



Food
Culture
Empowerment

Exkursion
nach
Südtirol

Food
Culture
Empowerment

Exkursion
nach
Südtirol



Food Culture Empowerment

Design-Strategien für Autonomie und Vielfalt bei der Erzeugung,
Kultivierung und Distribution von Nahrungsmitteln

**Entwurfsprojekt / Komplexes Gestalten, Studiengang Industriedesign
Burg Giebichenstein Kunsthochschule Halle
Wintersemester 2021/22**

Exkursion nach Südtirol

Elena Bangel, Charlotte Bolinski, Luis Braun, Leonhard Burmester,
Yanru Chen, Cleo Dölling, Nikolaus Hößle, Luisa Krause, Leah
Messerschmidt, Katharina Mludek, Björn Naumann, Caterina Plenzick,
Lisa Schwalbe, Xue Song, Dean Weigand, Anselm Wohlfahrt

Moderation:
Prof. Guido English, Benjamin Schief

Hinter den sieben Bergen ...

oder warum wir unser Projekt „Food Culture Empowerment“ am Stanglerhof in Südtirol beginnen



Anfang 2020 – kurz vor Bekanntwerden der Corona-Pandemie – war ich das erste Mal auf dem Stanglerhof, zwischen Völs und Seis am Fusse des Schlern gelegen. Sofort war ich begeistert von den Menschen an diesem Ort und dem ehemaligen Bauernhof, der als Buschenschank von Heiner und Clara Mayer Kaibitsch zu neuem Leben erweckt wurde. Das Konzept am Stanglerhof geht über einen Gastronomiebetrieb allerdings weit hinaus. Neben dem Anbau von Beerenobst, dem Betreiben eines Gemüsegartens und dem Halten von Federvieh und einer kleinen Schafherde auf dem Hof wird die ehemalige und nun umgebaute Scheune nicht nur als Gastraum zur Bewirtung genutzt, auch Lesungen, Konzerte und Filmvorführungen finden hier statt. Noch ohne konkrete Idee fragte ich damals Heiner, ob hier ein Workshop mit Design-studierenden stattfinden könne ... das konnte er sich gut vorstellen. Und nun – zwei Jahre später – haben wir einen konkreten Anlass.

Unser Projekt im Wintersemester im Studiengang Industriedesign an der Burg Giebichenstein Kunsthochschule beschäftigt sich mit Fragen nach Design-Strategien für mehr Autonomie und Vielfalt bei der Erzeugung, bei der Kultivierung und bei Kauf und Verkauf von Nahrungsmitteln.

Lässt sich durch Essen genussvoll die Welt verbessern? Hinter jedem Bissen, den wir zu uns nehmen, steckt eine komplexe Geschichte von ökonomischen, ökologischen, sozialen und kulturellen Vorgängen. Mit dem, was wir essen, akzeptieren und bestärken wir die dahinter stehenden Bedingungen, ob wir dies wollen oder nicht, ob uns dies bewusst ist oder nicht.

Die Herstellung von Nahrungsmitteln hat einen immensen – und häufig schädlichen – Einfluss auf unsere Mitwelt. In diesem Projekt wollen wir die Entstehungsgeschichten unserer Lebensmittel besser kennen lernen und verstehen, warum die Wahl unseres Essens mehr ist als nur eine Geschmacksentscheidung ...

Wir wollen untersuchen, welchen Einfluss wir auf die Entstehung und Herstellung unseres Essens haben können – in der Erzeugung, in der Kultivierung und Haltbarmachung ebenso wie in der Erweiterung der Vielfalt an Essbarem und Geschmackserlebnissen – darüberhinaus wollen wir herausfinden, was die Verbindung von traditionellen Kulturtechniken mit aktuellen Technologien für Möglichkeiten und Wege öffnen kann.

Viele dieser Fragen bewegen auch die Menschen am Stanglerhof und machen ihre Tätigkeit dort zu Lebensentwürfen, die alles andere als provinziell sind. Welcher Ort wäre besser für einen Einstieg in unser Projekt geeignet? Vielen Dank an Heiner, Carlo, Clara, Andi ... und alle anderen, die uns diesen äusserst inspirierenden Start in das Projekt ermöglicht haben.

Guido English,
Halle am 24. Oktober 2021

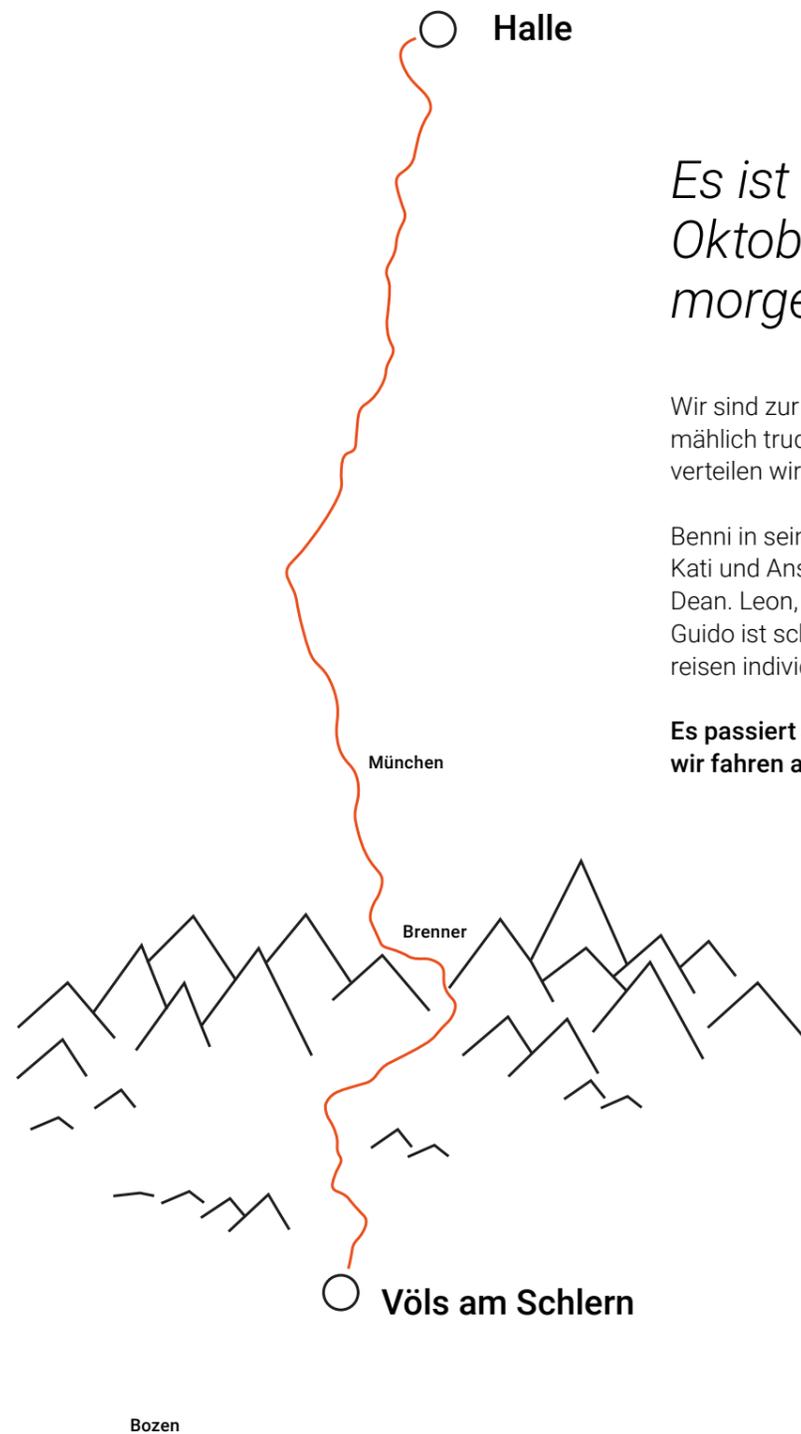
Auf nach Südtirol!

Es ist Sonntag, der dritte Oktober 2021 um 8.00 Uhr morgens ...

Wir sind zur Abreise am Neuwerk 7 verabredet und allmählich trudeln alle ein. Nach einem kurzen Buongiorno verteilen wir uns auf drei Fahrgemeinschaften:

Benni in seinem Transit mit Xue, Yanru, Charlotte, Kati und Anselm. Team Audi mit Lisa, Cathe, Leah und Dean. Leon, Nikolaus und Björn bilden die Nachhut. Guido ist schon vorgefahren und Cleo, Luis und Luisa reisen individuell an.

**Es passiert also tatsächlich:
wir fahren auf Exkursion!**



Voller Vorfreude können wir noch kaum erahnen, was uns landschaftlich, kulinarisch und kulturell erwartet.

Über die A9 fahren wir Richtung Süden und hinter München wird es dann spannend: Die Alpenvorläufer türmen sich immer steiler auf und nach der Brennerpassage sind wir mitten im Gebirge. Vor uns liegt Südtirol!

Im Alto Adige

Südtirol – eine Provinz voller Gegensätze

Bevor wir den Stanglerhof und alle Akteur_innen dieser Exkursion genauer vorstellen, werfen wir einen Blick auf die örtlichen Gegebenheiten.

Das südtiroler Land wird seit Jahrhunderten bäuerlich bewirtschaftet und die Landwirtschaft der Region hat den Wandel vom ursprünglichen Selbstversorgungscharakter hin zu einer am regionalen und überregionalen Markt orientierten modernen Produktion längst vollzogen. Arbeitete vor 200 Jahren fast die gesamte Bevölkerung in der Landwirtschaft, sind heute noch etwa 10% der Menschen Südtirols im Agrarsektor tätig.



Die Berge als Allgemeingut

Die Art der Bewirtschaftung war schon immer stark geprägt von der Geländebeschaffenheit: etwa 75% der nutzbaren Flächen liegen über 1000 Höhenmeter, nur 5% unterhalb von 500 HM. Der Druck der Bevölkerung auf den begrenzten Kulturgrund und knappe Ressourcen zwangen dadurch schon früh zu Maßnahmen, die naturbedingten Hemmnisse für die Landwirtschaft zu reduzieren. In den höheren Lagen war privates Eigentum an Grund und Boden nur zum Teil verbreitet, häufig galten dort gemeinschaftlich beschlossene Regelungen, die schließlich in Eigentum zur gemeinsamen Nutzung mündeten. Die kleinen Familienbetriebe konnten wegen ihrer geringen Produktivität nur durch die zusätzliche Nutzung von Gemeinschaftsgütern einen für den Lebensunterhalt ausreichenden Ertrag erzielen.



