

Text: Tobias Müller

# Aus dem Rauch, in den Bauch

Wer nicht völlig blind ist für den Zauber des Waldes, die Schönheit von alten Obstbäumen auf saftigen Wiesen, von Weingärten auf steilen Hügeln oder endlosen Latschenteppichen über schroffem Fels, der kann auch Gefallen am Räuchern finden. Denn Räuchern ist nicht nur die vielleicht älteste Art zu würzen – es ist auch einer der besten Wege, eine Landschaft ess- und kostbar zu machen.

EIN REH SCHMECKT PLÖTZLICH nicht nur indirekt nach den Gräsern und Eicheln, die es gefressen, sondern auch ganz direkt nach dem Wald, in dem es gelebt hat, ein Karfiol kann die Aromen der Sträucher, Kräuter und Gräser aufnehmen mit denen er sich den Garten geteilt hat. Und während der Biss in einen Apfelbaum unerfreulich ist, macht es das Räuchern mit Apfelholz möglich, ihn genussvoll zu kosten.

Egal, was und wie geräuchert wird: Die Technik verleiht Speisen einen wohligh-heimeligen, gleichzeitig komplexen Geschmack, der sich mit wenig vergleichen lässt. Das Geschmacksspektrum reicht von Gewürzen wie Nelken und Vanille bis hin zu brotigen, blumigen, nussigen oder torfigen Aromen. „Rauch lässt niemanden kalt, er emotionalisiert. Da kommen archaische Emotionen ans Feuer hoch, die jeder versteht, das haben wir eingespeichert“, sagt Christoph Fink, Koch der schwedischen Botschaft in Wien, der gern mit wilden Zutaten aus der Natur arbeitet und sich daher als „Waldkoch“ einen Namen gemacht hat. „Räuchern erlaubt dir, bei Speisen nicht nur mit Konsistenzen und klassischen Gewürzen zu spielen, sondern eine oder sogar mehrere neue Dimensionen zu geben.“

Für Fink gibt es wenig, was sich nicht räuchern lässt: Neben Fleisch und Fisch räuchert er regelmäßig Gemüse, etwa Tomaten, Zwiebel und Wurzelwerk für Suppen und Saucen, und Butter und Öle, um darin Gemüse zu braten. Für Grill-events greift er gern zu einem Trick: Er gart Zwiebel zwei Stunden im Rohr, bis sie ganz weich werden, packt sie anschließend 20 Minuten in den Räucherofen, und mixt sie mit Ketchup, Essig und etwas Chili auf – fertig ist die schnelle hausgemachte BBQ-Sauce. Auch Schokolade kommt bei ihm immer wieder in den Räucherofen, seit er einmal für einen Zigarrenliebhaber erfolgreich ein Schokomousse über einer zerbröselten Havanna aromatisierte.

SO VIELSEITIG WIE DIE VERWENDUNGSMÖGLICHKEITEN sind auch die Pflanzen, mit denen sich räuchern lässt: Guillemette Barthouil vom Nordic Food Lab hat sich intensiv

mit Räuchern beschäftigt und schätzt, dass Menschen etwa 1.500 verschiedene Pflanzen für ihren Rauch verbrennen. Laubbäume wie Buchen oder Birken, Obstbäume wie Kirsche, Apfel oder Birne, Büsche wie etwa Latschen, immergrüne Nadelbäume wie Föhren oder Lärchen, Kräuter wie wilder Thymian oder schlicht Wiesenheu – sie alle können verwendet werden. Mein Onkel, der Förster, Jäger und Fischer ist, verwendet als Geheimtipp Buchenmoder, also das Holz, das tot ist und sich korkig anfühlt“, sagt Lukas Nagl, Chefkoch im Restaurant „Bootshaus“ am Traunsee im Salzkammergut und einer der experimentierfreudigsten und besten Köche des Landes. „Der Moder riecht frisch zwar nicht sehr ansprechend, verleiht aber beim Räuchern dann einen super Geschmack und glimmt gut, weil er die richtige Konsistenz und Feuchtigkeit hat.“

