

Auf kulinarischer Entdeckungsreise Regionale Genüsse in der Fränkischen Schweiz

Ob Schäufelra, Kren oder Seidla – das Tourismusgebiet zwischen Nürnberg, Bamberg und Bayreuth hat kulinarisch viel zu bieten. Auf die große Vielfalt der regionalen Produkte ist man hier sehr stolz. Besucher sind herzlich zu einem Gourmet-Streifzug durch die Gaststätten, Brennereien und Brauereien eingeladen. Genussmomente garantiert!

Aus der Erde

Ob frisch gehobelt oder verzehrfertig im Glas – der **Meerrettich**, auch Kren genannt, ist fest mit der Gastronomie der Fränkischen Schweiz verbunden. Sogar die Bratwurst wird hier traditionell mit Kren gegessen. Im Rahmen der „Scharfen Wochen“ im Oktober bieten teilnehmende Gastronomien allerlei schmackhafte Speisen mit Meerrettich an. Ob Apfel-Kren-Eis oder Brokkoli-Flan mit Meerrettich – hier zeigt die Wurzel, was in ihr steckt. Als eines der bedeutendsten Anbaugelände des Gewächses hat die Region viel dazu beigetragen, dass der bayerische Meerrettich seit 2010 zum „Weltgenusserbe Bayerns“ zählt.

Auch ein anderes Gewächs ist regional stark vertreten: der **Kürbis**. In der Herbst- und Wintersaison werden viele kulinarische Köstlichkeiten rund um die orange Frucht angeboten. Wie wäre es mit einer würzigen Suppe, einem aromatischen Chutney oder Relish, einer fruchtigen Marmelade oder pikant eingelegtem Gemüse? Ein echtes Highlight für die Geschmacksnerven.

Aus dem Wasser

Schon im 19. Jahrhundert befasste sich der Schriftsteller und Poet Viktor von Scheffel mit der einzigartigen Landschaft der Fränkischen Schweiz und ihren enormen Fischbeständen. Er schrieb vor allem über den edelsten Fisch seiner Zeit: die **Bachforelle**. Die Wiesent, die mitten durch die Region fließt, weist Experten zufolge auch heute noch eine der höchsten Besatzdichten an Bachforellen in ganz Europa auf. Deshalb ist dieser Fisch aus den Küchen der Region auch nicht mehr wegzudenken. Fangfrisch auf den Tisch, egal ob als Filet auf Spargel-Lauch-Ragout, im Bierteig oder im Ganzen gebraten, ist die heimische Bachforelle damals wie heute ein purer Genuss.

Aus dem Wald

Gerade im Herbst, wenn die Jagdsaison beginnt, reservieren Restaurants und Gaststätten in der Fränkischen Schweiz **Wildgerichten** einen Platz auf der Speisekarte. Bei Rehrücken, Damhirschkotelett auf Waldpilzen mit Preiselbeer-Spätburgunder-Jus, Hirschsteak mit Pfifferlingssoufflé oder Wildschweinbraten läuft jedem Wild-Fan das Wasser im Mund zusammen. Die Tiere ernähren sich ausschließlich von regionalen Gewächsen und können sich frei bewegen. Das wirkt sich natürlich positiv auf die Fleischqualität aus und grenzt dieses Regionalprodukt deutlich von der industriellen Ware ab.

Von der Weide

Aus dem Wald auf die Weide: Auch das **Juralamm** gilt als heimische Spezialität. Die Tiere werden traditionell von einer Wiese zur nächsten getrieben und können dort nach Herzenslust viele wilde Kräuter und Gräser fressen. Kenner schätzen dieses Fleisch

besonders wegen seiner hervorragenden Qualität. Der Klassiker Schäuferla vom Lamm mit Gemüse schmeckt dabei mindestens genauso gut wie die neuen Rezeptkreationen, die sich die Wirte auch 2014 wieder ausdenken. Übrigens: Das **Schäuferla**, die knusprig gebratene Schulterpartie, gibt es traditionell auch vom Schwein und schmeckt mit Kloß und Kraut besonders gut.