Charakteristisch für die Region:
Wein- und Apfelanbau



Hugo Atzwanger 1951

Rudolf Koppitz,
Pflügen am Steilhang,
um 1930Peter Paul Atzwanger,
Die Schnitter, 1921

Der geschlossene Hof

In weiten Teilen Südtirols hat sich der geschlossene Hof durchgesetzt, eine Wirtschafts- und Lebensinheit aus Gebäuden und landwirtschaftlichen Nutzflächen, die nicht als Eigentum eines Einzelnen, sondern der gesamten Familie zu betrachten war, weshalb sie nur ungeteilt vererbt werden durfte. Dieses Anerbenrecht ist bis heute prägend für die Verhältnisse von Grundeigentum in dieser Region: Die Höfe sind oft im Familienbesitz und bewirtschaften nur kleine Flächen, die sich meist auf verschiedene Höhenlagen aufteilen. Durch das komplexe Höhenprofil der Region wird auf verschiedenen Mikro-klimazonen gewirtschaftet, was eine sehr breit gefächerte Pflanzenkultur ermöglicht. Diversifizierung von Anbau-kulturen war schon vor 200 Jahren der unmittelbarste Weg, den Lebensunterhalt der bäuerlichen Familie zu sichern, denn dadurch ließen sich die geringen Erträge kompensieren.

Tradition und Aufbruch

Die Region ist heutzutage auch deshalb so reich an Kulturgut, weil die Menschen dort immer schon ihr Schicksal selbst in die Hand nahmen und sich organisierten. Die Bauern verstanden es schon in frühen Tagen, den Nachteil einer bescheidenen Produktion aufgrund der Kleinstrukturiertheit ihrer Betriebe durch genossenschaftliche Zusammenschlüsse wettzumachen. Es gelang ihnen, Vertretungsorgane zu schaffen, aus denen später beispielsweise der Bauernbund entstand, und ihre Interessen damit zu unterstreichen. Durch die frühe Alphabetisierung der Region, die Gründung von Landwirtschaftsschulen und vor allem auch durch die Wanderschule, konnte sich schon im 19. Jahrhundert ein vergleichsweise gebildeter, qualifizierter Bauernstand entwickeln, der für Innovationen offen war.

Was sich die südtiroler Bevölkerung nach wie vor erhalten hat, ist die enge Bindung an Grund und Boden, die Liebe zu den Traditionen und die Fähigkeit, immer wieder neue Produktions- und Organisationsformen zu entwickeln. Viele junge Landwirte schließen sich heute in Innovationsgruppen zusammen und erarbeiten neue Konzepte der gemeinschaftlichen Nutzung von Maschinen, entwickeln Strategien, dem Klimawandel zu begegnen und zeigen Alternativen zum konventionellen Anbau und Monokulturen. Zwei solcher Höfe werden wir auf unserer Exkursion kennenlernen.



Stanglerhof

*Ach, ihr seid's beim Heiner! –
so hörten wir es an jedem Ort,
den wir in Südtirol besucht haben*

Gemeint ist der Stanglerhof, ein in St. Konstantin am Fuße des Schlernmassivs gelegener Bio-Hof, der von Heiner und Clara Mayer Kaibitsch geführt wird. Auch über Südtirol hinaus ist der bunte Hof mit seiner herzlichen Gastfreundschaft bekannt, der mit einem neuen Verständnis für Landwirtschaft, Ernährung und Vermittlung ein Ort des Wandels, des Lernens und der Kultur darstellt. Wen wundert es da, dass wir den Stanglerhof zum Zentrum unserer Exkursion wählten, als einen Ort, an dem gelernt und experimentiert wurde und der viele Inspirationen gab für die weitere Durchführung des Projektes.



<https://vimeo.com/638428087/7fcf31798c>

Auf dem Stanglerhof





Foto: Simon Terzer

Die Menschen auf dem Stanglerhof

Heiner Mayer Kaibitsch ist das Gesicht und die gute Seele des Stanglerhofes. Zusammen mit Frau Clara und ihren drei Kindern bewohnen sie den Hof in St. Konstantin. Clara und Heiner studierten beide in Wien – sie Internationale Wirtschaftsbeziehungen und er Geschichte. Nach ihrem Abschluss, arbeitete Clara für Nichtregierungsorganisationen (NGO's) auf der ganzen Welt, während Heiner sich für ein Masterstudium in „Food Culture, Communication & Marketing“ an der Slow Food Universität in Parma einschrieb. Die beiden führten drei Jahre eine Fernbeziehung, bevor sie am Stanglerhof in St. Konstantin wieder zusammenfanden und eine Familie gründeten. Gemeinsam mit vielen weiteren Personen, bewirtschaften sie den Hof und bekochen Gäste im Buschenschank und bei privaten Feiern – jeden Donnerstag gibt es kulturelle Veranstaltungen auf dem Stanglerhof.



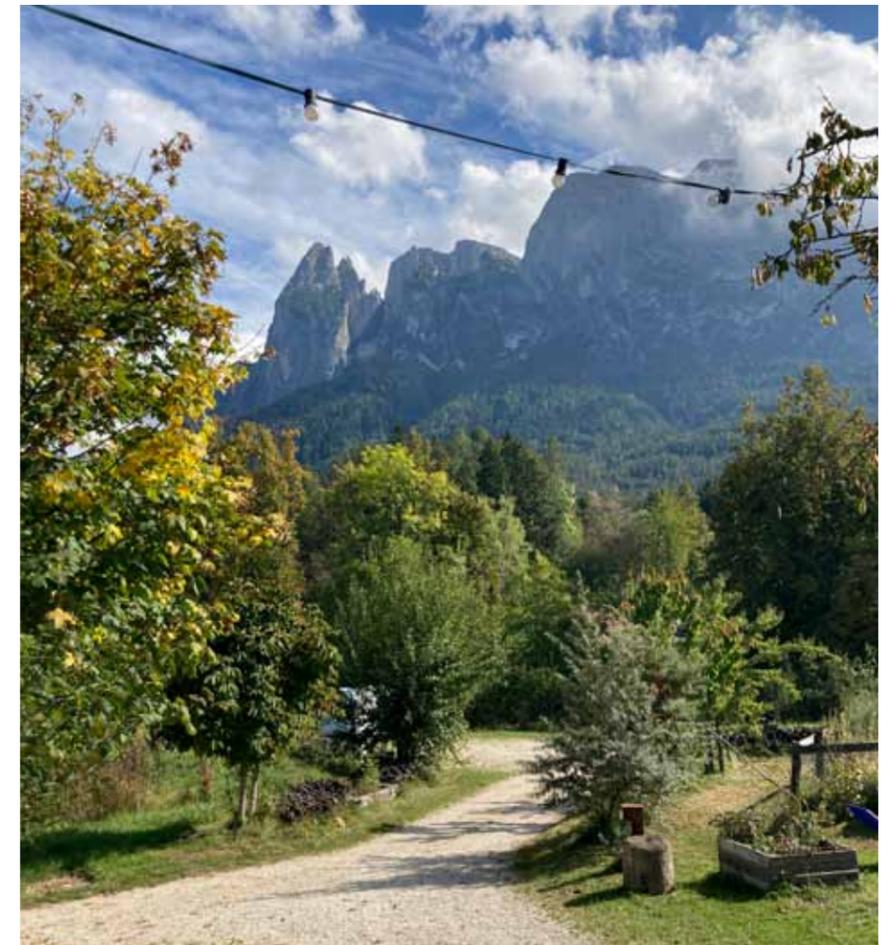


Der Ort und Idee

Umgeben von Feldern, Wäldern und dem Schlernmassiv, liegt der Stanglerhof auf einer leichten Anhöhe zwischen Völs und Seis in St. Konstantin. Der im 16. Jahrhundert erstmals urkundlich erwähnte Hof, ist seit 100 Jahren in Familienbesitz und diente vorrangig als Sommerfrische der Familie von Heiner. Nach seinem Studium im Ausland wuchs in Heiner der Wunsch, mit seiner Frau Clara den Hof neu aufleben zu lassen. Zusammen mit einem befreundeten Architekten wurde der alte Stadel umgebaut und dient seit 2012 als Buschenschank. Hier finden Hochzeiten, Tagungen, Lesungen und Konzerte statt.



Der kulturelle Aspekt ist Teil des Konzeptes: Gelegentlich residieren beispielsweise Künstler_innen im, von Heiner und Andreas Rier gebauten, mobilen Holzhaus, welches auch als Hofladen dient – weltoffen aber verwurzelt in Tradition, ist diese Residenz ein Sinnbild für die Kombination aus Altem und Neuem. So wurde einem ehemaligen Güllewagen mit gestalterischem Know How ein neuer Zweck zugewiesen. Darin spiegelt sich auch die Philosophie wieder, die sich durch alle Bereiche zieht und den Stanglerhof zu einem solch besonderen Ort macht.



Der Anbau als kulinarischer Ursprung

Am Stanglerhof wird eine Vielzahl an verschiedenen Kräutern, Obst- und Gemüsesorten angebaut und bietet auch Heimat für einige Tiere. Vom Hof stammen die meisten Rohstoffe für die hauseigenen Produkte ebenso wie die Grundzutaten für die kreative Küche von Heiner und seinem Team.



Pflanzenwelt

Im Garten und einem kleinen Gewächshaus werden permakulturell Kräuter, Gemüse und Obst angebaut. Hier finden sich je nach Saison Sorten wie Tomaten, Kürbisse, Zucchini, Auberginen, Zwiebeln und vieles mehr. Die Ernte landet entweder direkt auf dem Teller der Gäste oder frisch verarbeitet in einem der vielen Produkte, die auf dem Stanglerhof angeboten werden.

Hinter dem Wohnhaus gelegen, erstrecken sich die saftigen Johannisbeerfelder, auf die sich der Hof spezialisiert hat. Die Lage des Hofes auf ca. 880 Höhenmetern bietet dafür eine gute Ausgangslage. In Eigenproduktion werden daraus Essige, Liköre und Sirup hergestellt.

Auf dem Gelände wachsen zudem überall verstreut Walnuss-, Apfel-, Feigen-, Pflaumen- und Lindenbäume, Ulmen und Lärchen, deren Erträge ebenfalls verarbeitet oder direkt verwendet werden. Darüberhinaus wird in Terlan bei Bozen ein Weinfeld für die eigene Weinproduktion bewirtschaftet.





Die Tiere auf dem Stanglerhof

Auf dem Stanglerhof werden auch einige Tiere, wie Hühner, Gänse, Enten, Truthähne und Schafe gehalten. In der permakulturellen Philosophie sind Tiere ein wichtiger Teil für ein funktionierendes Ökosystem, da sie Weiden bestellen und Düngemittel produzieren.

