

## FOOD-FACTS

Seit Jahrhunderten gehört Senf zu den bedeutendsten Gewürzen überhaupt.

# Im 1. Jahrhundert

... verfasste der römische Autor Columella das erste überlieferte Rezept zur Senfzubereitung. Erst im 8. Jahrhundert wird Senf dann erstmals in Mitteleuropa, in einer Schrift Karls des Grossen, erwähnt.

## S=C=N-R

... ist die chemische Struktur von Isothiocyanat, das als «ätherisches Senföl» bekannt ist. Dieses Öl sorgt für den typisch scharfen Geschmack von Senf, aber auch von Wasabi, Meerrettich, Radieschen, Rucola und Kresse.



# 540 454

# Tonnen

... Senfsamen wurden im Jahr 2020 weltweit geerntet. Grösster Produzent ist Nepal mit 214 055 Tonnen, gefolgt von Russland (103 033 t) und Kanada (98 800 t).



## 3 Fragen an ...

*Michael Morskoi, Gründer von Chalira, der in Aarau mit seinem Team mit viel Handarbeit und Leidenschaft biologischen Senf, Gewürzmischungen, Würzpasten und Tee produziert.*

### 1. Senfsaat ist ja mittlerweile ein rares und begehrtes Gut: Woher bezieht ihr eure Rohstoffe und welche Kriterien spielen bei der Auswahl eine Rolle?

Für die Beschaffung von biologisch angebauter Senfsaat legen wir Wert auf die Region, es gibt im Aargau, in Luzern und im Zürcher Weinland viele Bauern, die diesen Rohstoff anbauen. Einen Versorgungsengpass hatten wir noch nie, viel von der braunen Senfsaat beziehen wir vom Biohof Trottengarten in Oberstammheim. Die Industrie setzte schon immer auf günstiges Saatgut aus der Ukraine, Russland und Kanada, was etwa 95% der Senfsaat weltweit ausmacht. Das Knotenrisiko und die ausgelagerte Produktion ins Ausland machen sich in einer Krise schnell bemerkbar. Als Kleinproduzent haben wir die Möglichkeit, viel bessere regionale Qualität einzukaufen. Das hat seinen Preis, welchen wir aber bei unseren Produkten mit dem höheren Anteil an ätherischen Ölen (für intensiveren Geschmack) wettmachen.

### 2. Euer Senf wird «traditionell» hergestellt: Was heisst das genau?

Der Geschmack von traditionell hergestelltem Vollkorn-Senf ist unglaublich spannend und intensiv, er ist lebendig und mit diversen Nuancen, eine wahrhaftige Bereicherung am Tisch und in der Küche. Wir arbeiten nach traditionellen Methoden, welche bis in die Römerzeit zurückreichen; etwa auf einer nachgebauten Steinmühle im sogenannten «Kaltmahlverfahren», das heisst, durch die Granitsteine wird die Senfmaische im «Nassmahl-

verfahren» während 4–7 Stunden einmal oder mehrmals vermahlen. Durch das Volumen und die Kühle der Steine entsteht keine Hitze durch die Reibung, somit bleibt das wertvolle Senföl erhalten, auch im darauffolgenden vierwöchigen Reifeprozess, bis der Senf fertig fermentiert ist. Ein wichtiges Detail ist, dass Senf traditionell mit Verjus oder Most aus unreifen oder reifen Früchten (Trauben, Äpfel, Birnen und Wildobst) angesetzt wird. Das macht einen guten Senf aus. Heute wird oft der sehr dominante Essig verwendet. Der Verjus aus Trauben ist ein unglaublich spannendes Lebensmittel, das leider immer mehr verschwindet. Die Römer benutzten das in unseren Breitengraden als Zitronensaftersatz, das funktioniert auch super in Getränken, Salatsaucen usw. Wir beziehen unseren Verjus von einer Biowinzerin in der Region. Ein Natursenf aus dem ganzen Korn hat auch für die Gesundheit sehr positive Eigenschaften: Das Senföl hat eine hemmende Wirkung auf Viren und Bakterien.

### 3. Zu welchen Speisen passen eure Senfkreationen besonders gut?

Unser Lebkuchensenf «Gretel» passt super zum Raclette oder sogar zu Vanilleglace. Unser Biersenf «Cervisia» ist eine spannende Würzpaste in Sandwiches, zu grilliertem Tofu, Fisch oder Fleisch. Mein Favorit ist der Dijon-Senf «Lefort», der passt mit seiner Schärfe wunderbar in Salatsaucen oder Senfsaucen. Ein absoluter Topseller ist bei uns der süsse Birnensenf «Mustarda», er passt perfekt zu Chicorée oder zu rezentem Käse. [www.chalira.ch](http://www.chalira.ch)