

Seltene Schönheit: In der Regel hat eine Safranblüte drei rote Stempelfäden und sechs Blätter. Von «Prinzessin» ist die Rede, wenn sie so wie dieses Exemplar fünf Fäden und viel mehr Blütenblätter aufweist.

Den roten Fäden gewinnen

Silvia Bossard baute 2007 im Aargau die ersten Knollen **Safran** an. Mittlerweile ist aus dem Versuch die schweizweit grösste Ernte geworden. Besuch bei der Hüterin der kostbaren Fäden und Erfinderin immer neuer Safranprodukte.

Text **Sabrina Glanzmann** Fotos **Veronika Studer** und **Winfried Heinze** Styling **Vera Guala**



Gibt dem Safran gern einen Korb – aber nur beim Pflücken. Silvia Bossard ist dem Herbstkrokus seit vielen Jahren verfallen.



Gesellige Gemeinschaft: Beim Fädeln kommen Silvia Bossard (links) und die Helferinnen und Helfer an einem Tisch zusammen.



Auf dem Boden der Blütenstängel bleiben: In der Hochsaison im Oktober wird auf den Feldern in Henshiken AG täglich gepflückt.

Die Safransaison bringt Menschen auf eine Linie



Sobald sich die Safranblüte öffnet, ist sie bereit fürs Pflücken. Das sattgrüne Gras bildet die Knolle während der Winterzeit aus.



Die Bestandteile der Safranblüte: violette Blätter, rote Stempelfäden und gelbe Staubgefässe.



Safran-Apfel-Rüebli-Smoothie

Zutaten Für 4 Personen

- 1 Apfel
- 3 Rüebli
- 1 kleines Stück Ingwer
- 3 dl Wasser oder Apfelsaft
- 60-75 eingelegte Safranfäden (circa 120 mg, siehe Box Seite 75)

Zubereitung

Apfel entkernen, Rüebli und Ingwer schälen. Alles in Stücke schneiden und in einen Standmixer geben. Wasser oder Saft und eingelegt Safran dazugeben, gut mixen und servieren.

Besser als jeder Energydrink: Ein Smoothie aus Rüebli, Apfel, Ingwer und Safran weckt die Lebensgeister schon beim ersten Schluck.

Dem Safran ist's wohl im Riebliland

A

An diesem Oktobertag kommt alles Gute von unten. Eine kleine Gruppe Frauen und Männer geht über das weite Feld in Henschiken AG und pflückt am Boden eine Blüte um die andere. Alle gehen sie in Reihen nebeneinander, in gleicher Haltung vornübergebeugt, das Tempo aufeinander abgestimmt, als würden sie einer gut einstudierten Choreografie folgen. Gewissermassen tun sie das auch. Denn dank diesem Ablauf wird auf dem weiten Gelände erstens keine Blüte übersehen, und zweitens sehen so die Pflückerinnen und Pflücker, die nach und nach dazustossen, wo und wie sie sich in dieses Ensemble einfügen können. «Hoi Herta, hallo Simona», ruft

Silvia Bossard herzlich. Unter ihrer hellvioletten Jacke trägt sie ein T-Shirt in derselben Farbe und ist damit Ton in Ton mit dem Inhalt des Sammelkorbs: unzähligen zarten Safranblüten. Ob das ein Zufall ist? «Ach, ich mag einfach gerne Kleider in Safranfarben. Auch tiefrote so wie die Fäden. Das ist meine Art von Berufskrankheit. Oder wohl eher von Berufsgesundheit», sagt sie lachend.

Mit Safran in ein neues Leben

Gesundheit. Diese hat einiges damit zu tun, dass die 63-Jährige heute Safran anbaut. 2004 reiste sie mit ihrem Mann Heinrich Bossard mehrere Wochen lang durch Neuseeland – das Paar liebte es, gemeinsam die Welt zu erkunden. In Cable Bay stürzte das Kleinflugzeug aber ab. Der Zuger Unternehmer verlor dabei sein Leben, Silvia Bossard überlebte schwer verletzt. «Ich kann nicht sagen, wie ich, angeschnallt, aus dem im Wasser auf dem Rücken liegenden Flugzeug herauskam», sagt sie rückblickend. In der monatelangen Rehabilitation im Paraplegikerzentrum Nottwil musste sie erkennen, dass Schmerzen, Lähmungs-

erscheinungen und eine eingeschränkte Beweglichkeit fortan zu ihrem Alltag gehören würden. Eine Rückkehr in ihren Beruf als Direktionsassistentin war nicht möglich. Sie musste eine neue Aufgabe finden – eine, die ihrem verletzten Körper wie ihrer verletzten Seele guttat.