Nagl selbst räuchert Aal mit Kirschholz („fruchtig-rauchig“ beschreibt er den Geschmack), Reinanken mit Buche („der Klassiker, mild-aromatisch, nicht so penetrant“), Reh mit Latschen, Fichtennadeln und Wacholder („wegen der ätherischen Öle“), Seesaibling mit Lärche („wieder ganz eigen, mild, fruchtig, wenig Harz“) und Mayonnaise mit Birnenholz. Ganze Schweinsbrüste aromatisiert er gern „über einem großen Scheit Buche mit Wacholder und Latschennadeln“. Waldkoch Fink setzt ebenfalls gelegentlich auf Buche („vertrauter, klassischer Räuchergeschmack“) und öfter auf Fichte („weicher, duftiger, blumiger, weniger schwerer Körper, geht mehr in die Nase“). Und beide, Nagl, und Fink, packen gern Gewürze mit in ihre Räuchermischung: Nagl empfiehlt vor allem Kardamom, Zimt und geklärte Butter (direkt auf die Glut gegossen!), Fink Nelken oder Kümmel.

Beide arbeiten in ihrer Küche öfter mit Heiß-Räucher-techniken. Dabei wird das Räuchergut nah an der Hitzequelle geräuchert – in der Räucherammer hat es daher zwischen 40 und 80 Grad, das Räuchergut, etwa der Fisch oder die Schweinschulter, wird gleichzeitig auch gegart. Zum Heißräuchern eignet sich feuchtes oder frisches Holz besser, weil mehr Dampf entsteht, wenn es verglost, was den Garprozess unterstützt.

Fotos: xxxxxxxxx

**SONNENTIPP:  
RÄUCHERLIEBHABER  
AUFGEFASST!**



Beim Kalträuchern hingegen wird der Rauch erst auf 15 bis 30 Grad abgekühlt – etwa in einem langen Kaminrohr –, bevor er in die Räucherbox geleitet wird. Hierfür ist trockenes Holz besser geeignet. Generell gilt: Kalträuchern erzeugt einen delikateren, komplexeren Geschmack, Heißträuchern hingegen sorgt für mehr Süße und das klassisch-üppige Raucharoma im Endprodukt.

**MENSCHEN RÄUCHERN ÜBRIGENS** schon mindestens so lange, wie sie über Feuer kochen: Ging beides anfangs oft wohl oder übel Hand in Hand, wurde Rauch bald gezielt verwendet, um Essen, vor allem Fleisch, länger haltbar zu machen: Er enthält einerseits Stoffe, die verhindern, dass das Fett ranzig wird, andererseits verliert das Räuchergut beim Räuchern Feuchtigkeit, der pH-Wert an der Oberfläche sinkt (es wird saurer) – beides macht es für Bakterien schwerer, das Essen verderben zu lassen. Immer noch wird Rauch wegen seiner beschützenden Kraft daher in zahlreichen Kulturen und Ritualen verwendet, um Krankheiten und böse Geister auszutreiben. Öfter geht es beim Räuchern heute aber um den köstlichen Geschmack: Verschiedene Zucker aus den Holzbestandteilen Cellulose und Hemicellulose führen zu einer sogenannten Maillard-Reaktion auf der Oberfläche des Räucherguts – ein Prozess, der umgangssprachlich von Köchen gern als „Karamellisieren“ bezeichnet wird und für eine Vielzahl köstlicher Röstaromen zuständig ist. Lignin, jener Stoff, der Holz seine feste Struktur gibt, sorgt wiederum beim Räuchern für die Aromen von Nelken, Vanille oder anderen Gewürzen. Außerdem verhindert es, dass Fett, etwa beim Speck, oxidiert und ranzig wird – Geräuchertes hält sich so länger. Und Kräuter und Gräser enthalten jede Menge ätherische Öle, deren Duft sich auf das Räuchergut überträgt.

Rauch sieht zwar bloß nach heißer Luft aus, besteht aber aus drei Komponenten: feste Partikel, flüssige Tröpfchen und verdampfte Chemikalien aus dem Holz. Letztere machen zwar weniger als 10 Prozent des Volumens von Rauch aus, sind aber für 90 Prozent des Geschmacks verantwortlich. Laut Forscherin Barthouil kommt es für den guten Geschmack vor allem auf die Temperatur an, bei der das Räuchergut verglost: 400 Grad Celsius sind dabei ideal – bei dieser Temperatur werden die meisten gut schmeckenden Komponenten und die wenigsten unerwünschten Schadstoffe im Holz freigesetzt. Verbrennen Holz oder Kräuter heißer, wird der Rauch sauer und harsch. Es gilt also, bewusst und richtig zu arbeiten. Ein heißer Tipp: Holzchips, die auf die Glut geworfen werden, vorher eine Stunde in Wasser einlegen. So glosen sie langsamer und bei richtiger Temperatur.

