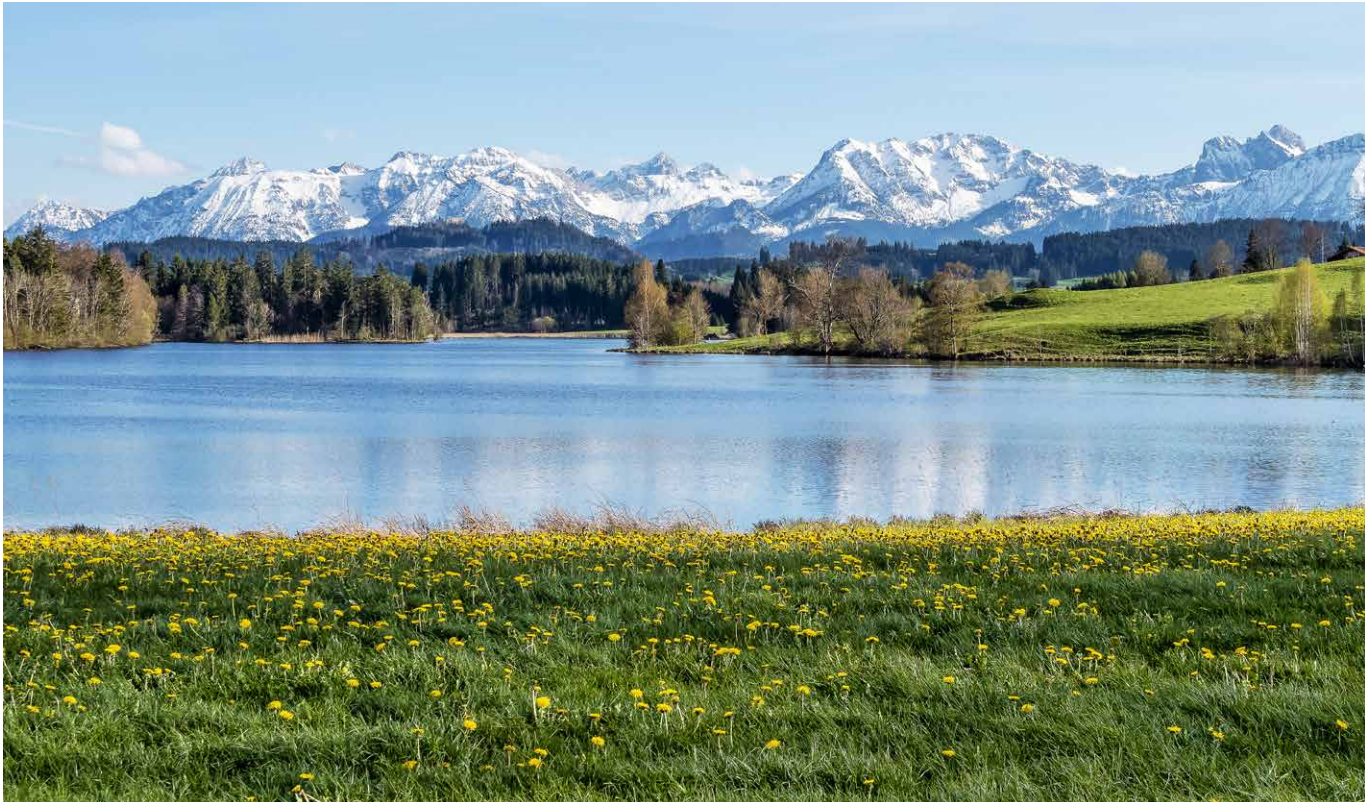




Die Wiese im Topf

Wer sagt eigentlich, dass Heu nur auf der Wiese liegt? Im Allgäu landet es im Topf und verwandelt eine Küche, die tief in der Region verwurzelt ist, in etwas überraschend Eigenständiges. Im Gasthof Rose in Oy-Mittelberg kocht Alfred Endres mit Bergwiesenheu, als wäre es das natürlichste Gewürz der Welt. Zwischen Bergwiesen-Heusuppe und im Heu gegartem Rumpsteak entsteht eine Küche, die nach Höhe schmeckt, nach Kräutern duftet und das Allgäu auf eine ganz unmittelbare, ursprüngliche Art auf den Teller bringt.





Im Gasthof Rose in Oy-Mittelberg läuft der Betrieb ruhig, fast selbstverständlich. Man hört Gläser, Stimmen, aus der Küche kommt Wärme – und ein Geruch, der nicht sofort einzuordnen ist. Irgendwo zwischen frischem Heu, Kräutern und einem klassischen Bratenduft.