Als Silvia Bossard sich einige Zeit nach dem Unfall wieder an eine Reise wagte, entdeckte sie am Flughafen in einer Zeitschrift einen Artikel über Safran. «Keine Ahnung wieso, aber ich dachte gleich: Das ist es! Das will ich machen.» Sie begann zu recherchieren und erfuhr immer mehr über die Pflanze, von der sie bis anhin eigentlich nur wusste, dass deren getrocknete rote Stempelfäden ein Gewürz sind. «Ich lernte, dass Safran vor allem Arbeit mit den Händen erfordert, dass er auf dem Feld genügsam ist und viel Ruhe braucht. Das alles passte zu mir und meiner Situation. Also wollte ich es probieren.»

Erstmals wurde Safran hierzulande im Mittelalter angebaut. Kaufleute brachten den *Crocus sativus*, eine mehrjährige, im Herbst blühende Krokusart aus der Familie der Schwertliliengewächse, aus

Kartoffel-Safran-Suppe

Zutaten Für 4 Personen

- 1 EL Butter • 2 Zwiebeln oder Schalotten, fein gehackt
- 600 g mehligkochende Kartoffeln, geschält und in Stücke geschnitten • 1,5 Liter Gemüsebouillon • 125-145 eingelegte Safranfäden (circa 250 mg, siehe Box rechte Seite)
- 1 Zitrone, nur abgeriebene Schale • Salz und Pfeffer
- 2 EL saurer Halbrahm

Zubereitung

1. Butter in einer grossen Pfanne erhitzen. Zwiebeln oder Schalotten andämpfen, Kartoffeln circa 2 Minuten mitdämpfen.
2. Gemüsebouillon dazugiessen und aufkochen. Hitze reduzieren und Safranfäden bis auf einige wenige begeben.
3. Kartoffeln zugedeckt bei mittlerer Hitze circa 20 Minuten weich köcheln. Suppe pürieren, mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken. In Tellern anrichten, sauren Halbrahm darauf verteilen und mit den restlichen Safranfäden garnieren.

Wenige Zutaten für viel würzige Wärme: Die Kartoffel-Safran-Suppe ist schnell zubereitet und ein willkommener Farbleck, wenn sich die Herbstsonne mal versteckt.



Wenn Safranfäden baden gehen: Je länger sie eingelegt werden, desto dunkler wird das Gelb der Flüssigkeit und desto intensiver der Geschmack.

So gehts: Safranfäden vorbereiten

Fäden eine Stunde in ein paar Esslöffeln warmer Flüssigkeit (Milch, Wasser oder Weisswein) einlegen. Anschliessend einige Fäden mit einem Kaffeelöffel ausdrücken. Andere Methode: Fäden mit einer Prise Zucker oder Salz mörsern. Mit etwas warmer Flüssigkeit (Milch, Wasser oder Weisswein) übergiessen.

Hinweis Die eingelegten Safranfäden dem Gargut erst in den letzten 15 Kochminuten begeben.

Info Für 1 Liter oder 1 Kilo Kochzutaten sind circa 120 Milligramm Safran nötig. Das sind 60 bis 75 Fäden. Eingelegte Safranfäden können bis zu drei Wochen im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Salat mit Safranmarroni, Safranquitten und Safranbaumnüssen

Für 4 Personen

Zutaten Safranmarroni

- 12 Marroni in Caramelsauce (im Detailhandel erhältlich) • 20-30 eingelegte Safranfäden (circa 40 mg, siehe Box Seite 75)

Zutaten Safranquitten

- 1,5 dl Wasser • 3 Sternanis
- ½ Zimtstange • 1 kleines Stück Ingwer
- 1 EL Honig • 2 kleine Quitten oder 1 grosse • 40-55 eingelegte Safranfäden (circa 80 mg, siehe Box Seite 75)

Zutaten Salatsauce

- 3 gehäufte EL Safran-Hagebutten-Gelée (erhältlich bei Tagora) • 1 EL Honig • 1 dl Apfelsaft • 2 EL Orangensaft (alternativ 1 EL Zitronensaft) • ½ TL Sambal Oelek • 1 dl Kräuteressig oder weisser Balsamico • 1 dl Rapsöl • 1 dl Baumnessöl • Salz und Pfeffer