Des weiteren dienen die Tiere dem gastronomischen Angebot der Hofküche – speziell die Schafe und Lämmer, auch Rehe und Hirsche aus der Umgebung werden zu schmackhaften Ragouts, Confits und Aufstrichen verarbeitet. Die tiergerechte Haltung sowie das fachgerechte Erlegen bzw. Schlachten der Tiere ist auf dem Stanglerhof eine Selbstverständlichkeit.





Küche und Kulturraum

Das Herzstück des Stanglerhofes stellt sicherlich die Küche dar. Im Untergeschoss der renovierten Scheune ist die Küche Experimentierraum und Manufaktur des Hofes, in der alle Rohstoffe zusammen kommen. Hier wird Fleisch, Gemüse und Obst zerlegt, geschnitten, gehackt, püriert, gekocht, gebraten, geschmort, eingelegt, fermentiert, eingekocht – hier wird Neues ausprobiert, verkostet und diskutiert – der Anspruch bei allem: hohe Qualität, hochwertige Produkte, zufriedene Gäste und begeisterte Kunden. Heiner steht selbst in der Küche und erfindet sich mit seinem Team immer wieder neu.

In der Etage darüber ist von dem Trubel nichts zu spüren: Bei den Veranstaltungen im Buschenschank scheint es, als wäre Heiner zur gleichen Zeit an verschiedenen Orten, um sich um das Wohl seiner Gäste zu kümmern. Der Raum kann durch bewegliches Mobiliar zu jedem Event umfunktioniert werden. So finden dort Feiern verschiedenster Art ebenso statt wie Kulturprogramme – zum Beispiel als Filmabende, Lesungen und Konzerte. Künstler_innen und Gäste nehmen dafür den Serpentinweg auf die knapp 1000 Höhenmeter gerne in Kauf.



Hofladen und Sortiment

Die eigenen Erzeugnisse werden vor Ort im Hofladen, aber auch in ausgewählten Onlineshops und Bio Märkten vertrieben. Das Sortiment reicht von Getränken wie Wein und Likör über Aromata wie Sirup und Radish zu fermentierten und eingelegten Gemüsen. Heiners Familie und sein Team sind stets offen für Neues, experimentieren und schaffen verschiedene Produkte im Einklang mit den Rohstoffen, welche die jeweilige Jahreszeit zu bieten hat.



Ziel und Verantwortung

Der Stanglerhof stellt ein konträres Konzept zu häufig von Monokultur geprägten Landwirtschaft in Südtirol dar. Während dort oftmals wenig divers und im industriellen Maßstab gewirtschaftet wird, arbeitet der Stanglerhof im Einklang mit der Natur und den Jahreszeiten.

So wird die bei den Schafen anfallende Wolle beispielsweise für die Schädlingsreduzierung im Gemüsebeet oder – unter die Erde gehoben – als Düngemittel, eingesetzt. Der Verzicht auf industrielle Düngemittel oder Pestizide bringt aber auch große Herausforderungen dahingehend, wie auf dem Stanglerhof mit den Schädlingen oder den Veränderungen klimatischer Bedingungen umzugehen ist.

Doch auch hier zeigt sich das Bestreben am Hof, geeignete Lösungen zu finden, sich beständig neu zu organisieren und insbesondere auch, das gelernte Wissen zu teilen und weiterzugeben. Und das Engagement geht weiter – neben der zeitintensiven Bewirtschaftung des Hofes, dem Kulturprogramm und den gastronomischen Angeboten – ist der Stanglerhof beteiligt in einem „FuturLab“, das nach kollaborativen Lösungen für kleine Höfe sucht, die sich vom industriellen Wirtschaften abkoppeln wollen. So wundert es nicht, dass die Arbeitszeit für Heiner und seine Familie auch gerne mal achtzig Wochenstunden erreichen kann.

Andreas Rier

Unser Mann in den Bergen



<https://vimeo.com/443965206>

Bau des Hofladens



Die meisten von uns kennen Andi aus unserer Studienzeit an der Burg, wo er diesen Sommer im Produktdesign, Keramik- und Glasdesign seinen Abschluß machte. Sein Interesse an Naturmaterialien und Handwerkstechniken begann schon in seiner Jugend, als er neben der Schule bereits in Bozen bei einer Keramikerin lernte.

Seine Expertise für Keramik, Glas und Holz ist beeindruckend, man spürt seine Leidenschaft für traditionelle Handwerkstechniken und Materialität und seine Arbeiten sprechen zu den betrachtenden Personen auf einer sinnlichen und emotionalen Ebene.

Geboren in Bozen, wuchs Andi in Kastelruth auf, besuchte das Kunstgymnasium und arbeitete schon seit seinem sechzehnten Lebensjahr nebenbei auf Heiners und Claras Stanglerhof. 2020 setzte er dort den Hofladen IMMA um, ein vielseitig einsetzbarer Raum, der als Bühne, mobiler Schafstall und natürlich als Verkaufsort für die Produkte vom Hof dienen kann.

Es ist zu einem großen Teil auch Andi zu verdanken, dass wir diese tolle Zeit auf dem Stanglerhof verbringen durften – und auch die inspirierenden Ausflüge in die Region verdanken wir seiner Organisation.

Andi war eine enorme Bereicherung für uns in diesen wunderschönen Tagen und es hat stets große Freude gemacht, ihm bei den vielen kleinen Geschichten über diese einzigartige Gegend zuzuhören. Er hat uns viel Wissen vermittelt und uns allen damit einen ganzheitlichen Eindruck über diese wunderbare Region verschafft.

Danke, Andi, dass wir teilhaben durften an so viel Persönlichem aus deiner Heimat und danke für Deine Offenheit und stets positive Energie.

Unsere Stationen im Alto Adige



<https://vimeo.com/635993608>

Der Film zur Exkursion



Sonntag

3. Oktober 2021

Am Tag der Ankunft wurden wir herzlich von Andreas Rier und Heiner Mayer Kaibitsch empfangen. Nach der weiten Anreise schlossen wir gemeinsam bei Pasta und einem kühlen Bier den Tag ab.



Montag

Der erste Tag wurde durch den Fermentationsworkshop mit Carlo Nesler eingestimmt. Neben dem Erlernen von Techniken und Rezepten prägte besonders ein Kernpunkt die restliche Zeit auf dem Stanglerhof und den Exkursionsorten: mit allen Sinnen das Erlebte aufzunehmen.



Dienstag

Am zweiten Tag stellte uns Heiner sein Projekt Stanglerhof vor. Am Nachmittag fermentierten wir weiter und zerlegten mit ihm gemeinsam ein Reh.



Mittwoch

Am dritten Tag schwärmten wir aus in die Region: Wir besuchten den „Hof des Wandels“, fuhren nach Meran zur Bäckerei „FORNO“ sowie zur Schokoladen-Manufaktur „58 chocolate“.



Donnerstag

Am vierten und letzten Tag auf dem Stanglerhof wurde die Zeit zum Lesen der Literatur und für weitere Fragen an Heiner und seinem Konzept genutzt. Am Nachmittag wanderten wir auf die Tuffalm und am Abend fand eine Kulturveranstaltung vor Ort statt. Es spielte das Quintett „Radio days movie“ live zum Hitchcock-Stummfilm „Blackmail“.



Freitag

An unserem letzten Exkursionstag besuchten wir die „Freie Universität Bozen“. Dort trafen wir die Lehrenden Kris Krois und Aart van Bezoyen aus dem Masterstudiengang „Eco-social Design“ und bekamen einen Einblick in die Lehre und die Werkstätten.



Fermentation

Fermentierung ist eine handfeste Methode, um das Bewusstsein für die Interaktion mit Tieren, Pflanzen, Pilzen und Bakterien zu schulen

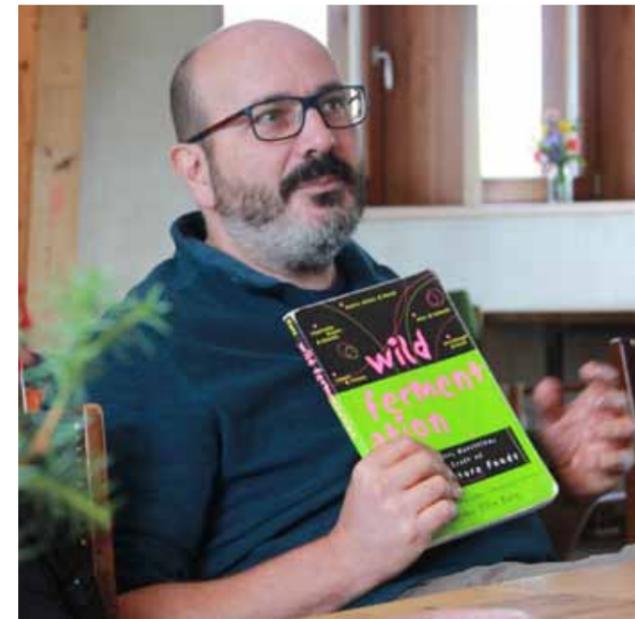
Sandor Ellix Katz

Fermentierte Lebensmittel spielen für die kulturelle Entwicklung der Menschheit eine entscheidende Rolle. Trotz allem wurde die Fermentierung nicht vom Menschen erfunden, sondern ist das Resultat von Beobachtung und Kultivierung natürlicher Phänomene. Überall auf der Welt werden verschiedenste Lebensmittel fermentiert. Fermentation steht mittlerweile im Kontrast zu der weitverbreiteten Auffassung, Bakterien als unsere Feinde anzusehen, doch wenn bestimmte Bakterien, Pilze oder Zellen bewusst gezüchtet werden, lassen sie keinen Platz für Krankheitserreger.



Carlo Nesler

Maestro di fermentazione



Ich denke, es ist wichtig, dass wir wieder eine bewusste Beziehung zu dem aufbauen, was wir essen

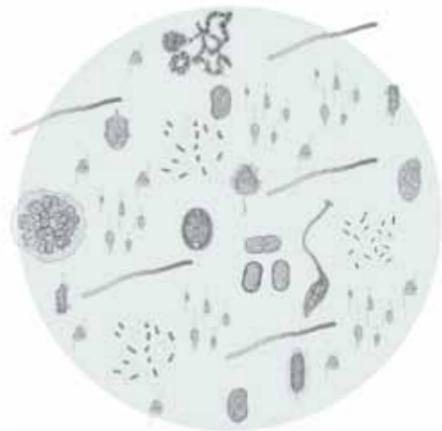
Carlo Nesler

Geboren und aufgewachsen in der Region Bozen, interessierte sich unser Workshopgeber Carlo Nesler bereits in seiner Kindheit für das Fermentieren von Lebensmitteln.

