



Lecker muss nicht immer aufwendig sein. Hier eingelegte Radieserl mit selbst gebackenem Brot als Starter beim Restaurant Kuhlmanns in Neustadt an der Waldnaab.



Sogenannte Schornblat als Traditionsbackwaren sind vor allem in der östlichen Oberpfalz bekannt. Der Bäcker Irrgang in Chamerau (bei Cham) stellt sie her.

## Kartoffelig, bratwurstig und sauer

Slow Food Regensburg/Oberpfalz macht sich für regionale und saisonale Produkte zu fairen Preisen stark. Beim Genussführer steht die Freude am Essen im Vordergrund

Von Elisabeth Weiten

**B**odenständig ist sie, die Oberpfälzer Küche. „Typisch sind zu allererst einmal die Kartoffeln – nicht ohne Grund wird die Oberpfalz auch Erdäpfelpfalz genannt“, sagt Ralf Hartleb. So landen die Kartoffeln auch in allen Varianten auf dem Teller – als Salzoder Bratkartoffel, Reiberdatschi bis hin zu Kartoffelknödeln. Aber die letzten beiden „natürlich immer nur frisch gerieben“, betont Hartleb. Was ebenfalls nicht wegzudenken sei aus der regionalen Küche sind neben Bratwürsten die Fische – seien es Forellen oder noch häufiger: Karpfen. „Und was wäre die Oberpfalz ohne ihr Bier?“, sagt Hartleb und lacht. Er muss es wissen. Er ist Leiter des Genussführers der Region Regensburg/Oberpfalz der hiesigen Slow-Food-Bewegung. Zusammen mit gut zehn anderen Freunden des guten Essens, der sogenannten „Genussführertestgruppe“, durchforstet er ehrenamtlich jedes Jahr die Region nach Gasthäusern, die die Kriterien der Slow-Food-Bewegung „gut, sauber und fair“ erfüllen.

### Slow Food in 80er-Jahren in Italien gegründet

Ursprünglich wurde die Bewegung in den 80er-Jahren in Italien gegründet, um die Esskultur des Landes zu erhalten. „Dazu wurde auch ein Genussführer entwickelt, der bald über die Grenzen hinaus bekannt wurde“, sagt Hartleb. In den 1990er-Jahren wurde auch in Deutschland der erste Slow-Food-Verein in Königsstein im Taunus gegründet. Etwas später wurde von einem Münchner Weinhändler auch ein eigener deutschlandweiter Genussführer herausgegeben. Heute hat der Verein bundesweit 12000 Mitglieder. „Und seit circa 15 Jahren gibt es auch einen regionalen Slow-Food-Verein Regensburg/Oberpfalz“, klärt Hartleb auf. Eine Hauptaufgabe ist das Testen von Restaurants auf die Slow-Food-



Ein scheinbar kleines Buch mit sehr viel leckerem Inhalt: Ralf Hartleb vom hiesigen Slow-Food-Verein präsentiert den jüngsten Genussführer. Dort werden Gaststätten aufgelistet, die regionale und saisonale Produkte verwenden und für die Gegend typische Gerichte kochen.

Foto: Elisabeth Weiten

Kriterien. „Das bedeutet konkret, dass die Gasthäuser zum einen saisonale Küche haben müssen – und beispielsweise keine frischen Tomaten im Januar verwenden“, so Hartleb.

Zweitens sollten überwiegend regionale Produkte verwendet werden. Und zuletzt müsse es sich bei den Gerichten um typisch regionale Rezepte handeln. Um Haute Cuisine gehe es nicht. „Nein, die Preisobergrenze für ein Dreigang-Menü soll bei 50 Euro liegen.“ Wer all diese Kriterien erfüllt, wird dann offiziell mit einer Urkunde in den Genussführer aufgenommen.