Zutaten Safranbaumnüsse

- 1 dl Wasser • 120 g Rohrzucker oder weisser Zucker • 1 Prise Salz • 25-35 eingelegte Safranfäden, (circa 50 mg, siehe Box Seite 75) • 200 g Baumnesshälften
- 1 EL Chilipulver

Zutaten Salat

- frischer Blattsalat nach Belieben (zum Beispiel Zuckerhut, Endivie, Nüssli, Chicorée oder Eichblatt)

Zubereitung

1. Einige Tage vor dem Serviertag

Marroni und eingelegte Safranfäden in ein verschliessbares Gefäss geben und in den Kühlschrank stellen.

2. Für die Quittenschnitze in einem Topf Wasser zusammen mit Sternanis, der Zimtstange, Ingwer und Honig aufkochen.

3. Quitten schälen, entkernen, in Schnitzschneide schneiden und sofort in den aufgekochten Sud geben. Circa 10 Minuten köcheln lassen. Safran dazugeben, gut mischen und abkühlen lassen. Die eingelegten Marroni und die Quittenschnitze lassen sich bis zu drei Wochen im Kühlschrank aufbewahren.

4. **Am Serviertag** Für die Salatsauce alle Zutaten von Safran-Hagebutten-Gelée bis und mit Baumnessöl in einem Shaker gut vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken (ergibt circa 5 dl Sauce).

5. Für die Safranbaumnüsse Wasser mit Rohrzucker oder Weissmehl, Salz und eingelegtem Safran in einer Pfanne zum Kochen bringen. Baumnüsse begeben. Bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist (nicht auf zu grosser Hitze, da sonst der Zucker verbrennt).

6. Wenn der Zucker flüssig und dunkel wird und sich Caramelfäden bilden, Chilipulver über die Nüsse streuen. Nach einer Weile wird der Zucker krümelig und legt sich um die Nüsse. Sobald der Zucker an den Nüssen haftet und beginnt, sich wieder zu verflüssigen, Pfanne vom Herd nehmen, Nüsse auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und abkühlen lassen.

7. Salat auf vier Tellern anrichten, mit Dressing beträufeln, Marroni und Quittenschnitze drauflegen, mit Safranbaumnüssen garnieren.

Glas für Glas ein Schatz: Die Aargauer Safranfäden von Tagora werden von Hobby- und Profiköchen geschätzt.



dem Mittelmeerraum in die Schweiz. Von Basel über das Waadtland bis ins Tessin wurden Knollen gepflanzt, aber nur eine Walliser Gemeinde wurde mit ihrer Sonnenlage auf 1200 Metern zum regelrechten Safrandorf: Mund war jahrhundertlang der einzige Schweizer Ort, an dem Safran durchgehend kultiviert wurde. Bis Silvia Bossard ihn auf die Felder in ihrer Aargauer Heimat brachte.

Drei Kilo rotes Gold

Safranbau im Rüebliland? Das funktioniert doch nie und nimmer, hätte sie von skeptischen Zeitgenossen gehört. «Aber ich glaubte daran. Und auf dem Landwirtschaftsland meines Vaters

konnte ich es ausprobieren», sagt Silvia Bossard, während ihr Körbchen immer voller wird. Als Bauerntochter in Hendschiken aufgewachsen, kehrte sie 2007 also auch zu ihren Wurzeln zurück, als sie 15 000 Safranknollen (von Hand!) im hofeigenen Boden vergrub. Wuchern dem Unkraut, unerwünschten Engerlingen und wühlenden Mäusen zum Trotz war Aufgeben nach diesem ersten Versuch kein Thema. Vielmehr fuchste sich Silvia Bossard in den folgenden Jahren noch mehr ein, bildete sich in Bodenbearbeitung weiter, lernte Hacktechniken, probierte Setzmaschinen aus. 2014 war die erste Experimentierphase mit 300 000 Knollen auf einer Anbaufläche

von 6000 Quadratmetern überwunden – womit die Aargauerin Schweizer Safran definitiv wieder zum Thema machte. Auch Agroscope erkannte das Potenzial. Das Kompetenzzentrum des Bundes für landwirtschaftliche Forschung begann 2015, den hiesigen Safranbau gezielt zu fördern. Heute gibt es landesweit um die sechzig Produzentinnen und Produzenten – zu ihnen gehören auch Sandra und Urs Durrer mit Feldern in der Surselva in Graubünden und in Obwalden. In ihrem Buch «Safran. Das rote Gold» beziffern sie die mit Safran bebaute Fläche in der Schweiz heute mit drei Hektaren mit einem jährlichen Ertrag von acht bis zehn Kilo Safran. «Drei Kilo