Als Absolvent der DAMS Kunsthochschule in Bologna arbeitete er zunächst mehrere Jahre lang im Theater und in einigen anderen Bereichen. Seine Leidenschaft für das Kochen und die Fermentation ließen ihn jedoch nicht los, und so forschte und experimentierte er weiter. Als er zudem die Prinzipien der Permakultur näher kennenlernte, beschloss Carlo Nesler, die Fermentation zu seiner Profession zu machen.

Um seine Erfahrungen und Kenntnisse mit anderen teilen zu können gründete er 2016 „CibOfficina“, ein Manufaktur- und Experimentierzentrum mit dem Schwerpunkt auf Fermentation und natürlicher Landwirtschaft. Seitdem gibt er international Workshops und arbeitet mit Köch_innen zusammen, in Schulungsprojekten zu fermentierten Lebensmitteln ebenso wie als Berater.

Fermentieren und wie es funktioniert

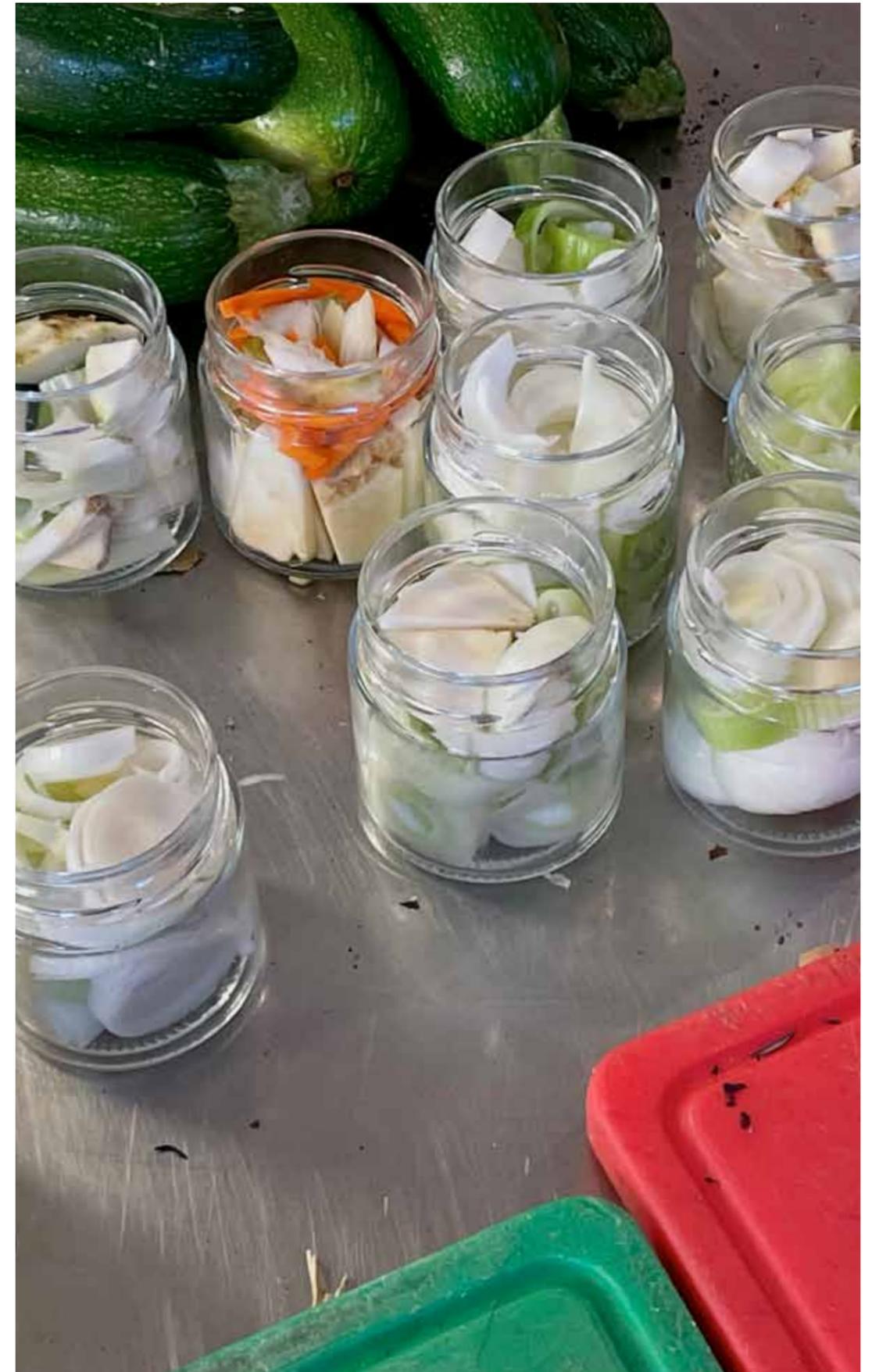


Als Fermentation wird die mikrobielle oder enzymatische Umwandlung organischer Stoffe in Säure, Gase oder Alkohol bezeichnet. Die Fermentation wird unterteilt in anaerobe und aerobe Vorgänge.

Ein anaerober Stoffwechsel ist die sauerstofffreie Energiegewinnung aus Nährstoffen wie zum Beispiel bei Sauerkraut. Aerobe Stoffwechsel finden unter Sauerstoffversorgung statt wie zum Beispiel bei Sauerteig.

Bei der Fermentation von Lebensmitteln beruht die stoffliche Umwandlung auf der Aktivität von verschiedenen Bakterien sowie Zell- und Pilzkulturen. Dies geschieht entweder durch die Zugabe eben dieser Kulturen oder die Mikroorganismen sind schon in den Lebensmitteln vorhanden, sodass keine „Starterkultur“ nötig ist.

Bekannte fermentierte Lebensmittel sind beispielsweise Sauerkraut, Kimchi, Miso, Tempeh, Käse, Joghurt, Sauerteigbrot oder Salami.



Fermentieren?

Einfach selbst probieren ...



Bei der Fermentation werden die Lebensmittel quasi veredelt, also bekömmlicher für unseren Magen. Im Rahmen der Fermentation ändert der pH-Wert ins Saure, deshalb können sich Erreger nicht mehr ansiedeln und das Lebensmittel wird haltbar.



Anders als beim „Einkochen“, also beim Sterilisieren oder Pasteurisieren, werden beim Fermentieren die Mikroorganismen nicht abgetötet oder verringert, sondern vermehrt. Fermentierte Lebensmittel sind schon „vorverdaut“ und somit sind die Nährstoffe besser von uns verwertbar. Der Nährwert insgesamt ist erhöht und es entstehen einzigartige Mikronährstoffe. Durch das Fermentieren werden die Lebensmittel entgiftet und Antinährstoffe verwandelt sich in Nährstoffe.



Der praktische Nutzen der Fermentation ist vielfältig: das Haltbarmachen von Lebensmitteln, einen positiven Effekt auf die Gesundheit, das Einsparen von Energie, da kein Kochen oder Kühlen notwendig ist sowie die Erzeugung der einzigartigen und komplexen Aromen der fermentierten Lebensmittel.



<https://vimeo.com/638420101/3acc33c5ac>

Fermentieren

Werkzeuge, Gefäße und Zutaten



Messer und Sparschäler

Scharfe Messer in verschiedenen Größen zum Schneiden und ein Werkzeug zum Schälen.



Schneidebrett

Außreichend große Schneidebretter, aus Holz oder Kunststoff.



Passiertücher

Zum Abseihen von Säften, Klären von Brühe oder zur Herstellung von Frischkäse oder Joghurt.



Thermometer

Für viele Fermentierungsprozesse ist eine bestimmte Temperatur nötig.



Große Behälter

Sehr hilfreich um geschnittenes Gemüse zwischenzulagern oder zu salzen.



Saftpresse oder Entsafter

Wichtig um Früchte und Gemüse zu entsaften.



Gewichte

Es gibt spezielle Fermentergewichte, aber es kann auch ein passendes Gefäß auf das Ferment gestellt und beschwert werden.



Klebeband und Marker

Was wurde fermentiert? Wann wurde fermentiert? Wann ist es fertig?



Einmachgläser oder Flaschen

Am besten in diversen Größen. Bei Gemüse ist wichtig, dass der Hals möglichst nicht viel kleiner ist als das Glas. Welches Gefäß das richtige ist, hängt von der Art des Lebensmittels an.



Holzstößel

Zum Stampfen von Gemüse wie beispielsweise Sauerkraut. Das Stampfen bricht die Zellwände auf und der Gemüsesaft tritt aus.



Frisches Obst oder Gemüse

Abgesehen von dunkelgrünem Gemüse lässt sich nahezu alles fermentieren. Das Gemüse muss unbedingt frei von Verletzungen und Insekten sein, damit sich nicht die falschen Bakterien vermehren.



Salz

Unbehandeltes grobes Meersalz eignet sich am besten für die Fermentation, da es kein Jod enthält, dafür aber Spurenelemente, welche essenziell für die Fermentation sind.



Sauerkraut

Trockensalz-Methode

Auftakt unserer Exkursion war ein spannender hands-on Fermentations-Workshop. Carlo Nesler vermittelte uns auf humorvolle Weise die Grundlagen des Fermentierens, welches Gemüse sich dafür eignet und worauf dabei zu achten ist. Wir begannen zunächst mit der Zubereitung von Sauerkraut. Nachdem wir das Kraut in dünne Streifen geschnitten hatten, wurde es mit einer Prise Meersalz in ein großes Glasgefäß gegeben und mit einem Holzstößel gestampft.

Durch das Stampfen werden die Zellstrukturen gesprengt und Zellsaft tritt aus. Das ist bei der anaeroben Fermentation besonders wichtig, da diese Form des Fermentierens unter Ausschluss von Sauerstoff erfolgt. Ist das Kraut ausreichend gestampft, wird es zusätzlich 1–3 Tage mit einem Gewicht beschwert, sodass weiterer Saft austreten kann. Hierbei eignet sich ein zylindrisches Gefäß am besten, da sich so der Druck der Gewichte gleichmäßig nach unten verteilen kann. Nach dem Abfüllen wird das Kraut mit dem Saft übergossen, sodass die komplette Oberfläche bedeckt ist. Nun heißt es warten bis der Fermentationsprozess in Gang kommt. Durch die Zugabe von Salz und den Ausschluss von Sauerstoff wird ein Milieu geschaffen, in dem pathogene (also schädliche Bakterien) nicht überleben können, dagegen vermehren sich Milchsäurebakterien und setzen die Milchsäuregärung in Gang.



