Zeitschrift: Cratschla : Informationen aus dem Schweizerischen Nationalpark
Herausgeber: Eidgenössische Nationalparkkommission
Band: - (2012)
Heft: 2

Artikel: Gourmet à la nature
Autor: Cadonau, Tamara / Cadonau, Dario
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-418842

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

GOURMET À LA NATURE

Die Engadiner Gastronomie kann auf einen reichen Fundus an regionalen Produkten und Rezepten zurückgreifen. Deren Zubereitung erfordert viel Fachwissen – und auch Kreativität. Denn um den Erwartungen der heutigen Gäste gerecht zu werden, braucht es neben Qualität auch Originalität.

Tamara und Dario Cadonau

FRISCH ZUBEREITEN

Eine gepflegte Küche zeichnet sich zuallererst dadurch aus, dass alle Gerichte frisch zubereitet werden. In unserem Betrieb benötigen wir keine Fertigprodukte, keine Anrührsaucen und dergleichen. Fonds, Saucen und Jus werden von Grund auf frisch zubereitet. Ein Kalbsjus etwa köchelt stundenlang, bevor ein Gast ihn zu einem zarten Rindsfilet im Arvenholzmantel geniessen darf. Das Gemüse wird erst dann gekocht, wenn der Gast es bestellt hat. Genauso geht es mit frisch gemachter Pasta oder mit Risotto und weiteren Beilagen. Für eine solche Zubereitung der Gerichte benötigen die Köche Zeit und Fachwissen. Qualität hat ihren Preis. Qualität heisst: Es sind einige Mitarbeitende im Einsatz, es sind Produkte aus der Gegend und es sind hochwertige Esswaren. Wir machen immer wieder die Erfahrung, dass für die Gäste der etwas höhere Preis gerechtfertigt ist. Denn sie wissen, dass die Produkte frisch sind und aus der Region stammen, und dass extra für sie gekocht wurde. Mit Liebe, mit Freude und mit feinen Zutaten. Gäste, die schnell essen und zugleich wenig bezahlen wollen, müssen in Kauf nehmen, dass die Gerichte aufgewärmt werden und kaum aus der Region kommen. Der Gast hat somit die Wahl.

IN LAIN Hotel Cadonau in Brail
Das kürzlich eröffnete Engadiner Hotel liegt exakt in der Mitte zwischen St. Moritz und Scuol.

In einer authentischen Landschaft entstand neben dem bestehenden 400-jährigen Engadinerhaus, welches die Restaurants, die Rezeption und vier Engadiner-Suiten beinhaltet, ein moderner Neubau.

Der Minergiebau, welcher im Dezember 2011 eröffnet wurde, beinhaltet sechs Junior-Suiten, vier Garten-Suiten, eine Wellness-Suite, die Bar/Lounge und die Sonnenterrasse mit Gartenküche.

NATÜRLICH GEWACHSEN UND GEWÜRZT

Wir achten auch darauf, dass Produkte möglichst natürlich wachsen und dies möglichst biologisch. Unsere Gäste verlangen viel, vor allem sind die Erwartungen an Gemüse sehr gross. Dies ist auch für die Bauern eine grosse Herausforderung. Wichtig ist, dass Gemüse und Früchte optimal reifen können. Ein Teller mit frisch angerichteten Produkten muss wie ein kleines Kunstwerk aussehen. Farben, Formen und Geschmäcke müssen sich ergänzen. Wir arbeiten deshalb auch wenn immer möglich mit Kräutern aus dem eigenen Kräutergarten. Von der Küche aus haben wir einen direkten Zugang zu ihm. Unsere Gäste schätzen dies sehr und gerne erzähle ich auch, welche Kräuter ich zu welchen Produkten verwende (s. Rezept). Da das Interesse gross ist, bieten wir auch Kräuter-Kochkurse an.

KOCHEN AUS PASSION

Für mich ist es das Grösste, wenn ich Gäste bekochen kann. Es ist sehr schön zu sehen, dass es viele Menschen gibt, die eine anspruchsvolle Küche schätzen und sich einen gemütlichen Abend bei uns gönnen. Viele unserer Gäste sind im Engadin in den Ferien und können sich die nötige Zeit zum Geniessen nehmen. Für mich als Koch ist es wichtig, dass ich mich mit den Gästen unterhalten kann. Viele Gäste wollen alles über ihre Gerichte wissen und ich verrate auch gerne ein paar Geheimtipps. Es ist auch schön zu sehen, wie wichtig für viele Menschen eine gesunde Ernährung ist und wie sie es schätzen, dass wir lange für sie gekocht und vorbereitet haben. Kochen ist meine Passion, meine Berufung und das, was ich am liebsten tue. Wenn sich glückliche Menschen bei uns verabschieden und später wieder kommen, weiss ich, warum ich sehr viel Zeit in meinen Beruf stecke und fast Tag und Nacht für unsere Gäste da bin.

AUSWÄRTS ESSEN

Leider kennen viele Menschen die frische, echte Küche nicht mehr. Die Zeit ist hektisch und das Schönste auf der Welt, das genussreiche Essen, hat für viele an Stellenwert verloren. Essen passiert irgendwann zwischendurch, man isst einfach, damit man gegessen hat.

Paradoxerweise haben auch wir oftmals wenig Zeit zum Essen, denn in der Gastronomie haben die Gäste, von den ersten am Morgen bis zu den letzten in der Nacht, immer Priorität. Doch wenn wir zusammen auswärts essen gehen, nehmen wir uns viel Zeit und geniessen es in vollen Zügen bis spät in den Abend.

Tamara & Dario Cadonau, IN LAIN Hotel Cadonau, Crusch Plantaun 217, 7527 Brail

Gebratenes Rotbarbenfilet auf Zucchini-Couscous mit Kräutersalat und Joghurtsauce

Rezept von Dario Cadonau

Zutaten für 4 Personen

Zubereitung Rotbarbe

4 frische Rotbarbenfilets

Ganze frische Rotbarben filetieren.
Die Filets mit Gewürzsalz und Pfeffer aus der Mühle würzen.
Olivenöl, Gewürzsalz, Pfeffer aus der Mühle und anschliessend im Olivenöl braten.

Zubereitung Couscous

160 g Couscous, 220 ml Gemüsefond, 30 g grüne Zucchini-Würfel, 30 g gelbe Zucchini-Würfel, 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer aus der Mühle

Olivenöl in einer Pfanne leicht erhitzen, die Zucchiniwürfel beifügen und leicht anziehen lassen.
Couscous beifügen und mit Gemüsefond auffüllen.
Deckel auf die Pfanne geben.
Couscous vom Herd nehmen und 5 Min. quellen lassen.
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Kräutersalat

5 g Friseesalat, 4 g Castel Franco, 3 g Dill, 3 g Kerbel, 30 g Daikonkresse, 3 g Rock Chives, ½ EL Olivenöl, Salz und Pfeffer aus der Mühle

Salate und Kräuter fein zupfen, Kresse beifügen.
Mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Joghurtsauce

40 g Joghurt nature, 10 g Crème fraîche, Salz, Pfeffer, Zitronensaft

Joghurt und Crème fraîche zusammen vermischen.
Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle und Zitronensaft abschmecken.