Einzigartiger Geschmack mit leicht bitterscharfen Nuancen



Ein Herbstsalat, der seinen Namen verdient: Marroni, Quitten und Baumnüsse – alle mit Safran verfeinert – sorgen auf saisonalem Blattsalat für das gewisse Etwas.

Safranspaghetti mit Kürbissugo

Zutaten Für 4 Personen

- 1 Zwiebel ▪ 2 Knoblauchzehen ▪ 1 Peperoncino ▪ 400 g Kürbis, gerüstet ▪ 2 EL Olivenöl
- 2 dl Gemüsebouillon ▪ 1 dl Apfelsaft oder Orangensaft ▪ 400 g Pelati, gehackt ▪ Salz und Pfeffer (aus der Mühle) ▪ 1 EL Honig
- 500 g Spaghetti ▪ 35–50 eingelegte Safranfäden (circa 70 mg, siehe Box Seite 75)
- etwas geriebener Sbrinz

Zubereitung

- 1.** Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, fein hacken. Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden.
- 2.** Kürbis in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch andünsten. Kürbis und Peperoncino beifügen, kurz mitdünsten. Gemüsebouillon,

Apfelsaft oder Orangensaft und Pelati dazu geben und zugedeckt circa 20 Minuten köcheln lassen. Sugo mit Salz, Pfeffer und Honig würzen und circa 10 Minuten weiterköcheln lassen.

3. Inzwischen die Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Kurz bevor sie al dente sind, in ein Sieb ableeren. So viel Salzwasser in der Pfanne belassen, dass der Boden noch gut bedeckt ist. Die eingelegten Safranfäden beigegeben. Spaghetti wieder in die Pfanne zurückgeben und alles gut vermischen, bis die Spaghetti die goldgelbe Safranfarbe schön angenommen haben. Nochmals erhitzen und fertigkochen.

4. Spaghetti in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Kürbissugo darübergeben, nach Belieben mit geriebenem Sbrinz bestreuen und sofort servieren.



Ob diese Pasta wohl zu viele Eier im Teig erwischt hat? Von wegen! Die Spaghetti verdanken ihre gelbe Farbe dem Safran. Etwas Kürbissugo dazu und sofort geniessen!

Gemeinsam ernten, fädeln, kochen – Safran verbindet!



Sieht gern gelb: Die frühere Gastronomin Emma Lang liebt es, mit Safran zu kochen.



Eingespieltes Trio: Esther Lang, Emmy Kuhn und Silvia Bossard (von links) arbeiten seit den Anfängen von Tagora Hand in Hand. Auch in der Verarbeitungsküche in Aristau AG.

in einem guten Jahr», so Silvia Bossard, stammten alleine von ihrer inzwischen biozertifizierten Firma Tagora. Aus der spontanen Flughafenidee ist sechzehn Jahre später die grösste Schweizer Safranproduktion geworden.

Via Onlineshop und ausgewählte Wiederverkäufer kommen nicht nur die Gewürzfäden zu Privat- und Gastrokunden, auch Safranprodukte von Gelée bis Sirup werden feilgeboten. Und eine eigene Naturkosmetiklinie: In Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Nordwestschweiz liess Silvia Bossard untersuchen, welche Inhaltsstoffe in den Blüten sind. «Den Stempelfäden werden so viele heilende Eigenschaften attestiert. Deshalb dachte ich: Wenn etwas Gutes in den Fäden ist, muss doch auch etwas Gutes in den Blütenblättern sein.»

Sie lag richtig. So sind etwa sekundäre Pflanzenstoffe wie Polyphenole, zum Beispiel Flavonoide, enthalten, die entzündungshemmend und antioxidativ wirken. Silvia Bossard ist es ein Anliegen, so viel wie möglich zu verarbeiten, ähnlich wie beim «Nose to Tail»-Ansatz beim Fleisch oder eben nach dem «Leaf to Root»-Prinzip bei Pflanzen. «Wir müssen ja sowieso die ganze Blüte pflücken.» Mit den gelben Staubgefässen etwa, die verführerisch nach Honig duften, liess sie auch schon Schoggi veredeln.