**DAS HOLZ VON OBSTBÄUMEN** oder Laubbäumen wie Buche oder Birke ist bei europäischen Räucherern besonders beliebt, weil seine Zusammensetzung – das Verhältnis von Cellulose und Hemicellulose zu Lignin – besonders gut geeignet ist. Selbst wenn es etwas zu heiß verbrennt oder sehr lange mit ihm geräuchert wird, bleibt der Geschmack angenehm. Holz von Nadelbäumen ist etwas heikler: Es kann ganz köstlich sein, zu heiß verbrannt oder zu lang geräuchert schmeckt das Ergebnis aber schnell bitter oder rußig. Ähnliches gilt für Rinde: Wer sie zu verwenden weiß, kann Köstliches aus ihr machen – zu viel, zu lang oder zu heiß geräuchert macht sie das Essen bitter und/oder sauer. Der Rest ist Geschmacks- und Landschaftsfrage.

Speziell für SONNENTOR produziert eine kleine Räucherbox auf der Schwäbischen Alb eine goldene Köstlichkeit: **Rauchsalz**. Es verleiht Speisen wie Fisch, Linsen oder Gegrilltem ein zartes Raucharoma. Passt auch hervorragend zu Butterbrot und Eierspeis. Wer einen Schritt weiter gehen möchte, legt mit dem **Räuchergewürz** gleich selber los. Egal ob im Kugelgrill oder im Wok, mit dem Gewürz lockt die rauchige Herausforderung. Würzig-zitronig mit dezenter Schärfe. Ausprobieren! Mehr unter: [www.sonnentor.com](http://www.sonnentor.com)

**SELBSTGEMACHT:**

## Eröffne Deine eigene Haus- und Hofräucherei!

**HEISS RÄUCHERN IN DER KÜCHE:**

Mit einem schweren Kochtopf mit gut schließendem Deckel, einem Dampfeinsatz und einem Induktions- bzw. Gasherd kann jeder zu Hause in der Küche räuchern. Schwarzen Tee, Holzmehl und Gewürze auf dem Topfboden verteilen, Dämpfeinsatz darüberstellen, Räuchergut darauf platzieren, Deckel schließen, Hitze hoch schalten und nach Lust und Laune räuchern. Wer kann, der öffnet den Topf im Garten oder am Balkon – sonst ist Haus oder Wohnung gleich mitgeräuchert.

**HEISS RÄUCHERN AM KUGELGRILL:**

Am Kugelgrill ist es besonders leicht zu räuchern: Glühende Kohlen auf eine Seite des Grills legen, in Wasser eingeweichte Holzchips oder -späne darauflegen, Rost darüber platzieren, Räuchergut auf die kalte Seite legen, Deckel schließen, Luftzufuhr regulieren und nach Lust und Laune räuchern.

**TIPP:**

Wer keinen großen Räucherofen hat und mit Holzmehl statt Spänen oder Scheiten arbeitet, für den hat „Bootschiff“-Chefkoch Lukas Nagl einen Tipp: Einfach das Räuchermehl gemeinsam mit einem Apfel in ein luftdicht verschlossenes Gefäß packen und ein paar Tage stehen lassen. Das gibt dem Mehl die nötige Feuchtigkeit und ein feines Aroma.

**Tobias Müller** isst, trinkt, kocht und schreibt seit 2010 darüber. Wenn nicht für FREUDE, dann für Zeitungen und Magazine wie Standard, News, Falstaff und Süddeutsche Magazin. Sein Blog „Gruss aus der Küche“ auf [derStandard.at](http://derStandard.at) erreicht bis zu 50.000 Leser am Tag.



Sein neuestes Projekt hat den vielversprechenden Titel ALL YOU CAN EAT. Ein Magazin mit dem Anspruch, all die Geschichten übers Essen zu erzählen, die „sonst so wohl nirgends erscheinen würden.“ Man darf gespannt sein.