LILAC SAUERKRAUT



1-2 Kohlköpfe,
grobtes Meersalz
scharfes Messer
Schneidebrett
zylindrisches Gefäß
Stößel
Gewichte
Einmachgläser

1. Rot- oder Weißkohl in 1 mm dünne Streifen schneiden
2. zylindrisches Gefäß aus Glas oder Steinzeug
3. Eine Handvoll Kohl in das Glas geben
4. Eine Prise grobkörniges Salz hinzu geben
5. Stampfen damit Flüssigkeit entweicht
6. Schritt 3 + 4 wiederholen bis das Glas voll ist
7. Teller + Gewichte 1–3 Tage auf das Kraut stellen (bis Flüssigkeit das Kraut bedeckt)
6. mit ausgedrücktem Karottensaft beträufeln



Karotten

Trockensalz-Methode



Als nächstes stellen wir fermentierte Karotten her – ebenfalls durch Trockensalzfermentation. Die Karotten werden in feine Streifen geschnitten oder gehobelt und mit Salz vermischt. Danach werden sie solange geknetet bis wiederum Saft austritt. Anschließend werden die Karotten ausgedrückt und in Gläser abgefüllt. Wichtig ist, die Karotten gut in den Gläsern anzudrücken, damit sich keine Luftblasen mehr im Inneren befinden. Außerdem ist darauf zu achten, dass ca. 2 cm Luft zum Deckel bleibt, damit die im Fermentationsprozess entstehenden Gase nach oben steigen können. Einmachgläser mit Schraubdeckel eignen sich dafür hervorragend. Wird der Druck im Glas zu hoch, wölbt sich der Deckel nach oben und die Gase können entweichen. Vor dem Verschliessen werden die Karotten mit dem Saft beträufelt, sodass sie bedeckt sind.



SAURE KAROTTEN

Sparschäler
Karotten
Schneidebrett
Salz
Edelstahlwanne
Einmachgläser

1. Karotten in dünne Steifen schneiden
2. 15 g Salz pro Kg hinzugeben
3. Karotten + Salz mit Händen kneten
4. Karotten auspressen
5. In Gläser abfüllen und gut andrücken
6. mit ausgedrücktem Karottensaft beträufeln



Gemüsemischung

Fermentieren in Salzlake



Im zweiten Teil unseres Workshops zeigte uns Carlo das Fermentieren in Salzlake. Bei dieser Methode kann das Gemüse in größeren Stücken oder sogar als Ganzes fermentiert werden. Die Flüssigkeit muss dazu nicht aus dem Gemüse selbst extrahiert werden, sondern wird von außen zugefügt. Einziger Nachteil ist, dass die Intensität des Geschmacks durch die Lake etwas verdünnt wird.

Wir bereiteten eine Gemüsemischung aus Lauch, Karotten, Zwiebeln und Sellerie. Darüber gossen wir eine 4,5 % Salzlake. Fermentieren kann man prinzipiell fast jedes Gemüse, manches eignet sich jedoch weniger gut. Zum Beispiel zu weiches Gemüse wie Tomaten ist nicht gut geeignet oder auch dunkelgrünes Gemüse, weil der hohe Anteil an Chlorophyll das Gemüse schleimig und bitter werden lässt.

SHUFFLE VEGGIES

Topf

Wasser

Salz

Messer

verschiedenes Gemüse

Einmachgläser



1. Salzlake herstellen
5l Wasser zum kochen bringen
4,5 % Salz hinzugeben
2. Salzlake abkühlen lassen auf unter 40 Grad
3. Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden
4. Gemüse in Gläser füllen und mit Salzlake übergießen



<https://vimeo.com/638434470/b52b53b612>

Fermentieren in Salzlake

Kimchi

Fermentieren in Salzlake



Als krönenden Abschluss setzten wir ein Kimchi-Ferment an. Hierfür stellten wir eine 6 %-ige Salzlake her und schnitten Chinakohl, Karotten, Sellerie, rote Beete, Lauch und Zwiebeln in grobe Stücke. Das Gemüse wurde anschließend 10 Stunden in die Salzlake eingelegt.

Im nächsten Schritt schütteten wir die Lake ab und bereiteten eine Gewürzpaste aus Knoblauch, Chili, Ingwer, Reismehl und Wasser zu. Mit etwas roter Beete färbten wir unsere Paste ein. Nach dem Durchmischen wurden die Gläser befüllt.



PINK KIMCHI

Topf
Wasser
Salz
Messer
Frühlingszwiebel
Chinakohl
Lauch
Wurzelgemüse
zylindrisches Gefäß
Knoblauch
Chili
Ingwer
Reismehl
Einmachgläser



1. 6 %ige Salzlake herstellen
2. Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden
2. 10 St. in 6 % Salzlake einlegen
3. Salzlake abschütten
4. 1/4 L Wasser mit 2 EL Reismehl aufkochen lassen
4. Knoblauch, Chili, Ingwer mit Reismehlschwitze pürieren
5. Gemüse mit Gewürzpaste vermischen
6. Abfüllen



<https://vimeo.com/638421599/d3dc4ca08f>

Kimchi und Kraut



Dosateig

aus Erbsen und Dinkel



Dosa ist ein Gericht der indischen Küche. Dabei handelt es sich um eine Art knusprigen Pfannkuchen, der traditionell aus Reis und Linsen hergestellt wird. Für unsere Dosa-Variante verwendeten wir Erbsen und Dinkel. Diese ließen wir über Nacht in Wasser einweichen. Anschließend pürierten wir Erbsen, Dinkel und Wasser zu einem sämigen Teig. Nach weiteren 48 Stunden Fermentation konnten wir die Dosas schließlich zubereiten.

CRISPY DOSA

Glas mit Deckel
Reis
Hülsenfrüchte
Wasser

1. Zwei Teile Reis (oder anderes Getreide) in ein großes Gefäß geben
2. Ein Teil Hülsenfrüchte (Linsen, Kichererbsen, Erbsen o.ä.) hinzu geben
3. Allesamt mit Wasser bedecken und über Nacht einweichen lassen
4. Reis + Hülsenfrüchte + Wasser zu einem sämigen Teig pürieren
5. weitere 48 Stunden stehen lassen bis sich Blasen bilden
6. Teig in einer Pfanne dünn ausstreichen und goldbraun braten



<https://vimeo.com/638422463/1eed550e0c>

Dosateig herstellen



Kostproben

Damit wir dem Thema „food culture empowerment“ nicht nur theoretisch auf den Grund gehen, ist eine Verkostung verschiedener fermentierter Lebensmittel unumgänglich. Und so probierten wir unterschiedliche Produkte vom Stanglerhof sowie von Carlo Neslers „CibOfficina“ und entdeckten dabei die gesamte geschmackliche Vielfalt der Fermentation.



CibOfficina

Produkte von Carlo Nesler



Während der Verkostung mit Carlo kamen wir der Vielfalt fermentierter Lebensmittel auf die Spur. Von süßlich rotem Zwiebelsaft und spritzigem Rosmarinkombucha über verschiedene Miso-Pasten und Shoyu-Soßen, Kimchis und eine Auswahl fermentierter Gemüsesorten – probierten wir uns durch die bunte Produkt-Palette Carlo Neslers und verglichen Geschmäcker, Konsistenzen und Gerüche.

Die Besonderheit der Produkte liegt in den Zutaten: Abgeleitet von Prinzipien und Techniken der traditionellen japanischen Küche, nutzt Carlo für die Herstellung ausschließlich regionale Zutaten wie heimische Hülsenfrüchte oder Getreidesorten und italienisches Meersalz.

Die Soßen, Pasten und Pulver werden zum Würzen und Verfeinern von rohen und gekochten Speisen verwendet. Da unpasteurisierte Produkte lebende Ferment-Kulturen enthalten, sollten sie nicht erhitzt und mitgekocht werden.

From trash to culinary treasure: Blütenstängel des Knoblauchs werden eingelegt und zu einer salzig-säuerlichen und knackigen Beilage



<https://vimeo.com/638423507/bd10068b53>

Tasting mit Carlo

KOMBUCHA

Der mediterrane Kombucha den wir probierten wird aus frischem Rosmarin, Rohrzucker und Wasser mit Hilfe eines Kombucha-Pilzes hergestellt. Nach einer ersten Gärungsphase wird die Flüssigkeit in Flaschen abgefüllt. Dort findet durch lebendige Fermente eine zweite Gärung statt, die dem Getränk seine prickelnde, kohlenstoffhaltige Textur und eine leicht säuerliche Note verleiht. Bereits nach wenigen Tagen Flaschengärung ist das alkoholfreie Getränk verzehrbereit.



Miso kann zur Zubereitung der klassischen Miso-Suppe oder zum vielfältigen Würzen verwendet werden

MISO

Miso ist eine japanische Paste, die ursprünglich hauptsächlich aus Sojabohnen besteht. Miso lässt sich jedoch auch aus anderen und regionalen Hülsenfrüchten herstellen wie beispielsweise Kichererbsen oder Linsen, Getreidesorten wie Gerste oder Dinkel und sogar aus Haselnüssen. Zusammen mit Meersalz und Wasser entsteht eine pastöse Masse, die sich durch einen intensiven und samtigen Geschmack auszeichnet. Innerhalb eines Jahres reift die Paste in mehreren Gärungsstufen heran. Dabei gibt es Miso in unterschiedlichen Reifegraden, die sich jeweils in der geschmacklichen Intensität und Ausprägung der Aromen unterscheiden.

SHOYU

Shoyu ist der japanische Begriff für „Sojasauce“, das Soja fehlt hier jedoch: Die Shoyu-Saucen werden ähnlich wie die Miso-Paste aus regionalen Hülsenfrüchten und Getreidesorten wie Erbsen oder Linsen, Meersalz und Wasser hergestellt. Die gesamte Verarbeitung und Gärung erfolgt ausschließlich manuell in speziell gefertigten stählernen Wannen. Die Saucen reifen mindestens ein Jahr und teilweise sogar länger. Dieses Verfahren führt zu einem breiten Geschmacksspektrum und intensiven, fruchtigen Umami-Aromen.



„UMORI“ PULVER

Das Würz-Pulver mit Carlos Eigennamen „UmOri“ wird durch die Weiterverarbeitung der Maische der Shoyu-Saucen gewonnen. Die festen Rückstände werden anschließend getrocknet und zu einem Pulver gemahlen. Bereits eine kleine Prise sorgt für ein intensives Umami-Erlebnis.