Hier kocht Alfred Endres seit vielen Jahren mit Bergwiesenheu. Seit 1995 gehört das bei ihm einfach dazu. „Das ist eigentlich nichts Besonderes“, sagt er ganz unaufgeregt. Für ihn ist Heu kein Gag und kein Trend, sondern eine traditionelle Zubereitungsart, die nur in Vergessenheit geraten ist. „Wenn Sie in alte Kochbücher schauen, finden Sie das ständig“, sagt er. Früher habe man Braten in Heu eingewickelt oder darin gegart – ganz selbstverständlich.

Heute macht er genau das wieder. Im Gasthof Rose wird das Heu entweder als Sud genutzt oder direkt zum Garen verwendet. Fleisch oder andere Zutaten liegen dann im Heu und nehmen langsam dessen Aroma auf. „Das gibt ein besonders würziges Aroma“, sagt Endres, ohne große Worte darum zu machen.

Auf der Karte stehen dann zum Beispiel Bergwiesen-Heusuppe oder ein Rumpsteak vom LandZunge-Rind, das im Heu gegart wird. Klassische Wirtshausküche, aber mit einer kleinen Besonderheit. Nichts wirkt übertrieben oder konstruiert – eher wie eine ehrliche Ergänzung zur regionalen Küche.

Das Heu hat er immer im Haus. Es gehört einfach zur Küche dazu wie Salz oder Brühe. Mal wird daraus ein Sud gekocht, mal dient es direkt als Grundlage zum Garen. Woher es kommt, ist ihm wichtig: aus Pfronten, von Bergwiesen auf über 900 Metern Höhe. Dort wird nicht gedüngt und nicht beweidet. „Da wachsen über 70 Kräuter pro Quadratmeter“, sagt er. Arnika, Schafgarbe, Blutwurz, Pimpinelle – alles Pflanzen, die man sonst eher aus der Kräuterkunde kennt als vom Teller. ...



Alfred Endres mit Andrea.
Gastgeberduo mit Sinn für das Echte,
das Einfache und das Gute dazwischen.



Der Gasthof selbst ist ein klassisches Allgäuer Wirtshaus. Seit 1878 gibt es die „Rose“ in Mittelberg. Viel Holz, viel Geschichte, viel Alltag. Ein Treffpunkt für Einheimische und Gäste, die genau das suchen: gutes Essen ohne Umwege. Dazu kommt ein Hotel mit 19 Zimmern und Halbpension.

Die Küche bleibt bodenständig. Kässpätzli, Zwiebelrostbraten, Apfelkühle, saisonale Gerichte – alles frisch gekocht, regional gedacht. Im Winter gibt es freitagabends ein Allgäuer Schmankerlbuffet, oft begleitet von Musik aus der Region. Kein großes Programm, eher ein geselliger Abend, wie er hier schon lange üblich ist.



Alfred Endres selbst hat die Heuküche nicht erfunden, aber für sich weitergeführt. Schon 1995 hat er sich mit anderen Köchen zusammengeschlossen, die ähnliche Ideen hatten – daraus entstand die Gruppe der Allgäuer Heuwirte, die es bis heute gibt. Die Grundidee ist geblieben: regionale Küche, mit einem Blick auf alte Methoden.

Am Ende ist der Gasthof Rose genau das, was er immer war: ein Wirtshaus, in dem gekocht wird, was zur Gegend passt. Nur dass hier eben manchmal Heu im Topf landet – und genau das den Unterschied macht, ohne dass es groß betont werden muss.

Autorin: Jasmin Lutz



Bio Urdinkel-Nudeln aus dem Allgäu.

Ehrlich. Regional. Verträglich.

Bioland

Aus regionalem Bio-Urdinkel der Sorte Oberkulmer Rotkorn.

Handwerklich hergestellt im Allgäuer Familienbetrieb seit über 30 Jahren.

ECHTER URDINKEL

- › regionaler Bioland-zertifizierter Urdinkel
- › Sorte Oberkulmer Rotkorn aus Süddeutschland
- › nicht weitergezüchtet, besonders bekömmlich
- › reich an Ballaststoffen & Mineralstoffen

GESUNDE VIELFALT

- › Spaghetti, Spirelli, Tagliatelle, Radiatori, uvm.
- › helles Mehl, Vollkorn oder bunt mit Geschmack
- › für zu Hause & Gastronomie: 500 g, 5 kg oder 12,5 kg in Papier oder Kunststoff
- › deutschlandweite Lieferung



Folgt uns gerne auf Instagram:
@dinkelnudeln.moser.bio

Mehr im Online-Shop:
www.dinkelnudeln-moser.de

