

Gute Glut

Monika Di Muro und Chris Bay zelebrieren das Kochen auf offenem Feuer. Ihre Rezepte sind «aufs Maximum reduziert» und garantiert ein Erlebnis.

Text: Barbara Halter / Fotos: Monika Flückiger

An der Feuerstelle in ihrem Kräutergarten in Riedbach BE testen die beiden Feuerköche neue Gerichte.



Aus Milch und etwas Zitronensaft wird über dem Feuer ein Frischkäse hergestellt und dann auf Brot und mit Spitzwegerich serviert.

Wenn Chris Bay das Rösten einer Brotscheibe beschreibt, klingt das wie Poesie. «Langsam beginnt das Brot am Stecken zu duften, es entwickelt eine hellbraune Knusprigkeit. Ist es so weit, betupft man die Scheibe mit ein paar Tropfen Leindotteröl, streut Salzflöckchen darüber, schliesst die Augen und spürt beim Essen, wie unglaublich fein ein so einfaches Gericht schmeckt.»

Chris – «beim Feuerkochen ist man per Du» – entfacht wie kein anderer kulinarische Feuerwerke. Das Rösten, Schmoren, Karamellisieren, Braten, Backen über der heissen Glut ist die Passion des 59-jährigen Berners. «Es ist unser Leben», präzisiert seine Partnerin Monika Di Muro, 52. «Wir machen nichts anderes.» Seit rund zehn Jahren gibt das Paar Feuerkochkurse für Laien und Profis. Mit ihrer Firma Chillfood bewirten sie Gesellschaften und heizen an allen möglichen und unmöglichen Orten ein. «Der beste Würzer ist der Ort», findet Monika. Kochen in der Alphütte, bei einer alten Mühle, am See, im Schlosshof, auf einem Strassenkreisel mitten in einer Stadt oder im ehemaligen Bärengraben – alles schon gemacht und festgehalten in ihrem Kochbuch «Feuerküche».

Am regelmässigsten lodert das Feuer in Riedbach, einem Weiler bei Bern, wo das Paar lebt. Die Hochhäuser von Bümpliz befinden sich nur fünf Kilometer entfernt. «Bei uns sieht es aus wie im hintersten Emmental.» In ihrem Garten wachsen über hundert verschiedene Heilpflanzen und Küchenkräuter. In einer Mauer eingelassen, gibt es eine kleine, einfache Feuerstelle. Viele der Rezepte werden hier entwickelt. Vor dem Corona-Stillstand war der Frühling vollgebucht mit Kursen, jetzt arbeiten die beiden stattdessen an Gerichten und erweitern ihr Repertoire. Heute Abend soll es eine Rhabarber-Suppe geben, vielleicht mit etwas Lauch drin, verfeinert mit Borretsch aus dem Garten, dazu ein Stück Käse. «Fantastisch!», Chris gerät nur schon beim Sinnieren übers Znacht ins Schwärmen.

Die Feuergerichte funktionieren nach dem Prinzip «aufs Maximum reduziert». Sie bestehen im Idealfall bloss aus einer Hauptzutat. Das Finden von einfachen, machbaren Rezepten sei anfangs die grösste Herausforderung gewesen, erzählt Monika. Dazu mussten sie lernen, die Einfachheit auszuhalten. Bereiten sie in einer Gruppe eine Rüebl-Suppe zu, hagelt es gut gemeinte Tipps, wie die Suppe verfeinert werden könnte: geriebener Ingwer! Currypulver! Etwas Kokosmilch! Die beiden Köche geben sich jeweils unbeirrt – mit dem Wissen, dass spätesten beim Essen der Aha-Effekt einsetzen wird. Dann, wenn alle erstaunt finden, wie gut, wie überraschend eine Suppe aus Rüebl, Zwiebeln, Öl, Salz und Wasser doch schmecke. Dem Feuer sei Dank.

Wenn die ganze Pfanne heiss wird, spielen sich am Rand chemische Reaktionen ab

Beim Feuerkochen trifft die Wärme in ganz anderen Wellen auf das Gargut ein wie auf dem heimischen Elektroherd. Die Moleküle werden anders transformiert. Das verändert den Geschmack. Dazu erhitzt sich beim Kochen der ganze Topf, und am Pfannenrand spielen sich chemische Reaktionen wie das Karamellisieren ab. Chris spricht etwas lapidar von «Magie», kennt aber die chemischen und physikalischen Vorgänge, die dabei ablaufen, sehr vertieft. Er doktorierte an der ETH in Ingenieurwissenschaften. Ein grosser Teil seines Kochwissens erlernte Chris beim Reisen. In über achtzig Ländern sei er gewesen, sagt er. Ständig kommen neue dazu. Reisen bedeutet →

RHABARBER-SUPPE MIT FRISCHKÄSE

Für 4 Personen

Ein einfaches und leichtes Frühlingsgericht, das am besten draussen genossen wird.

- ___ 1 mittlere Stange Lauch
- ___ 1 Handvoll (50 Gramm) Rosinen
- ___ Rapsöl
- ___ Salz
- ___ 3 mittlere Stangen Rhabarber
- ___ 1 Liter Wasser
- ___ Pfeffer
- ___ Geissfrischkäse
- ___ Frühlingskraut (z. B. Bohnenkrautspitzen, Gundermann, wilder Oregano)
- ___ frisch geröstetes Brot als Beilage

Zubereitung

Lauch putzen, in feinste Ringe schneiden, mit den Rosinen, ½ Teelöffel Salz und einem Schluck Rapsöl andünsten, bis der Lauch fast weich ist.