Von den Bäumen

Der Anbau von Obst hat in der Fränkischen Schweiz eine lange Tradition. Als größtes zusammenhängendes Anbaugebiet für **Süßkirschen** in Mitteleuropa werden hier jedes Jahr unzählige der kleinen roten Früchte geerntet. Neben der Süßkirsche werden unter anderem auch Zwetschgen, Äpfel, Erdbeeren, Birnen, Mirabellen, Quitten und Walnüsse kultiviert. Doch aus den leckeren Früchten werden nicht nur herrliche Kuchen, Torten oder andere Süßspeisen hergestellt. Das Obst wird auch in den etwa 300 **Brennereien** der Region verarbeitet. Neben den Obstbränden gibt es einen feinen Nussgeist oder andere Spezialitäten wie den Mispelgeist. Eins ist klar: Wer die Selbstgebrannten hier verkostet hat, will keine anderen mehr trinken.

Die Scharfen Wochen – Wenn sich alles um Meerrettich dreht Im Oktober steht die scharfe Wurzel in der Fränkischen Schweiz im Mittelpunkt /

– Im Herbst, wenn der Meerrettich geerntet werden kann, beginnt in der Genussregion Fränkische Schweiz eine ganz besondere Zeit: die Scharfen Wochen. Dann dreht sich einen Monat lang alles um den Kren, wie der Meerrettich in Franken auch genannt wird. Von Anfang bis Ende Oktober entwickeln viele Gastwirte aus der Region eine eigene Speisekarte, auf der sich mindestens drei Hauptgerichte mit Meerrettich finden. Immerhin ist die Fränkische Schweiz eines der größten Anbaugebiete der scharfen Wurzel in ganz Deutschland.

Seit fast 20 Jahren werden die Scharfen Wochen in dem idyllischen Erholungsgebiet zwischen Nürnberg, Bamberg und Bayreuth ausgerichtet. Viele Gastronomen haben sich den kulinarischen Erlebniswochen angeschlossen und präsentieren auch diesen Oktober wieder kreative Gerichte mit Meerrettich. Nicht nur die Verarbeitung in typisch fränkischen Speisen wie der Bachforelle oder dem Krenfleisch, sondern auch ein Schokoküchlein mit scharfer Note oder ein Apfel-Kren-Sorbet versprechen ein einmaliges Genusserlebnis. Jeder Gast hat dann im Restaurant die Qual der Wahl: Mindestens drei Hauptgerichte mit Meerrettich bieten die teilnehmenden Gaststätten an. Wer welche Speisen kreiert und alles zum Rahmenprogramm, erfahren Besucher unter www.fraenkische-schweiz.com/kren .

Die Diva unter den heimischen Gewächsen

Vom Anbau über die Pflege der Pflanzen bis hin zu deren Ernte – der Meerrettich hat hohe Ansprüche an seine Umwelt. Zum Vergleich: Während pro Jahr und Hektar bei Getreide durchschnittlich zehn Stunden und bei Speisekartoffeln 100 Stunden Arbeit zu leisten sind, beansprucht der Meerrettich etwa 1.000 Stunden. Im Gebiet um Baiersdorf, das der Sage nach der Ursprungsort des Meerrettich-Anbaus seit dem 15. Jahrhundert ist, hat das anspruchsvolle Gewächs die idealen Bedingungen für ein gesundes Wachstum gefunden. Die intensive Pflege der Krenbauern tut ihr Übriges. Kein Wunder also, dass sich nach der Ernte ein aromatischer Geschmack entfaltet, der seinesgleichen vergeblich sucht.

Nach dem Restaurantbesuch ins Meerrettich-Museum

In der Wiege des Krenanbaus Baiersdorf tauchen Besucher im [schärfsten Museum der Welt](#) außerdem in die Welt der „magischen Wurzel“ ein. Das Meerrettich-Museum informiert über die Geschichte und die Bedeutung des Gewächses für die Region. Wer keine Angst vor tränenden Augen hat, kann hier auch selbst Meerrettich reiben oder natürlich die verschiedenen Variationen der scharfen Wurzel, sei es als Dip oder Aufstrich, im angeschlossenen Shop probieren.