Jetzt leuchten die Öl-Kürbisse wieder in warmen Gelb- und Grüntönen auf den Feldern.

Die Ölscheichs der Ostschweiz

Im schaffhausischen Griesbach hat sich Familie Brütsch ganz dem Öl-Kürbis verschrieben. Das erstklassige Öl und seine Nebenprodukte sind eine Bereicherung für die Küche.

TEXT: ESTHER BIELER FOTOS: BEAT BIELER
REZEPTE & STYLING: ANDREA MÄUSLI FOTOS: DANIEL AESCHLIMANN

Foto-Potpourri der Kürbiskernöl-Produktion: von der Ernte auf dem Feld über das Pressen der Kerne bis zum Abfüllen des wertvollen Öls in schön etikettierte Flaschen. **Unten Mitte:** Rahel Brütsch mit ihrem Schwiegervater Jakob Brütsch vor dem Griesbachhof mit steirischen Öl-Kürbissen.

Wenn die Kürbisse auf den Feldern grösser und grösser werden, ist es definitiv Herbst geworden. Lange galten Kürbisse als minderwertig und wurden in der Schweiz kaum noch angebaut. Das hat sich Anfang der 1990er-Jahre geändert. Damals rollte aus den USA die Halloween-Welle an. Überall tauchten die orangen Riesen auf, zierten am 31. Oktober geschnitzt und beleuchtet Vorgärten und Fenstersimse. In Schrebergärten wurden regelrechte Riesen herangezüchtet und an öffentlichen Wettbewerben ausgestellt und gewogen. Kulinarisch mussten sich Kürbisse aber erst langsam wieder auf unseren heimischen Speiseplänen etablieren. Ausser Kürbissuppe gab es kaum interessante Rezepte. Heute gibt es Dutzende verschiedener Kürbissorten zu kaufen und eine unglaubliche Vielfalt an Gerichten: Kuchen, Lasagne, Sugo, Gratins, ja sogar in Trendgetränken wie dem «Spice Latte» ist das orange Gemüse vertreten.

Kürbisse sind ein wertvolles Lebensmittel und vollumfänglich verwertbar. Denn nicht nur das Fleisch, sondern vor allem die Kerne und das daraus gepresste Öl enthalten wichtige Vitamine und Fettsäuren.

Familienbetrieb mit eigener Ölmühle

Ganz dem Kürbis verschrieben hat sich die Familie Brütsch im schaffhausischen Griesbach und Barzheim. Seit 1998 bauen sie gemeinsam mit anderen Bauern den steirischen Ölkürbis an. Diese Sorte wächst auch in heissen und trockenen Gebieten wie dem Norden Schaffhausens, der eine eher regenarme Region ist. Anfangs liessen Brütschs das Öl noch in der Steiermark, später in einer Schweizer Ölmühle pressen. Doch 2017 entschied man sich, auf dem Griesbachhof eine eigene Ölmühle zu installieren, welche mit viel Herzblut von Jakob Brütsch betreut wird. Ehefrau Lydia baute während Jahren ein Netzwerk mit Hofläden und Marktfahrern auf, die Brütschs Kürbis-Produkte in ihr Sortiment aufnahmen. Für Marketing, Verkauf und Events ist heute Schwiegertochter Rahel Brütsch verantwortlich. Sie betreibt mit ihrem Mann Christoph einen eigenen Hof im 16 km entfernten Barzheim, wo u. a. die Kürbiskerne gewaschen und getrocknet werden.

Sohn Rafael wohnt wie die Eltern Jakob und Lydia auf dem Griesbachhof und wird diesen dereinst übernehmen. Tochter Cathrin und Ehemann Roman Gysel warten die Maschinen des Hofes und helfen in der Erntezeit mit. Und bereits wächst

Kürbiskern-Aufstrich

FÜR ca. 450 g
ZUBEREITEN: ca. 5 Minuten

250 g	**Magerquark**
100 g	**Frischkäse nature,** gut verrührt
3–4 EL	**Kürbiskernöl**
70 g	**Kürbiskerne,** geröstet, grob gehackt, einige ganz
½ TL	**Salz**

ZUBEREITEN Magerquark und Frischkäse verrühren, dann restliche Zutaten beigeben, salzen. Bis zum Servieren zugedeckt kühl stellen.

