seite 40

→ sind. Zudem wirkt der Duft entspannend. Forschungsergebnisse zeigen sogar, dass das ätherische Öl im Holz längere Tiefschlafphasen begünstigt und das Herz ruhiger schlagen lässt.

Küchenkunst mit Arve

«Bereits mein Vater war Schreiner und als wir zwei Jungs klein waren, brachte er oft einen grossen Sack mit frischen Arvenspänen mit nach Hause», erinnert sich Dario Cadonau. In den Haufen der samtigen Flocken – Arvenholz splittert nicht – spielten die Brüder dann immer endlos lange mit ihren kleinen Traktoren. Der Koch ist mit dem Holz aufgewachsen und somit war es für ihn ein natürlicher Prozess, auch in der Küche mit der Arve zu experimentieren. Dario Cadonau: «Unsere Liebe zur Arve wollte ich thematisch in einen Willkommensgruss für unsere Gäste einbauen. So ist die Idee des Champagners mit einem Schuss Arvensirup entstanden.» Der Sirup aus den Arvennadeln ist dabei zu einem kleinen Verkaufsschlager geworden. Als Nächstes folgte das Rindsfilet im Arvenmantel. Hierfür liefert Bruder Marco das hauchdünne Arvenband, mit



Zart und buschig: Dario Cadonau beim Umwickeln des Filets mit dem Holz und bei der Zubereitung des Sirups (Bild links).



dem das Filet ummantelt und danach vakuumiert wird. Dabei zieht das feine Holzaroma ins Fleisch ein. Dieses Filet ist heute eines von Cadonaus unverwechselbarsten Gerichten.

Mittlerweile lassen sich die subtilen Arvennoten in mannigfachen Rezepten herauschmecken, vor allem in den süssen. Da ist die Ganache für Pralinen, die teilweise auch die knackigen Arvensamen enthält. Hierfür werden die Arvenzapfen in Öl eingelegt und die Essenz später der Ganache beigemischt. Das Öl verfeinert auch Brownies und Butter. Neu häxelt Dario Cadonau die Arvennadeln ganz fein und mengt sie Brotteig bei. So erhält es eine zarte hellgrüne Farbe – wie auch das Arvenglace. Hierfür werden die Nadeln in der Milch ausgekocht. «Das jahrelange Herumexperimentieren zahlt sich aus, da wir jetzt

«In den Arvenspänen haben wir gespielt.»

DARIO CADONAU
GASTGEBER IM «IN LAIN»

eine ganze Palette an Arvenspezialitäten anbieten können», erzählt der zweifache Vater enthusiastisch. «Vor Kurzem habe ich mit meinen Kindern eine Bachforelle in den Arvenspänen geräuchert. Die ist richtig fein geworden.» Und es wird sogar ein Arventee serviert. Arvenspäne werden hierfür in einen Topf mit Wasser gegeben und dieses aufgekocht. Die Späne werden später abgeseiht und der Tee mit etwas Arvensirup abrundet. So schlummert es sich dann im Arvenzimmer samt Arvenkissen dreifach gut. ●



Tausendsassa: Die Arve findet Einzug in süsse Kreationen, sei dies durch ihre Nadeln, Zapfen oder Kerne.



Rezept Arvensirup

Für 1 Liter Sirup

Das brauchts

- 1 l Wasser
- 1 kg Zucker (oder nach Wahl)
- 1 dl Weisswein
- 500 g Arvennadeln

Und so wirds gemacht

Wasser aufkochen, den Zucker dazugeben und umrühren, bis er sich vollständig aufgelöst hat. Dann den Weisswein dazugeben und

diesen verköcheln lassen. Arvennadeln dazugeben und den Sirup rund 2 Stunden bei niedriger Temperatur ziehen lassen.

Danach durch ein Passiertuch abseihen und in eine sterilisierte Flasche abfüllen. Kleinere Fläschchen eignen sich auch als Advents-Mitbringsel.

Arvensirup verfeinert auf sehr interessante Weise Getränke und Süssspeisen.

1 DOSE
für CHF 1.-



Probierbon CHF 1.10

Du erhältst eine Feldschlösschen Pils 50cl Dose CHF 1.10 günstiger. Gültig vom 30.09.2024 bis 13.10.2024. Erhältlich in ausgewählten Coop Supermärkten. Bon nur einmal einlösbar und nicht mit anderen Bons kumulierbar. Coop verkauft keinen Alkohol an Jugendliche unter 18 Jahren.

