

Naturnahe Lebensmittel integrieren



Rebecca Clopath vereint alpine Küche mit ihrer Idee der „Esswahrnehmung“

«Es geht darum, lokale, sorgfältig und naturnah produzierte Lebensmittel zu integrieren»

Rebecca Clopath, kehrte 2016 zum elterlichen Bauernhof zurück und funktionierte die ehemalige Hof-Werkstatt ein eine Stivetta um. Es entstand eine Küche, die mehr will: Saisonal, regional, ehrlich und tief verwurzelt im alpinen Raum. Was schlussendlich daraus entstand, ist die Esswahrnehmung - sie macht Herkunft spürbar, erzählt Geschichten und bringt den Geschmack der Alpen auf den Teller.

Unser Thema; der Food Trend „Terrapy“ - sagt Dir das was?

Begriffsdefinition:

Terrapy bezeichnet einen Ernährungstrend hin zu natürlichen, unverarbeiteten Lebensmitteln. Dieser Trend umfasst die Selbstversorgung, Fermentation und hausgemachte Produkte. Die Merkmale des Terrapy-Trends: legt Wert auf kurze Zutatenlisten, Verwendung natürlicher Lebensmittel, eigenes Sauerteigbrot, selbstgemachte Pflanzendrinks. Hintergrund des Terrapy-Trends: Qualitätsbewusstsein, Umweltverantwortung, Gesundheit.

So in diesem Sinne kannte ich den Begriff noch nicht. Wir setzen jedoch viele Grundsätze davon um.

Was hältst du davon?

Für mich klingt es sehr stimmig und sinnvoll. Ich kann mir gut vorstellen, dass der Trend zu einem bewussteren, geerdeten Umgang mit Lebensmitteln und dem eigenen Konsum führt. Im Alltag ist das für viele jedoch sehr fern und schwer greifbar und somit auch nicht allzu einfach umsetzbar.

Viele dieser Punkte setzen wir so bereits in unserer Philosophie um. Wir produzieren vieles selbst oder kaufen es bei lokalem und befreundetem Produzenten: innen ein. In unserer Küche haben wir kaum bereits verarbeitete Lebensmittel.

(Wie) Unterscheidet sich deine Philosophie?

So wie es klingt überschneiden sich viele Punkte des Food Trends „Terrapy“ mit unserer eigenen Philosophie. Was wir noch inkludieren, ist vor allem das Lokale

Handwerk und die Geschichte der Alpen, welche wir vor allem an unseren Esswahrnehmungen miteinbinden.

Deine Philosophie klingt eigentlich sehr naheliegend. Dennoch hat dies in der Schweiz so scheinbar noch kein Restaurant vor Dir gemacht. Weshalb?

Rein traditionell hatten wir früher vermutlich einige solche Konzepte. z.B. ein Gutshof. Es gibt auch heute bereits Betriebe, welche dies im Einzelnen so umsetzen.

Es ist jedoch eine sehr komplexe Angelegenheit. Für mich ist es, eine stetig wachsende Verknüpfung zwischen Natur, lokalem Handwerk, Landwirtschaft und Gastronomie, welche in diesem Ausmass vermutlich noch nicht so häufig umgesetzt wurde. Oder wir kennen diese Betriebe einfach noch nicht.

Kannst du deine Philosophie konsequent umsetzen? Wo gibt es Herausforderungen?

Ja wir setzen diese Philosophie konsequent durch. Natürlich bringt diese Arbeitsweise immer wieder grosse Herausforderungen mit sich und sie bedeutet auch eine Art von Verzicht, da wir nur mit Lebensmitteln arbeiten, welche aus dem alpinen Raum stammen. Das heisst konkret: Keinen Kaffee, keine Schokolade und keine Gewürze aus fernen Ländern, welche wir hier nicht anbauen können. Auch Pfeffer, Gelatine oder Agar-Agar wird bei uns nicht eingesetzt. Das schränkt uns nicht nur im Geschmack, sondern auch in den Texturen ein. Es eröffnet uns jedoch auch den Zugang zur Welt, in der wir leben, dem Geschmack der Heimat. Wir tüfteln an Ideen, welche wir ohne diese Einschränkung nie erarbeiten würden. Wir vertiefen uns enorm in dem, was wir zur Verfügung haben und kommen so auf grossartige neue Geschmackskombinationen und Texturen.