„Gerade erst Anfang April wurde der Brauereigasthof Eichhofen offiziell ausgezeichnet“, berichtet der Essensfachmann. Die Wirtschaft westlich von Regensburg produziere nicht nur eigenes Bier, sie habe auch

über längere Zeit ein Netz an regionalen Lieferanten aufgebaut und kleine Akzente gesetzt wie einen eigenen Kräutergarten. „Hier verbindet sich außerdem Tradition und Moderne“, sagt Hartleb. So bekämen Einheimische weiterhin ihren Schweinebraten mit Kartoffelknödel, aber der Koch habe genauso Freude daran, mal ein ausgefallenes Gericht mit Tauben zu zaubern.

Rund 15 Restaurants haben es in den letzten Genussführer geschafft (Erscheinung alle zwei Jahre). Gerade wird wieder für den neuen Führer getestet. „Wir suchen dann jeweils Restaurants, von den wir glauben, dass sie die Kriterien erfüllen“, so Hartleb. Vor Ort werde dann anonym ein Tisch bestellt und insgesamt werde das Gasthaus zweimal von fünf bis sechs Personen getestet. „Wir haben Restaurants,

die Michelin-Stern-Niveau haben – aber wir haben auch ganz einfache Boazn, die einen unübertroffenen Schweinebraten machen“, so Hartleb. Im Gegensatz zu professionellen Michelin-Stern-Testern gehe es bei der Genussführertestgruppe weniger um Details und Koch-Techniken. „Der Gesamteindruck zählt – daneben sind uns aber der Genuss und vor allem die Freude am Essen wichtig.“

Nebenbei entdecken die Genussführer-Tester auch gleich noch ganz neue Ecken ihrer Heimat. „Ja, wir wollen durch unsere Arbeit auch die Region voranbringen und verstehen uns als Partner der Wirte, wodurch ihnen auch Türen geöffnet werden sollen.“ Indem vielleicht ganz andere Kunden auf die eine oder andere Wirtschaft aufmerksam werden. Oder indem sie Betreiber von Gast-

häusern und Bauern oder andere Lebensmittelhersteller, die nach den Kriterien „gut, sauber und fair“ produzieren, miteinander bekannt machen.

### Bewusstseinsänderung bei Lebensmitteln

So hat Slow Food Regensburg/Oberpfalz auf seiner Homepage einen Einkaufsführer für die Region erstellt, der Informationen über Wochenmärkte, Hofläden oder andere Stellen, an denen Lebensmittel nach Kriterien der Bewegung verkauft werden, gibt. „Es ist schon klar, dass regionale Märkte andere Preise haben als im Supermarkt und dass sich viele Menschen, gerade auch Familien, das nicht leisten können“, sagt Hartleb. Das sei vollkommen verständlich.

Doch laut ihm geht es darum, auch bei Lebensmitteln genauer hinzuschauen, manches Essverhalten zu hinterfragen (beispielsweise der Umgang mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum) und so eine langsame Bewusstseinsänderung zu erreichen. „Konkret könnte das bedeuten, dass ich mal ein gutes Fleisch von einem Bauernhof kaufe und merke, dass das geschmacklich einen Unterschied macht“, so Hartleb.

### ■ Lust auf Slow Food?

Wer im wahrsten Sinne des Wortes Appetit bekommen hat, die Slow-Food-Bewegung in der Region kennenzulernen, kann ganz unverbindlich zu einem Stammtisch (erster Montag im Monat) vorbeikommen. Darüber hinaus organisiert der Verein auch Führungen zu Betrieben oder in diesem Jahr in Zusammenarbeit mit dem ADFC eine Genussradeltour. Auch für Kinder bietet der Verein immer wieder Aktionsangebote wie Miniköche-Kochkurse oder Apfelsaftpressen. Weitere Infos unter [www.slowfood.de/slow\\_food\\_vor\\_ort/regensburg\\_obepfalz](http://www.slowfood.de/slow_food_vor_ort/regensburg_obepfalz).



Slow Food Regensburg/Oberpfalz führt regelmäßig Exkursionen durch, die auch für Nicht-Mitglieder offen sind. Hier auf der Streuobstwiese beim Biobauernhof Heldrich in Birgland.

Alle Fotos: Slow Food Regensburg/Opf



Auch der Besuch des selten geworden Gelbviehs auf dem Biobauernhof Heldrich stand auf dem Programm.