Keine Ernte zu Bürozeiten

Auf dem Feld sind nun fast ein Dutzend Pflückerinnen und Pflücker am Werk, als plötzlich jemand ruft: «Wir haben eine Prinzessin!» Diesen Titel bekommen nur Blüten, die statt der üblichen

drei gleich fünf rote Stempelfäden enthalten. Diese Fäden sind die Narben, in die sich der Griffel jeder Blüte verzweigt. Nur die Narben werden in getrockneter Form als Gewürz verwendet. Deshalb braucht es für gerade mal dreissig Gramm Safranfäden sechstausend Blüten und viele Stunden Ernte in reiner Handarbeit – kein Wunder, wird Safran als rotes Gold bezeichnet.

Am Bio-Safran aus dem Aargau verdeutlicht: ein Gramm (etwa 450 bis 500 Fäden) kostet 82 Franken. Eine seltene «Prinzessin» ist also immer willkommen und jedes Mal ein Grund zur Freude. Sowieso: Die Arbeit rund um den kostbaren Krokus scheint gute Laune zu machen. Es wird viel gewitzelt, die Stimmung ist gelöst – obwohl wochenlang jeden Tag gepflückt wird und Rücken

Saiblingsfilet auf mit Safran gewürztem Kartoffel-Lauch-Gemüse

Zutaten Für 4 Personen

- 1 kleine Zwiebel • 1 Knoblauchzehe
- 300 g Kartoffeln, festkochende Sorte
- 1 EL Olivenöl • 50–65 eingelegte Safranfäden (circa 100 mg, siehe Box Seite 75)
- 1 dl Weisswein • Salz und Pfeffer
- 600 g Saiblingsfilets (aus einheimischer Zucht oder Bach-/Seesaibling vom Fischer)
- Salz und Pfeffer • 300 g Lauch
- 1 EL Bratbutter • etwas Schnittlauch
- 1 Zitrone, in Scheiben geschnitten

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Kartoffeln schälen, in 1 cm grosse Würfel schneiden.
2. Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch dünsten. Kartoffeln beifügen, kurz mitdünsten. Mit eingelegten Safranfäden und Weisswein ablöschen.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt etwa 20 Minuten auf mittlerer Stufe kochen.

3. Saiblingsfilets mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Lauch je nach Grösse längs halbieren oder vierteln, dann in 1 cm breite Stücke schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Wenn die Kartoffeln fast gar sind, Lauch beifügen und 5 Minuten mitkochen.
5. In einer Bratpfanne Bratbutter erhitzen. Die Fischfilets mit der Haut nach unten anbraten. Nach circa 4 Minuten wenden und auf der anderen Seite braten.
6. Schnittlauch unter das Kartoffel-Lauch-Gemüse mischen und auf einem Teller anrichten. Die Fischfilets drüberlegen. Mit Zitronenscheiben servieren.

Variante Kartoffeln einige Tage im Voraus mit Safran zubereiten, Lauch zu den eingelegten, leuchtend gelben Kartoffeln geben und fertig garen.

und Finger auch am Wochenende, auch bei Regen beansprucht sind. Wenn sich die Blüte öffnet, muss es nämlich schnell gehen. «Safran, der nur zu Bürozeiten pflückbereit ist, muss man erst noch züchten», sagt Silvia Bossard, während der Schalk in ihren bergseeblauen Augen funkelt. Viele der dreissig Helferinnen und Helfer aus der Umgebung sind seit Anfang dabei und ab Ende September bis Mitte November auf Abruf. Sie wissen: Wenn in einem trockenen Sommer der Regen auf sich warten lässt, startet auch die Safransaison später.

Safranknollen sind nach drei Jahren meist ausgeblüht und müssen ersetzt werden – so wie im August 2022, als mit einer umfunktionierten Knoblauchsetzmaschine 150 000 neue Exemplare in den Boden kamen. Gesammelt wird in Hendschiken immer erst nachmittags. Bis dann ist der für die Region typische Morgennebel verschwunden, und die Blüten sind nicht mehr feucht.

