

Der Reichtum des Waldes

Roland Lamprecht kocht seit zwei Jahren in Südtirol im FORESTIS seine Wald- und Naturküche. Die Zutaten liefert der Wald und machen die Gäste glücklich.

Palmschoß, Südtirol, 24. März 2022 – Roland Lamprechts Waldküche nutzt die vielseitigen Schätze der Natur, von Wurzeln und Beeren über Blüten und Früchte bis hin zu den Blättern und Nadeln der Bäume. Besonders angetan hat es ihm die Sarner Latschenkiefer, die schon bei seiner Meisterprüfung eine entscheidende Rolle spielte. Heute stellt er aus ihren Nadeln Butter her und kocht sich in die Herzen seiner Gäste.

Der gebürtige Brixner kocht auf 1.800 Metern im Hideaway FORESTIS, das inmitten dichter Bergwälder liegt. Die reine klare Luft, das Klima, das sich durch das Aufeinandertreffen warmer Südwinde aus dem Mittelmeerraum und kühleren Luftmassen aus dem Norden auszeichnet, sowie das Plose Quellwasser, eines der reinsten und leichtesten Wasser der Welt, machen diesen Platz zu einem Kraftort, und die Höhe bewirkt, dass hier alles zwar langsamer wächst, dafür aber von intensiveren Aromen geprägt ist. Die Natur und die Bauern aus der Umgebung liefern die Zutaten, die mit dem Respekt vor altbewährten Traditionen und mit der Kreativität einer modernen Küche von Roland Lamprecht geschmacklich vollendet werden.

Jeden Abend können seine Gäste zwischen zwei sieben Gänge Menüs auswählen – einmal die Variante FORESTIS und einmal die Variante Detox, bei der auf Fleisch und Fisch, Laktose und Gluten verzichtet wird. Beide Menüs sollen die Gäste glücklich machen und sorgen für ein Wohlgefühl nach dem Essen.

Natur- und Waldküche, so bezeichnet er selbst seine Küche, wie er zum Kochen kam ist ein Klassiker:

RL: „Meine Eltern hatten eine Gastwirtschaft auf der Seiser Alm (größte Hochalm Europas, Anmerk. der Redaktion) und da habe ich schon als Bub immer mitgeholfen. Mit meiner Mutter war ich im Wald unterwegs – Pilze Beeren, Kiefernadeln, alles sammeln, was sich verarbeiten lässt. Und im Tal hatten wir zuhause Kirsch- und Pflaumenbäume im Garten. Am Ende der Saison wurde entsaftet, Marmelade eingekocht und Pilze eingelegt, um sich für den Winter einzudecken. Unsere Regale im Keller waren dann immer voll.“

Wie kocht also jemand, der gerne Tomaten, Pilze in jeder Variation, Risotto und Pasta isst und von sich selbst sagt: „Ich bin ein Speck-Junge“?

RL: „Ich schaue auf das Produkt und halte den Teller so einfach wie möglich. Nicht jeder Gast ist ein „Food-Junkie“, ich möchte aber jeden Gast erreichen, und jeder soll verstehen, was ich da mache. Wenn es Tomate gibt, dann vielleicht in drei verschiedenen Variationen, Texturen und Konsistenzen. Oder ich entdecke längst vergessene Gemüse, wie den „Guten Heinrich“, der an Ruccola erinnert. Ich versuche alles raffiniert und kreativ anzugehen, aber es geht mir immer zuerst um das Produkt und seinen Geschmack.“

(Rezept Velouté vom Guten Heinrich anbei auf Seite 3)

Und was bedeutet nun Natur- und Waldküche?

RL: „Wir nutzen die Zeit vom Frühjahr bis in den Herbst, um unsere Vorratskammern zu füllen, im Prinzip wie damals bei mir Zuhause. Wir sammeln Beeren, Nüsse, Pilze, Kräuter und Nadeln von Fichte, Kiefer, Lärche und Latsche, alles, was die Natur und der Wald hergeben, und dann machen wir vieles ein. Für unser Gemüse und Obst haben wir Bauern gefunden, die extra für uns alte Sorten anbauen und uns täglich frisch beliefern. Es ist unglaublich, wie intensiv die Aromen und Geschmäcker dieser Produkte sind, kein Vergleich zu dem, was durch eine lange Lieferkette zu uns kommen müsste.“ Wir verarbeiten nichts, was nicht bei uns wächst“, betont Roland Lamprecht. „Das würde nicht zu meiner Küche und nicht zum nachhaltigen Konzept des FORESTIS passen.“

Fleisch und Fisch – vegetarisch oder vegan? Auch hierzu hat sich Roland Lamprecht viele Gedanken gemacht und holte sich Inspiration aus der veganen Küche und sogar dem TV - von der Netflix-Serie „The Game Changers“.

RL: „Ich habe mich viel mit der veganen Küche beschäftigt und die Game Changers fand ich sehr interessant. Diese Spitzensportler waren auf der Suche nach der richtigen Ernährung für optimale Gesundheit und Höchstleistung. Sie haben nicht auf Fleisch verzichtet, um die Tiere zu schützen, sondern ihre eigene Gesundheit. Die vegane Küche hat mir nochmal eine andere Richtung aufgezeigt, der Mensch ist nicht dafür gemacht, so viel tierisches Eiweiß zu sich zu nehmen, das belastet uns sehr und unser Körper kommt da nicht mehr mit. Deshalb müssen wir uns mehr Gedanken über unseren Konsum machen, um im Alter nicht Probleme zu haben. Nichtsdestotrotz esse ich ab und zu auch mal ein gutes Stück Fleisch oder einen Fisch – allerdings weiß ich von beiden, woher sie kommen.“

Ein kreativer Kopf wie Roland Lamprecht steht nie still. Deshalb ist der Blick auch bereits in die Zukunft gerichtet.