Köstlichkeiten vom Stanglerhof



Bei der Verkostung von Heiners Hofladenprodukten haben wir nicht nur fermentierte Lebensmittel probiert, sondern auch unterschiedliche Sirupsorten, Marmeladen, Senfsorten und eingekochtes Gemüse.

Die Produkte werden allesamt aus Zutaten und Erzeugnissen direkt vom Stanglerhof hergestellt. Besonders interessant waren die fermentierten Salzzitronen, die als besondere Zutat für allerlei Speisen dienen.



<https://vimeo.com/638424059/a05413828a>

Tasting mit Heiner

SALZZITRONEN

Die Zitronen erhalten Geschmack, Säure und gesundheitsfördernde Wirkung durch die Gärung von Milchsäurebakterien. Wir konnten verschiedene Salzzitronen in unterschiedlichen Stadien probieren, von ganz frischen bis zu vor einem Jahr eingelegten Meyer-Zitronen, die sich in Geschmacksintensität und Konsistenz stark unterscheiden.



BIO-SIRUP

Verschiedene Kräuter und Früchte des Stanglerhofs werden zu Sirup verarbeitet. Von Johannisbeere, Lindenblüten, Schokoladenminze bis Rosmarin und Salbei – der individuellen Komposition der Sirupsorten ist keine Grenze gesetzt. Aufgespritzt mit Wasser oder Prosecco ergeben sie leckere Getränke.

MOSTARDA

Feigenmostarda, Marillenmostarda, Kornelkirschmostarda – dies sind die scharfen Schwestern der Marmeladen, nur aus Frucht, Zucker und Senfessenz komponiert, aber deutlich komplexer und gern beim Käse zuhaus.





In der Küche mit Heiner

Der Stanglerhof als Epizentrum unserer Exkursion – Treffpunkt und Ort für Workshops und Beisammensein, Ort für Essen und Trinken, Bibliothek und Diskussionsraum.

Heiner erläuterte uns die Zusammenhänge der regenerativen Landwirtschaft und die Umsetzung auf seinem Hof. Dabei setzt er sich mit den verschiedensten Fragen auseinander: Wie können anfallende Abfälle verwendet werden und Kreisläufe entstehen? Was wächst auf dieser Höhenlage und dem vorherrschend lehmhaltigen Boden? Welche Lösungen gibt es zum Erhalt nährstoffreicher Böden oder einer biologischen Schädlingsbekämpfung?

Heiner stellte uns viele Bücher aus seiner eigenen Bibliothek zur Verfügung. Die Zeit am Hof wurde auch genutzt, um in den Büchern zu stöbern und nach Themen zu unserem Projekt „Food culture empowerment“ zu recherchieren.



<https://vimeo.com/638431352/4892e0ea92>

In der Küche am Stanglerhof



Kosten, Schmecken und Probieren

Nach der Mittagspause ging es dann für uns ganz praktisch weiter mit der Zubereitung von Salzzitronen. Diese werden durch Salzen haltbar gemacht und können nach drei Monaten als besondere Zutat für allerlei Speisen dienen. Wir konnten verschiedene Salzzitronen in unterschiedlichen Stadien probieren, von frischen bis zu vor einem Jahr eingelegten Meyer-Zitronen.





Vom Reh zum Filet

Als am Nachmittag Messer, Beil und Säge bereitgelegt wurden, kehrte eine ungewöhnliche Stille in der Küche ein. Eine fast ehrfürchtige Spannung lag in der Luft, als Heiner ein Reh aus dem Kühlhaus nahm. Der Anspruch, nur lokale Produkte zu verarbeiten, gilt natürlich auch im Bezug auf die Verwendung von Fleisch. Das Reh stammte aus einem nahegelegenen Waldgebiet und wurde bereits vor Ort vom Jäger ausgenommen. Heiner entfernte das Fell und zerlegte das Reh dann nacheinander in seine essbaren Einzelteile. Der Prozess des Zerlegens und die Verwandlung vom erkennbaren ganzen Tier hin zu seinen Fleischteilen wie Filet, Schulter, Rücken, war ein sehr berührender Moment und für die Meisten von uns eine neue Erfahrung. Zum Abendessen konnten wir Rücken und Filet des Rehs probieren.

Neben seinem besonderen Geschmack auf der Zunge hinterlässt der Genuss von Wildfleisch auch kaum ökologische Gewissensbisse: Wildtiere wachsen artgerecht auf und das Fleisch ist in der Ökobilanz durch ein natürliches Wachstum der Tiere ohne jeden zusätzlichen Ressourcenverbrauch jeder Art von Fleischerzeugung mit Masttieren überlegen.



<https://vimeo.com/638425648/54c155d011>

Vom Reh zum Filet



SALZZITRONEN

Zitronen
Zitronensaft
grobes Salz



Die Zitronen an der länglichen Seite vierteln und etwa bis zur Hälfte einschneiden. Dann reichlich mit grobem Salz füllen und in ein großes Glas schichten, sodass sie eng aneinander liegen. Das Glas kommt dann für etwa 10 Tage in den Kühlschrank. Danach mit Zitronensaft auffüllen, sodass die Zitronen komplett bedeckt sind. Nach ca. drei Monaten sind die Zitronen verzehrbar. Darauf achten, biologisch angebaute und unge-spritzte Zitronen zu verwenden, da auch die Schale verzehrt wird.



<https://vimeo.com/638433252/306e1a5ed9>

Salzzitronen zubereiten



JOGHURT

*1 Liter Milch
1-2 EL Naturjoghurt
nach Geschmack kann
Sahne hinzu gegeben werden*



Für den Joghurt pasteurisierte oder sterilisierte Milch auf 70–80°C erhitzen und anschließend im Eisbad auf 40°C abkühlen lassen. Die Milch darf nicht kälter als 40°C werden, sonst sterben die Bakterien. Nun die 40°C warme Milch in ein Wärmebecken stellen, damit die Temperatur konstant bleibt. 3–4 Esslöffel von einem Joghurtstarter (z.B. Naturjoghurt) zur Milch hinzufügen und gut verrühren. Die Bakterien beginnen sich zu vermehren und in 9–12 Stunden ist der Joghurt verzehrbereit.

Anteilig zur Milch kann auch Sahne verwendet werden. Dadurch wird der Joghurt fetter und cremiger. Die Sahne muss, wie die Milch vorher erhitzt und dann runtergekühlt werden. Das Prinzip funktioniert auch mit Soja- oder Kokosmilch.



Heiner servierte den Joghurt in kleinen Gläschen abgefüllt und bedeckt mit hausgemachter Ribiselmarmelade aus eigenem Anbau. Erstaunlich war, wie süß der Joghurt schmeckte, obwohl ihm kein Zucker zugesetzt wurde.

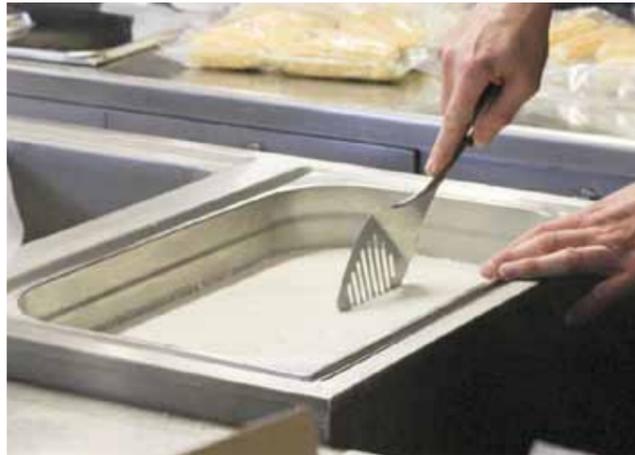


<https://vimeo.com/638432274/96607f1b49>

Joghurt zubereiten

FRISCHKÄSE

1 Liter Milch
4 g Lab
1–2 EL Joghurt
Kräuter oder Gewürze nach Belieben



Frischkäse wird ähnlich zubereitet wie Joghurt, nur dass noch Lab hinzugefügt werden muss. Lab ist ein Enzym aus dem Kalbsmagen, welches das Milcheiweiß ausfällt und oft in der Käseherstellung Verwendung findet. Es gibt allerdings auch „pflanzliches Lab“, das aus Distelgewächsen, wie der Artischocke gewonnen wird. Für die Herstellung wird pasteurisierte oder sterilisierte Milch auf 70–80°C erhitzt, anschließend wieder auf 40°C abgekühlt und dann in einem Wärmebecken auf 40°C gehalten.



Pro Liter Milch werden 4g des Labs und 1–2 EL Joghurt hinzugefügt und gut miteinander vermischt. Nach 9–12 Stunden ist die Masse eingedickt und kann durch ein Passiertuch abgeseiht werden. Sobald die Flüssigkeit komplett abgelaufen ist, kann der im Tuch verbliebene Frischkäse entnommen und mit Kräutern und Gewürzen nach Belieben verfeinert werden.



Für unser Mittagessen verfeinerten wir den Frischkäse mit Gewürzen, Kräutern und essbaren Blüten aus Heiners Garten.



<https://vimeo.com/638430186/b15969ac63>

Frischkäse zubereiten

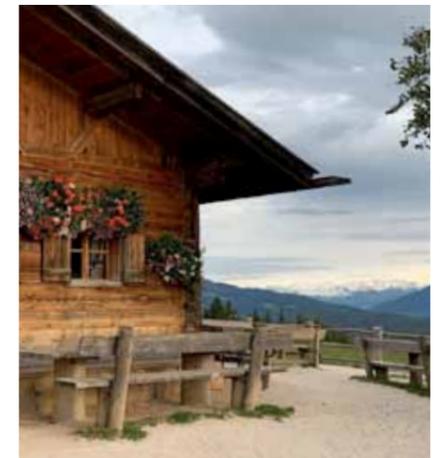
Mahlzeit!
*Kulinarisches Begleitprogramm
 am Stanglerhof*



Auf die Alm



Nach einigen Regentagen bot der vorletzte Tag die Möglichkeit, die beeindruckende Landschaft Südtirols zu Fuß zu erkunden. Mit Tüten und Taschen für den spontane Pilzfunde ausgestattet, hat uns Andi zur Tuff Alm geleitet. Die auf 1274 Metern am Fuße des Schlern gelegene Alm, bot für die einen Speis und Trank, während die anderen lieber freilaufende Kamele vor einem pittoresken Panorama bestaunen wollten. Als die Dämmerung einbrach und die Sonne sich mit glühenden Farben verabschiedete, begannen wir unseren Abstieg. Zurück am Stanglerhof wärmten wir uns im Schankraum auf und genossen nach einem reichhaltigen Buffet das Kulturprogramm des Abends.





