

STOCKALPER-ALCINA-MENU AUS DEM 17. JAHRHUNDERT

Verehlen in einer gelben briene

Forellen aus Alcinas Inselreich an einer
Safranbrühe



Vögell im gescherb

Pouletbrust mit Apfel und Alcinas geheimen
Zauberspezereien auf Brotfladen



Ein birenddurkten

Alcinas süsse Versuchung: ein gestürzter
Birnenkuchen

Barocke Gaumenfreuden

Im Stockalperarchiv hat sich ein handgeschriebenes Kochbuch des ausgehenden 16. Jahrhunderts erhalten, das allem Anschein nach in der Küche des grossen Stockalper Verwendung fand. Das dreigängige Stockalpermenu hat der Patron des Schlosskellers nach diesen Rezepten zubereitet.

Die frühzeitliche Küche war zu grösserer Vielseitigkeit fähig, als man gemeinhin annimmt. Freilich richtete sich der Speisezettel stets nach den saisonalen Angeboten aus Feld und Garten, denn die Konservierungsmöglichkeiten für leicht verderbliche Lebensmittel waren beschränkt. Das heisst aber auch, dass meist frische Gemüse und Früchte auf den Tisch kamen im Gegensatz zum Fleisch, das nicht selten schon abgestanden roch und deswegen selbst in vornehmeren Küchen zuerst gesotten wurde bis zum Verlust des Eigengeschmacks, dann gebraten und schliesslich mit starken Gewürzen wie Pfeffer, Ingwer, Zimt, Nelken, Koriander, Safran oder Muskat überdeckt wurde.

Die Menükarte war aber auch abhängig vom sozialen Rang des Hauses und dessen finanziellen Möglichkeiten. Ein Adeliger speiste anders als der Geselle oder Bauer. Oft finden sich etwa in Handwerkerverträgen Formeln wie: „victus prout decet tali famulo“ (Speise, wie sie sich für einen solchen Gesellen geziemt). Wenig kaufkräftige Haushalte konnten sich die teuren Gewürze vielleicht an Festen, gewiss aber nicht alle Tage leisten. In ärmeren Häusern war oft Schmalhans Küchenmeister, bei Missernten zumal hielt man sich mit „Hungerbrot“ (aus unreifer Ackerfrucht, Spelze, Eicheln oder gar Laub und Gras) am Leben. Was Wunders, dass die ausgehungerten Leute an Festen oder Schlachttagen, wenn mal die Lebensmittel im Überfluss vorhanden waren, zuschlugen, was der Wanst hielt. Von daher rühren die etwas schiefen Bilder von den spätmittelalterlichen Fress- und Sauforgien.

Schliesslich bestimmte auch die Kirche in hohem Masse, was die Tafel bieten durfte. Neben der 40tägigen Fastenzeit gab es „Trauerfasten“ (bei Todesfällen), „Reinigungsfasten“, Fasten als Bussübung oder als organisierte Gemeinschaftsaskese, und ebenfalls vor zahlreichen Kirchenfesten übten sich die Menschen in teilweiser oder gänzlicher Abstinenz. Derart war der Fleischverzehr nahezu das halbe Kalenderjahr verboten oder eingeschränkt und die Ernährung wich aus auf Fisch, Gemüse, Kräuter, Brot, oft strich man selbst Eier, Molkenprodukte und Fisch von der Einkaufsliste.

Hauptnahrungsmittel der frühzeitlichen Mittel- und Unterschicht war das Getreide, Dörrgemüse und -obst: Gerste, Hafer, Hirse, Roggen, Weizen, Bohnen und Erbsen, Apfel- und Birnenschnitze, Pflaumen etc. Den täglichen Brotkonsum hat man auf 1-1,5 kg errechnet. Hinzu kommen Hirsebrei und Hafergrütze, Bohnen-, Erbsen-Gerstensuppen und vor allem die zahlreichen Müesli auf Molkenbasis. Eidgenössische Söldner haben tatsächlich als Ursache ihres Heimwehs die heimatlichen Milchsuppen und „Müeser“ angegeben. Neben diesem Grundstock der Lebensversorgung galt alles andere im Volk eher als leckere Zuspeise denn als Lebensmittel. Wie gross der Anteil von Fleisch, Fisch, Käse oder Wein an der Ernährung war, hing freilich sehr stark von der Nahrungsmittelproduktion der unterschiedlichen Landstriche ab.

Das **dreigängige Stockalper-Alcina-Menu** dürfte etwa dem Standard in einem gutbürgerlichen Haus an einem gemeinen Sonntag ausserhalb der Fasten entsprochen haben. An grösseren Festen tischte man allerdings bis zu acht, zehn oder mehr Gänge auf.

Wie das Essen in der Stockalperzeit ganz genau geschmeckt hat, können wir erahnen, wissen es aber nicht präzise. In den Kochbüchern fehlen allermeist die Mengenangaben für Gewürze und Zutaten. Aus dem Vergleich der verschiedenen Rezepte und Schilderungen von Tafelfreuden gelangt man jedoch zu annähernd verlässlichen Vorstellungen. Diese hat der Schlosskeller-Patron in seinem Dreigänger verwirklicht.