VEGETARISCH **SCHNELL**
GÜNSTIG **ZUM VORBEREITEN**

Produktionsstätte des Kürbiskernöls: Griesbachhof in Schaffhausen.

Spaghetti mit Kürbiskern-Pesto

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

SPAGHETTI

500 g	**Spaghetti**
	Salzwasser, siedend

PESTO

100 g	**Kürbiskerne,** geröstet, fein gehackt
1 Bund	**glattblättrige Petersilie,** fein gehackt
1	**Knoblauchzehe,** fein gehackt
1	**Bio-Zitrone,** wenig abgeriebene Schale, 1 EL Saft
1 dl	**Rapsöl**
3 EL	**Kürbiskernöl**
30 g	**Sbrinz AOP,** gerieben
	Salz, Pfeffer

SPAGHETTI im siedenden Salzwasser knapp al dente garen. Abgiessen, dabei ca. 1,5 dl Kochwasser auffangen und beiseitestellen.
PESTO Beiseitegestelltes Kochwasser mit Kürbiskernen und allen Zutaten bis und mit Rapsöl mischen. Kürbiskernöl und Sbrinz beigeben, würzen, gut mischen. Mit den Spaghetti anrichten.

VEGETARISCH **SCHNELL** (20)
ZUM VORBEREITEN

die vierte Generation heran: drei Buben und zwei Mädchen tummeln sich gerne und oft auf dem Griesbachhof.

Wichtigstes Produkt der Brütsch erdverbunden GmbH ist das hochwertige Kürbiskernöl. Für einen Liter benötigt man rund 12500 Kerne! Das entspricht etwa 35 Kürbissen. Als Erstes werden die Kerne gewaschen und getrocknet. Dann kommen sie in die gusseiserne Röstpfanne. «Das ist der Schlüssel zum Erfolg oder Misserfolg», erklärt Jakob Brütsch. Der langsame Röstprozess bei korrekter Temperatur (1 Std. bei ca. 175 Grad) entscheidet über die Qualität des Öls. Geheizt wird nicht etwa elektrisch, sondern mit heimischem Buchenholz. Brütsch: «Es muss sanden und pfupfen, aufploppen und glänzen.» Ich glaube ihm aufs Wort!

Spezialitäten und eine Fülle an Rezepten
Nach dem Rösten gelangen die Kerne in die Presse. Das ungefilterte Öl bleibt für einige Zeit in Kannen, wo sich Feststoffe langsam absetzen. Zu guter Letzt wird es abgefüllt und etikettiert.

Regelmässig finden auf dem Griesbachhof auch Führungen inkl. Mittag- oder Nachtessen statt. Im Hofladen und Onlineshop verkauft die Familie das selbst erzeugte Kürbiskernöl, geröstete Kürbiskerne in verschiedenen Geschmacksrichtungen sowie eine hervorragende Fertig-Brotbackmischung mit Kürbiskernen, woraus daheim im Nullkommanichts ein herrlich knuspriges Brot entsteht. Eine Spezialität ist das Kürbiskernmehl, das beim Pressen der Kerne anfällt. Der sogenannte «Presskuchen» wird getrocknet und gemahlen. Aus dem entstandenen Mehl backt Rahel Brütsch aromatische Sablés und Früchtebrot. Ebenfalls im Onlineshop erhältlich sind «Wiigueteli»: Ein klassisches Schaffhauser Gebäck, dem Rahel Brütsch noch Kürbiskerne beifügt. Die junge Bäuerin ist eine hervorragende Köchin. Auf Instagram und Facebook publiziert sie regelmässig neue Kürbiskern-Rezepte und hat letztes Jahr sogar ihr erstes Kochbuch veröffentlicht: «Rezepte aus der Ölmühle Griesbach». Ihr Talent setzt sie gekonnt auch für Events auf dem Griesbachhof ein, wo Gäste in den Genuss ihrer Kochkünste kommen.