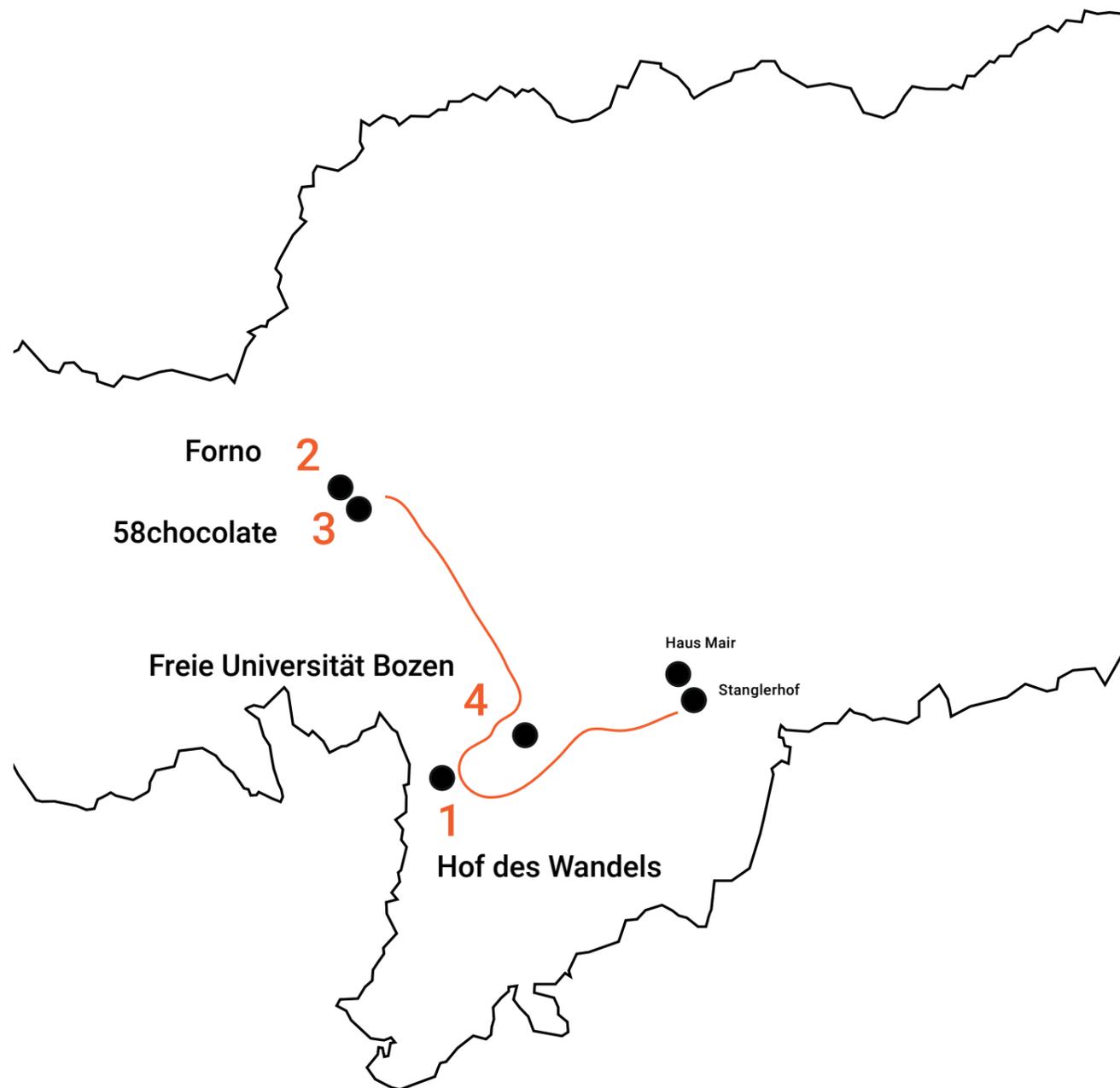
Synchron publishing

Während unserer Exkursion haben wir die Instagram Seite des Industriedesign Studiengangs der Burg „bespielt“ (@burg_id). Mit Stories und Posts haben Cleo Dölling und Yanru Chen einen kuratierten Einblick in die Erlebnisse der Woche gegeben. Von Workshops in der Küche des Stanglerhofs über Ausflüge bis hin zu den kulinarischen Highlights konnten die Daheimgebliebenen tagesaktuell an unserer Exkursion teilhaben.



Fieldtrips

Unsere Safari durch Südtirol



- 1 Hof des Wandels**
Landwirtschaft mit neuen Ideen
- 2 Forno**
Bäckerei von Ivo De Pellegrin
- 3 FiftyEight chocolate**
Schokoladen-Manufaktur von René Roman
- 4 Freie Universität Bozen**
Einblick in den Studiengang Eco-Social Design

Am dritten Tag unserer Exkursion führte uns Andreas Rier zu drei ausgewählten Orten und aussergewöhnlichen Menschen in der südtiroler Region südlich von Bozen und in Meran. Wir lernten spannende Biografien und Lebensentwürfe kennen ... und die dazu gehörenden Projekte und Unternehmungen: den „Hof des Wandels“, die Bäckerei „Forno“ und die Schokoladen-Manufaktur „5ifty 8eight“.

Am Tag unserer Abreise gelang uns noch ein kurzer aber eindrucksvoller Besuch der Kollegen an unserer Partner-Uni in Bozen.

Hof des Wandels

*Von der Monokultur
zur Diversität*



Der Hof des Wandels im Paulsner Ofental war ursprünglich ein reiner, klassischer Apfelanbau. Der Wandel des Hofes zu der Art wie er heute betrieben wird, wurde durch den wachsenden Druck gegenüber den Apfelbauern bestärkt, von einem Genossenschaftssystem übernommen zu werden und damit die Eigenverantwortung zu verlieren. Nach dem Ausstieg aus der Monokultur orientiert sich der Betrieb nun an Prinzipien der Permakultur und regenerativer Landwirtschaft.

Der Ausbau des Kräutergartens nahm Formen an, den Hanspeter zusammen mit Martina angelegt hat. Tochter Lisa und ihr Mann Jakob brachten ihre Ideen und Visionen zum Gemüseanbau mit ein und der Hof des Wandels wurde zu dem, was er heute ist – ein nachhaltig geführter Hof mit eigenständigem Profil.

Gemüsevielfalt des Hofes des Wandels, das Foto stammt von der Facebookseite.



Wenn Jakob nicht in der Erde wühlt oder hinter dampfenden Töpfen und Pfannen steht, steckt er seinen Kopf in dicke Bücher. Hier holt er sich die Inputs über alternative Anbaumethoden, Permakultur oder Fermentation und probiert am liebsten alles gemeinsam aus.

Hof des Wandels Website



Von Permakultur inspiriert ... Strategien & Methoden im lokalen Kontext

Am Hof des Wandels wird Anbau nach dem Prinzip der regenerativen Landwirtschaft betrieben, bei der das gesamte Ökosystem berücksichtigt wird. Der Bauer ist Partner und nicht Gegner der Natur. Methoden, die diese Ziele realisieren sind beispielsweise eine minimale Bodenbearbeitung, der Einsatz von Handgeräten anstatt schwerer Maschinen, Biodiversität durch Mischkulturen und Agroforstwirtschaft.



Jakob erklärt uns seine Strategie, die Beete so anzulegen, dass sie immer 5 m lang und 75 cm breit sind. So lassen sie sich perfekt mit einem Schritt überqueren und es lässt sich gut über ihnen zur Bearbeitung stehen.



Überblick vom Hof des Wandels: der Agroforst auf der linken Seite und die artenreichen Beete in der Mitte des Bildes.

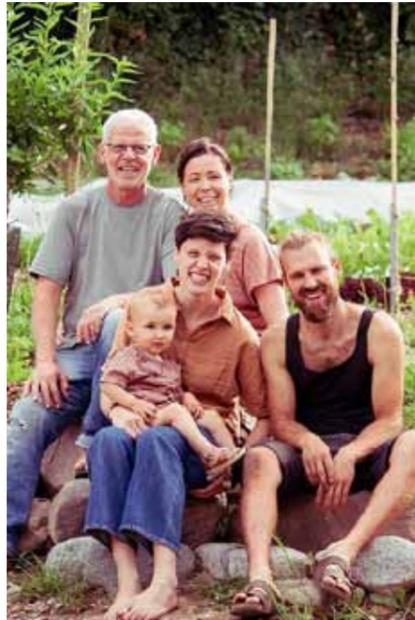


<https://vimeo.com/638435530/e96e5f66e0>

Unser Besuch auf
dem Hof des Wandels

Jakob versucht auf dem Hof Effektivität und Ökologie unter einen Hut zu bringen. Daher ist er persönlich kein Gegner vertretbarer Maßnahmen wie Folienabdeckung von Beetflächen zur Minimierung von Unkraut oder den Einsatz von Pappe als Durchwurzelungsschutz zur Humusbildung. Ökologischer Anbau und Machbarkeit sind ein Balanceakt, bei dem beständig gut überlegte Entscheidungen abgewogen und getroffen werden müssen.

Von Kräutern bis Workshops



Die Menschen am Hof des Wandels beschreiben sich selbst als „Körper“, „Geist“ und „Seele“. Jakob steht für den Körper, kümmert sich intensiv um die Gartenanlage des Hofes, kocht leidenschaftlich und leitet das Catering des Hofes „amaulvoll“. Lisa ist mit ihrer Mutter Martina die Seele des Hofes. Zusammen geben sie Workshops in Yoga, Hypnose und Meditation. Hanspeter, den Geist des Hofes, haben wir nicht persönlich kennengelernt. Er kümmert sich um den Obstanbau und den Kräutergarten, aus dem Seifen, Öle und Hydrolate entstehen.

Die Mitglieder des Hofes des Wandels. Links oben Hanspeter, daneben Martina. Unten links Lisa und Jakob mit Sohn Kiran.



Jakob ist gelernter Koch und hat 10 Jahre weltweit in Restaurants gearbeitet – zuletzt in einem der renommiertesten überhaupt: im Noma in Kopenhagen.

Diese kulinarischen Erfahrungen sind Jakobs Kreationen aus der Küche anzusehen, man bekommt richtig Lust selbst dort ein Catering zu bestellen oder einen Kochkurs zu machen.



Die Kräuter aus dem Garten sind die Grundlage für die Destillationen von Hanspeter.



Die Produkte im Hofladen und die Abokiste zeigen das vielfältige Angebot des Hofes.