Die exklusiven Esswahrnehmungen, die ihr anbietet, versprechen sehr viel. Diese haben mit 350.- für ein 9-Gänge Menu durchaus ihren Preis. Wie viel Arbeit und Aufwand stecken dahinter?

Unsere Esswahrnehmung ist vergleichbar mit einem Theater oder einer Kunstaussstellung. Wir arbeiten rund 650 Stunden (8-10 Wochen) daran ein neues Konzept auszuarbeiten, bevor wir die ersten Gäste empfangen. In den 5-stündigen Events, begleitet von passenden Getränken und Geschichten zum alpinen Raum, tauchen unsere Gäste in die Welt des Geschmacks ein, der uns tagtäglich umgibt. Unser 9-Gang-Menü verbindet das Handwerk und die Kultur der Region, sodass alle Sinne in dieses besondere Erlebnis eintauchen.

Ginge es auch „einfacher“?

Nein. Wir machen seit bald 10 Jahren unsere Esswahrnehmungen. Dieses Konzept ist ein in sich geschlossener Event. Diese Werte und die Tiefe, welche wir vermitteln möchten, sind nur mit diesem Aufwand möglich. Die alpine Naturküche hingegen kann in vielen Facetten gelebt werden. Wie zum Beispiel beim Mittagessen, welches wir für unser Team während dem Heuen kochen, oder auch während unseren Events in der 2ten Jahreshälfte. Es geht darum, lokale, sorgfältig und naturnah produzierte Lebensmittel zu integrieren, sie mit Bewusstsein in der Küche zu verarbeiten und so auf den Teller zu bringen. Die alpine Naturküche ist somit in jedem Haushalt umsetzbar.

Lebst du diese Philosophie auch privat?

Im tiefen Grundsatz ja. Wenn immer möglich, lege ich sehr grossen Wert auf lokale, zukunftsorientierte, naturnah produzierte Produkte.

Wie praktikabel ist das als Privatperson im Alltag?

Es ist wie mit allen Essgewohnheiten, zum Beispiel bei einer Glutenallergie oder einer veganen Lebensweise. Es erfordert Aufwand und Mühe, herauszufinden, wo wir die gewünschten Lebensmittel beziehen können. Doch sobald man sich eingerichtet hat, ist es ein Automatismus.

Was ist dazu nötig?

Eine gründliche Recherche und ein Bewusstsein für die Lebensmittel und Produzent: innen in unserem Umfeld. Zusätzlich braucht es den Willen, sich die Zeit zu nehmen, eigene Gewohnheiten zu ändern und offen für Neues zu sein.

Deine Gerichte, deine Kochphilosophie ist ganzheitlich gedacht. Das erste Wort zur Beschreibung deiner Gerichte ist „ursprünglich“. Ist deine Kochphilosophie mehr eine Wieder-Entdeckung als eine neue Erfindung?

Zum einen ist es eine Wiederentdeckung, von alten Traditionen, lokalen Produkten und Wildpflanzen. Zum andern, ist es ganz stark auch ein Entdecken neuer Möglichkeiten. Durch das sich verändernde Klima, können im Alpenraum im Vergleich zu anderen Jahrhunderten andere Kulturen angebaut werden, welche wir in unserer Küche einfließen lassen. Mit Erfindungen bin ich stets sehr vorsichtig. Es wurde bereits so vieles ausprobiert und gelebt. Da ist es schwer genau zu sagen, ob es eine Erfindung ist oder nicht. Vielmehr denke ich, dass wir in eine neue Zeit eintreten, mit einem erweiterten Spektrum an Geschmacksrichtungen auf dem Teller oder im Glas.

