



## AUSGELÖFFELT

# Guarda Val, Lenzerheide

Das «Guarda Val» in Sporz bei Lenzerheide besticht durch wahre Gaumenfreuden aus den Töpfen von Chefkoch Karl-Heinz Schuhmair, der mit 16 «GaultMillau»-Punkten und einem «Michelin»-Stern ausgezeichnet ist. Von Susanne Turra

Über das Maiensässhotel «Guarda Val» in Sporz liesse sich eine Menge erzählen. Nicht nur, dass der Weiler, der auf 1600 Metern Höhe oberhalb Lenzerheide liegt, eigentlich nur aus ebendiesem Hotel besteht. Besagtes kann nämlich gleich mit elf Häusern aufwarten, während ansonsten gerade mal fünf Familien in Sporz leben. Nein. Die 50 Hotelzimmer mit 100 Betten befinden sich in bis zu 300 Jahre alten, umgebauten Hütten und Ställen. Klar, dass solch uralte Wände so manche Geschichten beherbergen. Wir wollen unser Augenmerk heute aber vornehmlich auf die Küche richten. Diese soll nämlich – so ist uns zu Ohren gekommen – ganz vorzüglich sein ...

**Kein Schickimicki – ehrlich, echt**  
Nach dem sonntäglichen 5-Uhr-TEE in der «Sporzer-Bar» bitten die Gastgeber, Christine Abel und Matthias Wettstein, sogleich zu Tisch. Das Restaurant «Guarda Val» besticht durch elegantes Ambiente mit altem Gebälk. Ein Balkon gibt den herr-

lichen Blick ins Tal frei. Chefkoch Karl-Heinz Schuhmair, der mit 16 «GaultMillau»-Punkten und einem «Michelin»-Stern ausgezeichnet ist, führt hier das Regime. Wer es einfacher mag, kann sich im Restaurant «Crap Naros» im Nachbarhaus mit guten und preiswerten lokalen Gerichten verwöhnen lassen. Auch dieses Restaurant mit Dorfbeiz-Charakter steht unter Schuhmairs Aufsicht. Wir entscheiden uns für Gourmet. Und so geben uns die Gastgeber vertrauensvoll in die Hände von Chefkoch Schuhmair und Restaurantleiter Aldo Perolini. Letzterer führt uns sogleich in den Weinkeller. Wir wählen den BiancoTicinense und den roten Guado al Tasso, Antinori, im Offenausschank. «Schickimicki ist nichts für mich», erklärt derweil Chefkoch Schuhmair. «Meine Küche ist ehrlich und echt.»

### Bio allein genügt nicht

Dann verschwindet er in der Küche und schickt gleich einen Gruss heraus. Ein Karotten-/Orangensüppi mit Kokosschaum, Jakobsmuscheln auf Weisskraut und ein Thunfischmosaik auf Melonenkonfit. Köstlich. Auch die Kinder werden verwöhnt – mit Kalbsgeschnetzeltem und Reis sowie Rehrücken im Salzteig und gefüllten Wirzköpfchen mit Rehpfeffer an handgeschabten Spätzle. Ein Genuss. Dann gehts los mit dem 6-Gang-Degustationsmenü. Dreierlei Röllchen vom Rinderfilet mit warm konferiertem Gemüsesalat und grüner Peperonisaucе. Hmmm. «Ich nehme, was die Gegend hergibt», sagt Schuhmair. Dazu gehören Rindfleisch, Kalbfleisch und Ziege. Diese Materialien weisen mit Sicherheit



Bio-Qualität auf. Nur – Bio allein genügt nicht. «Für eine Sterne-Küche braucht es viel Kreativität und auch ein paar Tricks», betont der Chefkoch und zwinkert uns zu. Dann verschwindet er wieder in der Küche. Und schon wird uns eine Kalbschwanzessenz unter der Blätterteighaube serviert. Lecker. Auch der warm geräucherte Kräuterpfeffer-Lachs auf Lauchgemüse und Basilikum mundet vorzüglich.

### Sehen, was man isst

Nach so vielen Schlemmereien müssen wir nun doch eine kurze Pause einlegen. Bleibt Zeit, um mit dem Chefkoch zu plaudern. «Die Molekularküche ist ein Gag, aber nicht mein Ding», erklärt der Deutsche, der aus der Nähe von Augsburg stammt. Er sei nun schon über acht Jahre im «Guarda Val». «Ich gehöre sozusagen zum Inventar.» In seiner Freizeit zieht es den Sterne-Koch immer wieder zurück in seine Heimat. «Dort kann ich auftanken», sagt er. Schuhmair bereist aber auch gerne

verschiedene Länder. «Ich gehe in die Welt hinaus um zu sehen, was angeboten wird», so der Fachmann. Wichtig sei, nicht am Markt vorbeizukochen. «Man soll meine Menüs mögen», betont er. Und: «Ich will, dass die Leute sehen, was sie essen.» Ja, dann wollen wir mal sehen. Und wir werden nicht enttäuscht. Das Berg-Lammcarrée unter Kräuter-Zitronensauce auf Auberginen-Zucchini gratin schmeckt herrlich. Auf die Alpkäseauswahl aus dem Maiensässkeller sowie den Apfel-Gries-Auflauf mit grünem Apfelsorbet verzichten wir dann wohlweislich. Da kommt ein Espresso mit hausgemachten Pralinen gerade recht. Oder halt. Sollten wir uns vielleicht doch noch gütlich tun an der Maronimousse im Baumkuchenmantel an Rotwein-Birnenkompott?