RL: „Mein Konzept von der Waldküche möchte ich in einem kleineren Rahmen mal richtig auf die Spitze treiben. Wir haben die Idee von einem zusätzlichen Restaurant, in dem wir die Waldküche noch mehr vertiefen können, und das funktioniert halt nur für eine geringere Personenzahl.“

Gemeinsam mit den Hoteliers Teresa und Stefan Hinteregger überlegt Roland Lamprecht jetzt, wohin das neue Restaurant kommt – Möglichkeiten gibt es viele im FORESTIS.

Rezept von Roland Lamprecht

(Der „Gute Heinrich“ – ein Wildgemüse, das an Rucola erinnert.)

Velouté von gutem Heinrich, confiertes Eigelb vom Bauernhof

Chips vom Guten Heinrich

Einige Blätter vom Guten Heinrich mit mildem Olivenöl bestreichen und mit Meersalz und gehacktem, frischem Chili bestreuen. Ein Backblech mit Backpapier belegen und darauf die Blätter vom Guten Heinrich verteilen. Bei ca. 60 Grad und Umluft im Ofen für 4-5 Stunden trocknen.

Confiertes Eigelb

Schüsselchen die etwas größer sind als ein Eigelb bereitstellen. Wenig mildes Olivenöl in einem kleinen Topf erwärmen. Das Öl sollte nicht heißer sein als 60 Grad. Nun den Boden der Schüsseln mit dem Öl bedecken. Frische Freilandeier vom Eiweiß trennen und die Dotter vorsichtig in die Schüsseln geben. Nun so viel Olivenöl nachschütten, bis die Eigelbe komplett bedeckt sind. Nun kommen die Schüsselchen mit dem Eigelb bei 62 Grad Ober und Unterhitze für ca. eine Stunde in den Ofen.

Velouté

2 Schalotten

50ml Weißwein

500ml Gemüsefond

200ml Sahne

2 H

2 Handvoll Blätter vom Gutem Heinrich

Die Schalotten schälen und in feine Scheiben schneiden. Nun diese in etwas Olivenöl leicht und ohne Farbe 2-3 Minuten anschwitzen, bis sie weich sind. Mit dem Weißwein ablöschen und anschließend die Flüssigkeit fast ganz verkochen lassen. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und auf ca. 300 ml einkochen lassen. Nun die Sahne dazu gießen und wiederum etwas einkochen lassen. Sobald die Suppe beginnt zu binden, die restlichen Blätter vom Guten Heinrich beifügen und ganz kurz mitkochen. Nun die Suppe im Mixer sehr fein mixen und durch ein Sieb gießen.

Zum Anrichten

Die Chips separat in eine Schüssel geben und zur Suppe servieren.

Etwas Guten Heinrich in einer Pfanne mit wenig Olivenöl sehr kurz sautieren. In einer Suppenschüssel aus diesem ein Kissen für das Eigelb formen. Das Eigelb aus dem Öl holen. Am besten eignet sich hierfür ein Löffel mit Löchern damit das restliche Öl abfließen kann. Nun das Eigelb vorsichtig auf das Bett aus Gutem Heinrich legen. Die Suppe in ein warmes Kännchen geben und vor den Gästen eingießen.

FORESTIS

Über das FORESTIS

Am 20. Juli 2020 eröffnete das Hideaway FORESTIS auf 1.800 Meter Meereshöhe in Palmschoß auf der Plose oberhalb von Brixen, umgeben von einem dichten Bergwald mit Aussicht auf die Bergmassive des UNESCO Weltnaturerbes Dolomiten und den angrenzenden Naturpark Puez-Geisler. Einem denkmalgeschützten Gebäude aus dem Jahr 1912 wurden drei, der Form von Baumstämmen nachempfundene, skulpturale Suitentürme in unterschiedlicher Höhe zur Seite gestellt, die wie Bäume in den Himmel ragen und sich harmonisch in die Waldlandschaft einfügen.

Alle 62 Suiten des FORESTIS umarmen die Natur. Durch ihre Südausrichtung sind sie ganztägig sonnenverwöhnt und bieten den Gästen einen weiten Ausblick auf die Bergmassive des UNESCO Weltnaturerbes Dolomiten. Die nachhaltige Bauweise und die natürlichen Materialien der Inneneinrichtung, helle Erdtöne sowie der klare Stil der Einrichtung, vermitteln ein Gefühl der Entspannung inmitten der umgebenden Natur. Der FORESTIS Spa erstreckt sich auf einer Fläche von 2.000 m² unterhalb der drei Türme und verteilt sich auf zwei Etagen mit Blick auf das UNESCO Weltnaturerbe Dolomiten.

Weitere Informationen

Homepage: <https://www.forestis.it/>

Buchungen über: +39 0472 521 008 oder reception@forestis.it

Partner: Healing Hotels of the World, Hideaway Hotels, Small Luxury Hotels
Considerate Collection

Preise: ab € 660 pro Suite/Nacht, inkl. Frühstück und Abendessen bei
Doppelbelegung

Hochauflösendes Bildmaterial unter: <https://www.forestis.it/de/presse/hd-bilder>

Pressekontakt

Global Communication Experts GmbH

Claudia Dressler / Sieglinde Sülzenfuhs

Brabanter Straße 4, 80805 München

T +49 89 2153793-82 /-84 / M: +49 173 94444 23

claudia.dressler@gce-agency.com

sieglinde.suelzenfuhs@gce-agency.com