Weshalb haben wir den Zugang zu natürlichen, lokal produzierten Lebensmitteln verloren?

Haben wir ihn verloren? Oder war der Ansatz ein ganz anderer? Meine Grosseltern kochten beispielsweise nicht mit Wildpflanzen. So wie ich durch Erzählungen meiner Vorfahren erfahren habe, war bei ihnen vor allem nicht viel Diversität möglich. Man baute Kartoffeln an, etwas Getreide, kaum Gemüse und hatte ab und zu Fleisch auf dem Tisch. Wildpflanzen wurden nur dann gegessen, wenn wirklich nichts anderes mehr da war. Mit dem Wohlstand kamen neue Lebensmittel und neue Möglichkeiten an den Tag. Die Konserve hielt Einzug und wir verliessen uns mehr und mehr auf die Industrie. Da dies auch den Alltag erleichterte.

Unsere Gesellschaft verändert sich fortwährend. In den Säumer Zeiten war die Auswahl an Gewürzen und damit auch die kulinarische Vielfalt wohl deutlich grösser. Als diese Zeit zu Ende ging, änderte sich auch das. Es ist ein stetiger Wandel. Die Möglichkeit, heute eine so grosse Vielfalt an Gemüse, Getreide und Kräutern anzubauen, ist eine vergleichsweise junge Entwicklung und eröffnet uns im Alpenraum kulinarische Optionen, die es früher kaum gab.

Ich bin überzeugt das wir diese Vielfalt an Lebensmitteln, kombiniert mit der verfügbaren Zeit und den technischen Möglichkeiten der Landwirtschaft und Gastronomie, noch nie hatten. Wir haben sehr viel Bewegungsfreiheit. Wir agieren Global und haben Zugriff auf so viel Wissen wie noch nie zuvor. Was neue Kombinationen und Ideen hervorruft.

Wird sich diese Art der Ernährung - als Trend - durchsetzen, was denkst du?

Diese Frage passt sehr gut zu unserer aktuellen Esswahrnehmung, welche den

Gästen unter dem Motto «Philosophie» präsentiert wird. Dabei reden wir unter anderem genau über solche Themen.

Wir würden uns eine Etablierung dieses Trends wünschen. Dies ist jedoch nur möglich, wenn die sozioökonomischen Umstände dies auch zulassen.

(Abgesehen von den Kochkünsten) Könnten wir uns alle nach deinem Grundsatz ernähren?

Dies ist eine Frage, welche mich ständig beschäftigt. Das, was wir in der Esswahrnehmung kreieren, ist abgesehen von meinen Kochkünsten nicht für den Alltag geeignet. Soll es jedoch auch nicht! Es ist vielmehr ein Aufzeigen der Möglichkeiten, welche uns zur Verfügung stehen.

Der Grundsatz, woher das Essen kommt, sich damit auseinander zu setzen, was das Essen auslöst und wie es uns Energie liefert, ist durchaus mit wenig Aufwand umsetzbar. Für mich ist dies wie eine Altersvorsorge. Ich sehe es als Investition in meine Gesundheit und mein Tägliches Wohlfühl.

Die Naturküche ist aus meiner Sicht umsetzbar. Da es jedoch noch wenig Literatur dazu gibt überlegen wir uns ein Buch über Alpine Naturküche, im Alltag zu schreiben.

Möchtest du mehr wissen? Hier gehts weiter....



Familie
Richter

Ernährungstrend Terrapy

Ernährungstrend: Nur alte Klassiker in neuem Gewand?

[Familie Richter - Hauptartikel](#)

13. 05. 2025

Ernährungstrend: Nur alte Klassiker in neuem Gewand?