Lust auf einen Teller heisse Kürbissuppe
Mein Blick schweift über die herbstlichen Felder mit den runden, prallen Kürbissen auf bereits welken Blättern. Die tief stehende Sonne taucht alles in warmes Licht, aber es ist bereits empfindlich kühl geworden. Das weckt grosse Lust auf einen Teller heisse Kürbissuppe. Während ich vorsichtig einen Esslöffel frisch gepresstes Kürbiskernöl daraufgiesse, muss ich an Jakob Brütsch denken: «Es muss sanden und pfupfen, aufploppen und glänzen.» Jawoll, das muss es!

Infos und Onlineshop auf **www.kuerbiskern.ch**

Kürbis-Pie mit Kürbiskern-Crumble

FÜR 12 Stücke
ZUBEREITEN: ca. 50 Minuten
KÜHL STELLEN: ca. 1 Stunde
BACKEN: ca. 50 Minuten
Für ein rundes Blech von ca. 25 cm Ø
Backpapier für das Blech

TEIG

150 g	**Mehl**
1 Prise	**Salz**
50 g	**feinster Zucker**
100 g	**Butter,** kalt, in Stücken
1	**Eigelb**
1–2 EL	**Rahm**
	Mehl zum Auswallen

BELAG

600 g	**Kürbisfleisch,** z.B. Hokkaido, in ca. 2 cm grossen Würfeln
130 g	**Zucker**
1 TL	**Salz**
3 dl	**Rahm**
½	**Vanilleschote,** Mark herausgekratzt
1 Msp.	**Nelkenpulver**
½ TL	**Zimtpulver**
Wenig	**Muskatnuss,** frisch gerieben
1–2 EL	**Kürbiskernöl**
4	**Eier**

CRUMBLE

25 g	**Presskuchenmehl aus Kürbiskernen oder Kürbiskerne,** gehackt
25 g	**Mehl**
35 g	**Zucker**
35 g	**Butter**
	Schlagrahm oder Crème fraîche nach Belieben

TEIG Mehl, Salz und Zucker in eine Schüssel geben, mischen. Butter beigeben und zu einer krümeligen Masse verreiben. Eine Mulde formen und Eigelb und Rahm beigeben. Zu einem gleichmässigen Teig zusammenfügen, nicht kneten. In Folie gewickelt mindestens 1 Stunde kühl stellen. Teig auf wenig Mehl ca. 3 mm dick auswallen, in die vorbereitete Form geben. Mit einer Gabel dicht einstechen, nochmals kühl stellen.
BELAG Kürbis mit allen Zutaten bis und mit Muskatnuss in eine Pfanne geben, aufkochen, unter gelegentlichem Rühren ca. 15 Minuten weich köcheln. Masse abkühlen, fein pürieren. Kürbiskernöl und Eier beigeben, gut mischen. Auf den Teig giessen.
BACKEN In der unteren Hälfte des auf 200°C vorgeheizten Ofens ca. 10 Minuten backen. Dann Hitze auf 150°C reduzieren, ca. 30 Minuten fertig backen. Herausnehmen, abkühlen.
CRUMBLE Presskuchenmehl mit Mehl, Butter und Zucker zwischen den Fingern zu einer gleichmässigen Masse verreiben. Auf dem vorbereiteten Blech verteilen.
BACKEN In der Mitte des auf 200°C vorgeheizten Ofens 5–7 Minuten backen. Herausnehmen, abkühlen und in Stücke brechen oder hacken.
KUCHEN in Stücke schneiden, mit Schlagrahm oder Crème fraîche und Crumble anrichten.

TIPP
Presskuchenmehl entsteht bei der Ölpressung und ist ein Abfallprodukt, das jedoch viele wertvolle Nähr- und Geschmackstoffe enthält und daher gut beim Backen weiterverwertet werden kann.

VEGETARISCH **ZUM VORBEREITEN**

WMF
Schönheit
der *Gegensätze.*
JETZT
BESTELLEN IM
Haushalt-Shop
SEITE 74–76
WMF Besteckmodell Kineo aus Cromargan protect®
/ Extrem resistent gegen Kratzer und jede Art von Gebrauchsspuren
/ Messerklinge aus hochwertigem Spezialklingenstahl bleibt dauerhaft scharf
/ Schönheit der Gegensätze: inspiriert von moderner Architektur und geschliffenen Formen treffen symmetrische auf asymmetrische Linien
wmf.com