In der Zwischenzeit Rhabarberstangen abziehen, in daumengrosse Stücke schneiden und zum Lauch geben. Kurz mitdünsten, mit dem Wasser ablöschen. Auf kleinem Feuer köcheln, bis der Rhabarber zu zerfallen beginnt. Mit Salz abschmecken. Suppe mit Geissfrischkäse, einem gezupften Frühlingskraut und ein paar Tropfen Rapsöl toppen. Nach Belieben pfeffern. In Suppentellern servieren, eine Scheibe frisch geröstetes Brot dazulegen.

Feuerkochutensilien

Schneidbrett, Messer, Kochlöffel, Schöpfkelle, kunststofffreier Kochtopf mit Deckel, ein Paar Feuerhandschuhe, 4 Suppenteller und -löffel. Das Feuer eine halbe Stunde einheizen, dann den Topf direkt in die Glut stellen. Zwischendurch den Topf heben und die Glut lockern, damit Luft dazukommt. Man kann den Topf auch auf drei Steine oder zwei Holz-scheite stellen.



«Der beste Würzer ist der Ort.» Monika Di Muro



- 1 Salzzitronen sind gute Begleiter zu Feuergerichten. Jedes Jahr legt Monika eine grosse Menge in Salz ein. Die Gläser kommen danach in den Keller.
- 2 Aus diesen Himbeeren entsteht eine «umgekehrte Linzertorte».
- 3 Hier brennt das Feuer mal im statt unter dem Topf. Alpenfeuer heisst dieser Trunk mit Grappa.
- 4 Auf vielen Alpen wird noch über dem offenen Feuer gekocht.

SCHIEBEEI MIT KRÄUTERN

Für 4 Personen

Zum Frühstück, als kleine Mahlzeit zwischendurch oder als leichtes Abendessen.

- **frische Kräuter (z. B. Blutampfer, Liebstöckel, Bärlauch, Sauerampfer, Pfefferminze, Thymian, Schnittlauch, Brennnesseln)**
- **1 kleine Zwiebel**
- **1 Peperoncino**
- **1 EL Butter**
- **8 Bio-Eier**
- **Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle**
- **essbare Blüten (z. B. Kapuziner-, Flieder-, Schnittlauch-, Brennnesselblüten)**

Zubereitung

Kräuter fein schneiden oder zerupfen. Zwiebel und Peperoncino klein schneiden. Die Eisenpfanne direkt auf die Glut stellen. Butter hineingeben, Zwiebel und Peperoncino darin anschwitzen. Eier in die Pfanne aufschlagen und mit dem Gummischaber leicht zusammenschieben. Das Eigelb sollte dabei zerlaufen. Salzen. Die Eimasse fortwährend von aussen nach innen legen, bis sie leicht zu stocken beginnt. Die Kräuter zugeben und die Masse weiter zusammenschieben, bis nur noch wenig Flüssigkeit vorhanden ist. Die Pfanne rechtzeitig vom Feuer nehmen. Achtung: Das Ei gart in der Pfanne nach! Kurz ruhen lassen, dann die Blüten darüberstreuen, pfeffern. Wenn möglich direkt aus der Pfanne essen.

Feuerkochutensilien

Messer, Schneidbrett, Gummischaber, Eisenpfanne.
Das Feuer soll eine schwache Glut haben.



Monika Di Muro und Chris Bay stellen ihre Töpfe am liebsten immer wieder an neuen Orten auf, wie hier vor einer alten Mühle



für Chris und Monika in erster Linie Lebensmittelmärkte besuchen. «Kirchen und Museen interessieren uns nicht.» Eine kleine hübsche Geschichte, die man in diesem Zusammenhang keinesfalls weglassen darf: Der Markt war auch der Ausgangspunkt ihrer Liebesgeschichte. Die beiden Feuerköche lernten sich am Olivenstand in Solothurn kennen, wo Monika jeden Samstag hinter der Theke stand. Andere Länder bieten aber auch Inspirationen für neue Gerichte und Zubereitungsmethoden. In Israel zum Beispiel wird über dem Feuer gekäst, und Auberginen werden bei hoher Hitze im Feuer gegart. Auf der Yucatán-Halbinsel in Mexiko sahen sie, wie in Erdlöchern gekocht wird. «Es ist simpel», sagt Monika. «Wir folgen beim Reisen einfach den Rauchsäulen. Sie sind der Wegweiser.»

Feuerkochen bedeutet vielmehr als Grillieren. Es ist ein nachhaltiges, verbindendes Erlebnis

Der normalen Grillkultur kann das Paar wenig abgewinnen. «Ein billiges Stück Fleisch auf ein Grillgitter zu schmeissen und mit viel Bier runterzuspülen, entspricht nicht unserer Vorstellung von Nachhaltigkeit», sagt Chris. Er wünscht jedem Hausbesitzer den Mut, mal mitten auf seinem gepflegten Rasen ein Feuer zu entfachen. So gesehen ist das Feuerkochen vielleicht weniger ein Weg, den Hunger zu stillen, sondern vielmehr eine Lockerungsübung für den zivilisierten, braven Bürger. Die Urgewalt Feuer lehrt einen Demut. Man kämpft mit dem Rauch. Muss sich höllisch konzentrieren, damit nichts anbrennt. Isst mit den Händen, weil es sich so richtig anfühlt. Und – am Ende des Tages riechen alle genau gleich intensiv nach Höhlenmensch. 🍄

«Wir folgen beim Reisen einfach den Rauchsäulen. Sie sind der Wegweiser.»



In ihrem Kochbuch erklären Monika Di Muro und Chris Bay alles rund ums Feuerkochen – angefangen bei der Wahl des Brennmaterials bis zum dazu passenden Wein. Herzstück sind die Kapitel mit all den Schauplätzen, an denen die beiden Köche gewirkt haben. Erschienen im AT Verlag.