Nach zwei Stunden Pflückarbeit ist der Tag noch lange nicht zu Ende. Weiter gehts zum Fädeln ins zwanzig Fahrminuten entfernte Aristau AG. Hier an der Grenze zum Kanton Zürich befinden sich gleich neben Silvia Bossards Wohnhaus die Verarbeitungsräume von Tagora. Fünf Minuten nach Ankunft hat sich der lange Tisch in der Mitte in ein Blütenmeer verwandelt. Jetzt ist nochmals Fingerspitzengefühl gefragt: Die wertvollen roten Fäden müssen sorgfältig aus den violetten Blüten und den gelben Staubgefässen gelöst werden.

Mehr als Risotto milanese

Schon nach kurzem Zuschauen wird klar, dass hier jede und jeder eine etwas andere Technik hat. Aber am Schluss werden alle Hände gelb eingefärbt sein. Schuld daran ist der Pflanzenfarbstoff Crocin, der neben Safranal, dem Duft, der nach dem Trocknen der Fäden entsteht, und Picrocrocin, das für den leicht bitteren Geschmack sorgt, zu den wichtigsten Inhaltsstoffen des Safrans zählt.

«Hier, damit geht die Farbe am besten weg», sagt Esther Lang, die ennet des «Fädler»-Tischs am Waschbecken in der Küche steht. Sie hält tatsächlich eine Packung Reinigungsmittel für dritte Zähne hoch. Heiteres Gelächter im Raum. Kein Wunder, hat die 58-Jährige spezielle Tipps und Tricks: Sie gehört seit 2007 zum Team, kümmert sich unter anderem um die Pflückpläne oder steht an Märkten hinter dem Tagora-Stand. Auch Emmy Kuhn, 70, ist seit

Beginn an dabei. Sie stellt alle kulinarischen Produkte her und tüfelt an neuen Kreationen. Zum Klassiker geworden ist ihr Safransirup, von dem sie gerade eine Daumenbreite in die Flüte-Gläser füllt. Mit Prosecco wird ein würziges Apérogetränk daraus, bei dem dank dessen knallgelber Farbe – ganz ohne künstliche Farbstoffe – auch das Auge mittrinkt.

Zeit, um kurz anzustossen, muss sein, dann wird am Tisch weitergefädelt. Derweil hat Emma Lang in der Küche zu



Safran und Fisch: ein Duo, das sich mag. Für einmal nicht in einer Bouillabaisse vereint, sondern «eingeschweizert» als Saiblingsfilet mit safranisiertem Kartoffel-Lauch-Gemüse.

Das Gelbe vom Safran für Süsses und Salziges



Manchmal sind Träume wirklich Schäume – wie in diesem Dessert der Safran-Mascarpone-Schaum auf der Crêpe.

Crêpes mit Safran-Mascarpone-Schaum

Zutaten Für 4 Personen

(Hinweis: Benötigt wird ein Rahmbläser mit 0,5 Liter Inhalt)

- 35–50 Safranfäden (circa 70 mg), nicht eingelegt • 1 EL Kristallzucker
- ½ dl warme Vollmilch • 250 g Mascarpone • 40 g Puderzucker
- 2 dl Schlagrahm • 1 grosses Ei
- 1,75 dl Vollmilch • 20 g Zucker
- 2 EL Kakao • 1 Prise Salz • 75 g Mehl • etwas Bratbutter • 2 EL Zucker • 1,5 dl Apfel- oder Orangensaft • 1 Orange, abgeriebene Schale

Zubereitung

1. Für den Safran-Mascarpone-Schaum zuerst die Safranfäden zusammen mit Kristallzucker fein mörsern und in Milch aufweichen.
2. Safran-Zucker-Milch-Mischung, Mascarpone, Puderzucker und Schlagrahm in einem Messbecher verrühren, in den Rahmbäser füllen, Patrone einführen und kräftig schütteln. Vor Gebrauch kühl lagern.

3. Für die Crêpes Ei mit Milch, Zucker, Kakao und Salz gut verrühren. Mehl langsam und unter kräftigem Rühren zugeben, damit sich keine Klumpen bilden.
4. Eine Bratpfanne mit Bratbutter einreiben und erhitzen. Nacheinander je 1 Kelle Teig hauchdünn über den Pfannenboden verteilen und zur Crêpe ausbacken.
5. Zucker in derselben Bratpfanne unter ständigem Rühren caramolisieren. Mit Apfel- oder Orangensaft ablöschen. Orangenabrieb zugeben. Alles zusammen leise köcheln, bis der Zucker vollständig gelöst ist. Dann eine Crêpe nach der anderen in den Jus geben, falten und auf den Tellern anrichten. Restlichen Jus über die Crêpes verteilen, mit dem Safranschaum garnieren.