**Ein Trio bittet zu Tisch: «Guarda Val»-Gastgeber Matthias Wettstein und Christine Abel erhalten in der Gaststube Besuch von Küchenchef Karl-Heinz Schuhmair.**

Restaurant «Guarda Val», Christine Abel und Matthias Wettstein, Voa Sporz 85, 7078 Lenzerheide; Tel. 081 385 85 85; [direktion@guardaval.ch](mailto:direktion@guardaval.ch); [www.guardaval.ch](http://www.guardaval.ch); 365 Tage im Jahr geöffnet.



Das Gourmetrestaurant befindet sich in einer Maiensässhütte.

## Rudyard Kiplings erste grosse (Havanna-)Liebe

## SMOKE



Marc Portmann (27) ist Geschäftsführer des Tabakhauses Vaduz und der wohl jüngste Tabakexperte der Schweiz.

«Die Havanna oder ich ...», dieses Ultimatum wurde 1885 dem britischen Schriftsteller Rudyard Kipling von seiner Frau Maggie gestellt. Nachdenklich und erbot – hatte sie ihm doch einst versprochen, die Zigarre zu tolerieren – reflektierte er im Gedicht «The Betrothed» was er nun tun sollte. Aus diesem Poem stammt auch die oft zitierte Sequenz «There's peace in a Por Larrañaga ...». Offensichtlich waren für ihn die Puros dieser Marke etwas Besonderes; und das hatte seine Gründe.

Die Por Larrañaga gehört zu den ältesten Marken Kubas und hat über viele Jahre eine Spitzenposition eingenommen. Die Torcedores – früher war der Beruf des Zigarrenrollers ein Privileg der Männer – kamen stolz und aufrecht in Anzug und Krawatte zur Arbeit, denn nur die absolut Besten dieser Zunft schafften es bei Larrañaga aufgenommen zu werden. Trotzdem wagte die Firma 1925 den Einsatz von Maschinen in der Produktion. Nach wütenden Protesten der selbstbewussten Torcedores wurden diese jedoch schnell wieder abgebaut und in die USA zurückgeschickt. Diese kurze Episode schadete der Reputation der Marke nicht, sie hielt ihre Position im Markt. Gleichwohl blieben die Stückzahlen eher gering und die Larrañagas waren nie ganz leicht zu finden. Das ist auch heute noch so und scheint einer der Gründe für die hohe Qualität der Por-Larrañaga-Puros – aber auch mit ein Grund, dass der Bekanntheitsgrad der Marke in den letzten Jahren stetig zurückgegangen ist.

Die Havannas von Larrañaga sind mild, ölig, sehr aromatisiert und fast karamell-süss – aufgrund ihres intensiven Geschmacks aber dennoch keine Zigarren für Anfänger.

Für die Liebhaber dieser traditionellen Richtung hat Intertabak im Rahmen der diesjährigen «Edición Regional Suiza» eine alte Vitola von Por Larrañaga wiederbelebt: die Valioso, eine Figurado im Format Pyramide. Zwar keine kleine Zigarre, aber auch nicht so monströs wie andere aktuelle Vitolas. Ihre Tabakmischung lehnt sich an die alten Rezepte der Marke an um deren typischen Aromenstruktur abzubilden. Die verwendeten Tabake wurden sorgfältig gelagert und mit feinen Colorado-Deckblättern umhüllt. Wer gut gefüllte Zigarren in traditionellem Geschmack liebt, sollte hier zugreifen – die Valiosos sind ganz besonders gelungen.

Das bringt uns auch zurück zu Kiplings Dilemma: Seit 1834, als Ignacio Larrañaga seine eigene Marke gründete, gab es diese Puros schon, und nun sollte er sie aufgeben, (s)einer Frau zuliebe? Sein Fazit: «And a woman is only a woman, but a good Cigar is a Smoke. Light me another Cuba – I hold to my first-sworn vows. If Maggie will have no rival, I'll have no Maggie for Spouse!» So weit wir wissen, hat Maggie nachgegeben ...

**Por Larrañaga «Valiosos – Exclusivo Suiza»**, Pyramides-Format mit Ringmass 52 und 156 Millimetern Länge; Kiste à 25 Zigarren für 450 Franken, im Fachhandel erhältlich.

## BESSERESSER

## Winzers Weinsuppe

Wie kann man der Riesling X Sylvaner-Schwemme trotzen, fragte sich die Zürcher Winzerin Maya Reichling. Inspiriert durch eine Freundin kreierte sie ein ebenso köstliches wie einträgliches Süppchen. Nächtelanges Tüfteln und Testen brachten schliesslich die Winzers Weinsuppe hervor – ein Pulver, das zusammen mit zwei Dezilitern Wein (vorzugsweise natürlich Riesling X Sylvaner), zwei Dezilitern Wasser und zwei Deziliter Vollrahm zu einer herrlichen Suppe verkocht wird.

Die Trockenmischung bleibt das Geheimnis der Erfinderin. Die Suppe auslöffeln können aber Wein- und Suppenfans in der ganzen Schweiz. Denn Maya Reichling konnte von ihrer Suppenidee mittlerweile 15 Winzerkollegen aus acht Kantonen überzeugen, die nun ihre eigenen Riesling X Sylvaner zusammen mit dem Suppenpulverchen vom rechten Zürichseeufer verkaufen. *fam*

**Winzers Weinsuppe**, 24.50 Franken (Winzerpreis, im Detailhandel bis 29.50 Franken). Bestellungen und Informationen: [www.winzers-weinsuppe.ch](http://www.winzers-weinsuppe.ch). Oder bei der Erfinderin, Maya Reichling, Weinbau Mühle, Stäfa, Telefon 044 926 20 30.