Vom Garten in den Hofladen

Bei unserem Besuch hat uns Lisa erzählt, dass Hydrolate bei der Destillation von ätherischen Ölen entstehen und oft weggeworfen werden, obwohl sie noch wichtige und wirksame Inhaltsstoffe der Kräuter enthalten. So gibt es die Hydrolate neben den Ölen ebenso im Hofladen zu kaufen und Lisa schwört auf sie als Hausapotheke.

Das Sortiment wird ergänzt durch weitere Kosmetikprodukte, Seifen, Naturschwämme, getrocknete Früchte und Blumenkränzen.

Natürlich gibt es auch saisonales Gemüse. Von Mitte April bis Ende November können Abokisten mit saisonalem Gemüse bestellt und am Hof abgeholt werden.



<https://vimeo.com/638172688/6f3fbefe92>

Film zum Hof des Wandels

FORNO

Drei Tage Sauerteig

FORNO ist eine Qualitätsbäckerei in Meran, in der die handwerkliche Herstellung im Vordergrund steht, betrieben von Ivo Pellegrini.

Die Bäckerei befindet sich in einer kleinen Gasse in Meran, in der italienischen Provinz Bozen und ist dreimal in der Woche an jedem zweiten Tag für den Verkauf geöffnet. Die jeweils anderen Tage wird gebacken. Der Sauerteig, der hier ohne jegliche chemische Zusätze verarbeitet und zu Brot gebacken wird, gewährleistet die Qualität und Frische des Brotes über viele Tage. Durch diese Arbeitsorganisation findet Ivo neben Backen und Verkauf auch Zeit für seine Familie.

Um seine Arbeit transparent zu zeigen, ist die Bäckerei für alle Kunden durch ein Fenster geöffnet, von dem aus der gesamte Produktionsprozess sichtbar ist – eine Freude für die Augen.

Die strenge Kontrolle der Rohstoffe ist für ein gutes Brot unerlässlich. Alle Brotsorten werden mit hausgemachtem Sauerteig ohne zusätzliche Hefe hergestellt, mit Bio-Mehl aus der Merano-Mühle und frisch gemahlenem Dinkel- und Roggenvollkorn aus Südtirol.



Ivo De Pellegrin



Ivo De Pellegrin, der in Pollenzo ein Bachelor-Studium der Gastronomiewissenschaften absolviert und in verschiedenen gastronomischen Betrieben Berufserfahrung gesammelt hat, hat seine Leidenschaft für das Brotbacken zur Gründung dieser Bäckerei genutzt.

Für ihn sind Mehl, Wasser, Sauerteig, Salz und viel Zeit alles, was man braucht, um ein gutes Brot zu backen. Das ist sein Credo: das Brot auf seine Essenz zu reduzieren. Qualitätsmehl aus biologischem Anbau, reines Wasser, hausgemachter Sauerteig und Salz aus Sizilien. Alle Brote werden mit viel Liebe zum Detail handgefertigt.



Brot backen

Handarbeit bedeutet, viele Arbeitsschritte selbst zu erledigen: den Sauerteig rühren, die Zutaten abwägen, den Teig teilen und das Brot formen.

Die Teigmaschine und der Backofen sind die Partner der Handarbeit und tragen zur Qualität des Brotes bei. Die Entstehung eines Brotes dauert drei Tage, von der Vorbereitung des Sauerteigs über die Herstellung des Brotteigs bis zum Backen.



Am Nachmittag des 7. Oktobers kann unsere kleine Delegation von angehenden Designer_innen der Burg Giebichenstein am Prozess der Brotherstellung teilnehmen.

Natürlich sind auch eine gut gemachte Website und eine Instagram-Seite mit qualitativ hochwertigen Bildern notwendig, um das Brot und die Bäckerei adäquat zu bewerben.



<https://vimeo.com/638435963/75f4088108>

Brot backen mit Ivo

Mehl, Wasser, Sauerteig, Salz und viel Zeit – mehr braucht es nicht, um einen guten Laib Brot herzustellen. Das ist mein Credo: Brot auf das Wesentliche zu bringen.

Ivo De Pellegrin

Fifty 8ight

René und die Schokoladen-Manufaktur



Wir haben den Schokoladenmacher René Romen in Merano besucht. René war einige Jahre in Berlin und London tätig, wo er als Pâtissier und in der Sternegastronomie gearbeitet hat.

Mit diesen Erfahrungen ist er in seine Heimatstadt zurückgekehrt, und hat seine eigenen Schokoladen-Manufaktur aufgebaut.

René Romen erzählt uns von seinem Werdegang und seinem Konzept



Die Auslage im Schokoladenshop mit der Merano Collection

For diet it's too late

René Romer

Der Name seines Geschäfts „Fifty 8ight“ stammt von der Nummer des Hauses, in dem René aufgewachsen ist.

Er hat den Namen auf Englisch gewählt, weil er sich weder für eine deutsche noch italienische Herkunft entscheiden wollte.

In der Herstellung macht er fast alles selbst, von der Kakaobohne bis zur Schokolade. Bei seinem Nachhaltigkeitskonzept geht es René um fairen Handel beim Anbau aller Zutaten und um die Schaffung einer Schokolade ohne industrielle Zusatzstoffe.



Wir probieren verschiedene Schokoladensorten.



<https://vimeo.com/638436785/329ad76806>

Schokolade mit René

Den Prozess der Schokoladenherstellung zu sehen, war eindrucksvoll: Bei der Produktion selektiert René jede Kakaobohne einzeln, bevor sie bei niedriger Temperatur geröstet werden.

Nachdem dem Abkühlen der Bohnen werden diese aufgebrochen und von ihren Schalen getrennt, anschließend zermahlt eine Steinwalze die Kakaokerne zur Edelschokolade.

Bei diesem Vorgang kommt der einzigartige Geschmack zustande – wie, das bleibt das Geheimnis von René. Wir konnten alle Sorten der Merano Collection probieren – am stärksten fanden die meisten von uns die „Dark Juniper“, die aufregend nach Gin schmeckte und dennoch ohne Alkohol war.

Ich bin Schokoladenmacher, kein Chocolatier

René Romer

Wie die Schokolade in Handarbeit entsteht



Durch Temperieren wird die Schokolade glänzend und knackig. Zum Schluss kommt die Schokolade in die Verpackung mit eigenem Design und wird im Laden gegenüber verkauft.

René ist Kunst und Design sehr wichtig, deshalb versucht er sein Geschäft als Gesamtkonzept zu betrachten, hinter dem er als Person steht.

Seine Produkte werden auch überregional verkauft. Durch Instagram und Website kann man sich informieren und über die Sortenentwicklung dem Laufenden bleiben.



Der Name seines Geschäfts „Fifty Eight“ stammt von der Nummer des Hauses, in dem René Romer aufgewachsen ist.



Uni Bozen

Vor der Universität Bozen hat Aart uns mit einem hervorragenden Espresso aus der Cafeteria begrüßt, die die Universität auf charmante Art mit dem Umfeld verbindet. Aart van Bezoyen hat früher in der Materialsammlung der Burg Giebichenstein Kunsthochschule gearbeitet und ist jetzt Lehrender an der Uni Bozen im Designbereich. Er hat uns vom atemberaubenden Ausblick der Dachterrasse bis hin zu den Werkstätten im Untergeschoss geführt. Das Uni-Gebäude ist modern und direkt im Herzen von Bozen gelegen. Außerhalb des Hauptgebäudes gibt es weitere Werkstätten und einen Stadtgarten.



Gemeinsamer Espresso mit Aart vor der Universität Bozen



Die Vielfalt des Masters Eco-Social Design

Der Masterstudiengang Eco-Social Design an der Universität Bozen wurde uns von Kris Krois vorgestellt – passend im Hochbeetgarten, der von Studierenden des Studiengangs angelegt wurde.

Zum Konzept des Masterprogramms gehört es, die Studierenden in Kontakt mit lokalen Agrarbetrieben, Produzenten, Initiativen und der Stadt Bozen zu bringen und in diesem lokalen Kontext innovative Konzepte zu entwickeln, die zur Nachhaltigkeit und zum sozialen Fortschritt beitragen. Interessant ist der Ansatz, dass Projekte auch über mehrere Semester gehen können, da viele Themen in der kurzen Zeit eines Semesters kaum abzuschliessen sind.



Während Kris Krois uns vom Studiengang erzählt, konnten wir in die Publikation der Projekte des Masterstudiengangs schauen.



Atemberaubender Blick
über Bozen

Werkstätten

Rechtzeitig vor der Mittagspause konnten wir noch einen Blick in die Holz-, Plastik- und Metallwerkstätten werfen. Hell, freundlich und kompakt laden sie zum Arbeiten ein und bieten auf begrenztem Raum eine große Auswahl an Werkzeugen, Maschinen und Materialien.



Materiallager in der
Kunststoffwerkstatt



Abschiedsfoto
mit Kulisse



<https://vimeo.com/638437748/8a181e99ec>

Besuch der Uni Bozen

Die Food Culture Empowerment Crew



Benjamin
Schief
Co-Pilot

Guido
English
Pilot

Katharina
Mludok
(MA)

Cleo
Dölling
(BA)

Caterina
Plenzick
(MA)

Nikolaus
Höble
(BA)

Luisa
Krause
(BA)

Lisa
Schwalbe
(BA)

Björn
Naumann
(BA)

Anselm
Wohlfahrt
(MA)

Elena
Bangel
(BA)

Luis
Braun
(BA)

Xue
Song
(MA)

Leah
Messerschmidt
(BA)

Charlotte
Bolinski
(BA)

Dean
Weigand
(MA)

Leon
Burmester
(BA)

Yanru
Chen
(MA)

Impressum**Food Culture Empowerment**

Design-Strategien für Autonomie und Vielfalt
bei der Erzeugung, Kultivierung und Distribution
von Nahrungsmitteln

Entwurf Komplexes Gestalten
Studiengang Industriedesign
Wintersemester 2021

**Dokumentation der Exkursion
nach Südtirol**

Layout, Texte, Fotos, Illustrationen

Projektteilnehmer_innen

Teilnehmer_innen

Elena Bangel, Charlotte Bolinski, Luis Braun, Leonhard
Burmester, Yanru Chen, Cleo Dölling, Nikolaus Hößle,
Luisa Krause, Leah Messerschmidt, Björn Naumann,
Caterina Plenzick, Lisa Schwalbe, Xue Song, Dean
Weigand – Gäste: Katharina Mludek, Anselm Wohlfahrt

Moderation

Prof. Guido Englich, MA Benjamin Schief

Burg Giebichenstein Kunsthochschule Halle
Wintersemester 2021

id-neuwerk.de
Design Education Research

Burg Giebichenstein
Kunsthochschule Halle