Tipp Der Safran-Mascarpone-Schaum schmeckt auch fein mit zerstoßenen Meringues, Lebkuchen, Glace oder Fruchtsalat.

EMMENTALER AOP TAG

Samstag, 4. November 2023

9.00 bis 16.00 Uhr



SEHEN, STAUNEN UND DEGUSTIEREN.

GEWINNE 5'000 CHF

SHARE A PIECE OF YOU.

EMMENTALER SWITZERLAND



emmentaler.ch/day

Gebackenes Gedicht: knuspriger Teig, weiche Äpfel und ein würziger Belag aus Crème fraîche und in Calvados eingelegtem Safran.

hantieren begonnen: Die pensionierte Gastronomin – in Steinhausen ZG führte sie zwanzig Jahre lang das Restaurant Szenario und danach das «Schnitz und Gwunder» – ist seit vielen Jahren mit Silvia Bossard befreundet und dem Aargauer Safran ebenfalls längst verfallen. Für die LandLiebe kocht die 64-Jährige ihre liebsten Gerichte mit dem roten Gold. «Safran ist vielen ja vor allem bekannt als Zutat in Risotto milanese oder in einer Paella. Es wäre aber jammer-schade, ihn immer nur dafür zu verwenden», sagt sie und rührt kräftig in einer Pfanne. Darin simmert eine Kartoffel-Safran-Suppe, gleich kommt ein Flammkuchen mit einem Belag aus Äpfeln, in Calvados eingelegten Safranfäden und Crème fraîche in den Ofen. Und die mit Safran eingefärbten Spaghetti warten schon darauf, mit Kürbissugo zur gelborangen Herbstköstlichkeit zu werden.

Neue Produkte, neue Patente

Bevor es ans grosse Geniessen geht, erzählt Silvia Bossard begeistert von den neuesten Zuwächsen in ihrer Safranfamilie. Dazu gehört ein Senf, der in Zusammenarbeit mit Reto Lutz von der Manufaktur Bio-Senf Zofingen entstanden ist – er sei besonders toll anstelle von Meerrettich zu Lachs. Zudem wurde eine neue Handcreme entwickelt – aus Safranblütenextrakt, den Silvia Bossard für die Verwendung in der Kosmetikindustrie oder für Nahrungsmittelergänzungen soeben hat patentieren lassen.

Wenn im November die Ernte vorbei ist, wird es ruhiger in Hendschiken und Aristau. Bis im Frühjahr das Mulchen ansteht, im August das Abflammen für die Unkrautregulierung und das regelmässige Hacken. Damit spätestens im Oktober wieder alles Gute von unten kommt.

•••

Tagora - Aargauer Safran

Silvia Bossard, Kapfstrasse 29, 5628 Aristau, Telefon 056 670 96 16, mail@tagora.ch, www.tagora.ch, Instagram @safran_tagora



Süsser Flammkuchen mit Apfel und Safran-Crème-fraîche

Zutaten Für 1 Flammkuchen von circa 25 cm x 35 cm Grösse

- 170 g Mehl ▪ 2 EL Olivenöl ▪ 1 dl Wasser
- 1 Prise Salz ▪ 3 Äpfel ▪ 1 Zitrone, Saft und abgeriebene Schale ▪ 2 EL Rohrzucker
- 1 Becher Crème fraîche oder Sauerrahm
- 60–75 Safranfäden (circa 120 mg), in 2 EL Calvados eingelegt ▪ 1 EL Rohrzucker

Zubereitung

1. Mehl, Olivenöl, Wasser und Salz in einer Schüssel zu einem Teig vermischen, kurz kneten, zu einer Kugel formen und

30 Minuten zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Danach oval oder rechteckig circa 3 Millimeter dünn auswallen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. **2.** Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in feine Spalten schneiden. Mit Zitronensaft, Zitronenschale und Rohrzucker vermischen. Crème fraîche oder Sauerrahm mit Safran-Calvados verrühren, auf dem vorbereiteten Teig verteilen. Apfelspalten drauflegen und mit Rohrzucker bestreuen.

3. Im vorgeheizten Backofen bei 220 bis 240 Grad Ober- und Unterhitze circa 20 Minuten backen.

Gefragter Krokus

Ob Motiv für Fresken, Star im globalen Gewürzmarkt oder Vorlage für Fälscher: Safran ist eine Pflanze mit Geschichte.

Wie der Safrankrokus *Crocus sativus* einst entstanden ist, ist bis heute nicht restlos geklärt. Es wird aber davon ausgegangen, dass es ihn seit fast vier-tausend Jahren gibt und er sich aus einer Kreuzung aus dem griechischen Wildkrokus *Crocus cartwrightianus* und einer weiteren Krokusart herausgebildet hat. Safran heisst auf Arabisch «Zafaran» und meint so viel wie «das Gelbe». Seiner Färbekraft sei Dank wurde Safran im Lauf der Jahrhunderte nicht nur kulinarisch von Interesse, sondern auch zum gefragten **Färbemittel** – bei den antiken Griechen etwa für Wolle oder Seide, aber auch für Haare oder als Schminkutensil.

Archäologische Funde belegen, dass bereits die erste europäische Zivilisation, die **Minoer**, auf der Insel Kreta Safran kultivierte (ab 2000 v. Chr.). Bei weiteren Ausgrabungen wurden minoische **Wandmalereien** bei Akrotiri auf Thera, der heutigen Insel Santorini, sichergestellt (1600 v. Chr.). Die Fresken

zeigen Safranblumen mit überdimensionalen Narben, den roten Stempelfäden, gemeinhin Safranfäden genannt, und Motive mit Safranpflückerinnen. Mit den Handelsaktivitäten der Minoer gelangten die Safranknollen in den gesamten Mittelmeerraum und bis in den Vorderen Orient. Heute gilt der **Iran** als grösster Safranproduzent mit einem Ertrag von rund **vierhundert Tonnen jährlich** – was rund neunzig Prozent der Gesamtproduktion weltweit entspricht.

Safranqualität wird nach der ISO-Norm, einer von der Internationalen Organisation für Normung in Genf definierten Norm, in Klassen eingeteilt, wobei **Klasse I beste Qualität** bedeutet, Klasse IV schlechteste. Für die Einstufung werden die Werte der wichtigsten Inhaltsstoffe – Crocin (Färbekraft), Picrocrocin (Bitterkeit im Geschmack) und Safranal (Duft) – im Labor untersucht. Weil Crocin als Hauptbestandteil des Safrans auch die Werte der beiden anderen Stoffe beeinflusst, wird die Qualität durch die Menge an Crocin bestimmt, die in Safranfäden enthalten ist. Für die Klasse I muss der Crocin-Wert über 190 liegen. Entscheidend ist auch, wo die Narben gekappt werden und ob noch Blüten- und Pflanzenreste vorhanden sind. **Negin-Safran**, auch als Persischer Safran bekannt, gilt auf dem Safranmarkt als einer der hochwertigsten, wenn nicht als bester Safran überhaupt. Frei übersetzt bedeutet Negin «der Diamant auf einem Ring». Safran dieser Qualität besteht nur aus dem tiefroten oberen Teil der Narbe.



Safranpflückerin, Wandmalerei in Akrotiri auf der Insel Santorini.

Die grosse Menge an Blüten, die es für eine relativ kleine Menge Fäden braucht, sowie die intensive Arbeit dahinter macht Safran seit je anfällig für **Fälschungen**. So wurde schon versucht, Safran mit Blütenblättern von Löwenzahn, Arnika, Ringelblumen oder Tagetes nachzuahmen. Sogar Fasern von geräuchertem Rindfleisch, Sandelholzsplitter oder Kokosnussfasern können so aufbereitet sein, dass sie Safranfäden täuschend ähnlich sehen.

Auch pulverisierter Safran ist vor den Fälschern nicht gefeit: Wurde früher dafür zum Beispiel häufig zerstoßene rote Kreide oder gemahlener Ziegelstein verwendet, wird Safrantpulver heute oft mit Paprika-, Kurkuma- oder Steinpilzpulver gestreckt. Es empfiehlt sich deshalb, ausschliesslich die ganzen roten Narben zu kaufen anstelle des Pulvers, und dabei immer auf Qualität und Herkunft zu achten.



Diese Knolle hat es auf sich: frisch aufgegangene Safranblüte.