

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2006)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Starkoch mit Bodenhaftung  
**Autor:** Fischer, Monika  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820812>

#### 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:** 18.01.2026

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

# Starkoch mit Bodenhaftung

**Als Küchendirektor der luxuriösen Bürgenstock-Hotels hat er sich 17 Gault-Millau-Punkte erarbeitet. In der ganzen Schweiz bekannt wurde Armin Amrein als Fernsehkoch im Coop-Studio. Trotz allem ist der Küchen-Guru und Fernsehstar ein einfacher Mensch geblieben. Neben kulinarischen Rezepten hält er auch solche fürs Leben bereit.**

Die Sicht durch die weite Fensterfront im Bürgenstock Club auf den Vierwaldstättersee und die Stadt Luzern ist traumhaft. «Es ist ein Privileg, an einem solch wunderschönen Ort arbeiten zu dürfen», schwärmt Armin Amrein und fügt hinzu: «Im Oktober werde ich diesen einzigartigen Arbeitsplatz nach 32 Jahren verlassen. Die Hotels werden geschlossen.» Er sagt dies wie selbstverständlich, ohne Bedauern. «Es wird weitergehen, ich mache mir keine Sorgen um die Zukunft. Vorläufig bin ich noch da.» «Herzlich willkommen», begrüßt er wenig später einen Gast. Die Frau freut sich: «Bei einem solchen Empfang fühle ich mich auf Anhieb wohl.» Auch Armin Amrein ist glücklich: «Es kostet wenig, andern eine Freude zu machen.» Diese positive Grundhaltung zieht sich wie ein roter Faden durch seine 50 Lebensjahre. Aufgewachsen in Kriens, lag für ihn eigentlich eine musikalische Laufbahn nahe. Vater Toni Amrein – übrigens der erste Musiklehrer von Pepe Lienhard – war ein begnadeter Musiker. Der junge Armin lernte Klarinette und spielte als Jungmusikant bei der Feldmusik Kriens. Doch nach einem Kochkurs während der Schulzeit wusste er: «Das ist mein Beruf.»

Im Volkshaus Luzern, dem heutigen Hotel Anker, absolvierte er im einfachen Betrieb die Kochlehre. Zusammen mit Kollegen machte er eine erste strenge Sommersaison im Grand Hotel Bürgenstock und nahm sich vor, niemals dorthin zurückzukehren. Es kam anders. Er arbeitete im Restaurant Mövenpick und hatte die RS absolviert, als er vom Bürgenstock-Chef Paul Rüegsegger als Chef für die kalte Küche angefragt wurde. Armin Amrein packte die Chance und sagte zu. In den letzten 32 Jahren stieg er mit viel Begeisterung und grossem Arbeitseinsatz die Karriereleiter Stufe um Stufe bis zum Küchendirektor der Bürgenstock-Hotels hinauf.

Bis 1991 galt die Anstellung im Bürgenstock lediglich für die Sommersaison. Es waren acht strenge Monate, während deren er kaum einen Tag frei hatte. Im Winter konnte er dies ein Stück weit kompensieren. Unvorstellbar aber, dass Armin Amrein einfach Pause machte. So kochte er in Zürich, Engelberg, Arosa und im Hotel Seehof in Davos, wo die Tage rund um Silvester und das WEF jeweils sehr streng waren. Als besonders interessant bezeichnet er die sechs Jahre in Moskau, wo er im Herbst vier Wochen lang während des ATP-Tennis-Turniers als Küchenchef für das Spielerrestaurant zuständig war und Tennisstars aus der ganzen Weltelite begegnete.

## Zur richtigen Zeit am richtigen Ort

Die Familie mit den Töchtern Ramona (23) und Olivia (18) begleitete ihn bis zum Schuleintritt der Kinder an seine Arbeitsorte. Leider zerbrach die Partnerschaft an dem überaus belastenden Alltag. Umso mehr schätzt Armin Amrein die bis heute gute Beziehung zu den Töchtern und ihrer Mutter. Und er ist überglücklich, in der Bündneerin Corina Juon seit zehn Jahren eine verständnisvolle Partnerin zur Seite zu haben.

«Ich hatte viel Glück in meinem Leben und war immer wieder zur richtigen Zeit am richtigen Ort», freut er sich und weist auf seine 12-jährige Tätigkeit als Fernsehkoch im Mittwoch-Coop-Studio hin. Mit dem glücklichen Zufall allein war es allerdings nicht getan. Er packte die Chance, als er von der Möglichkeit hörte, und liess sich auch von den Kollegen nicht abhalten, die ihn belächelten. Im Fernsehstudio präsentierte er mit viel Spass einfache Menüvorschläge, wenn beispielsweise die Aprikosen-Aktion war. Später kochte er die Menüs aus der Coop-Zeitung nach. Die Fernsehauftritte machten ihn bekannt und waren ein Riesenerfolg. Ein eigenes Kochbuch war der krönende Abschluss.



Mit der Bezeichnung «Star-Koch» kann er aber wenig anfangen. «Das sehen andere so. Ich fühle mich überhaupt nicht als Star und bin ein einfacher Mensch geblieben. Natürlich geniesse ich den Erfolg, liegt doch harte Arbeit dahinter.» Armin Amrein meint, was er sagt. Dies ist im Gespräch spürbar. Er betont die Bedeutung des Herzens und des Kopfes: «Wenn man an der Arbeit Freude hat und sich entsprechend einsetzt, kommt der Erfolg von selber. Natürlich gehört dazu auch der Wille, das Bestmögliche zu leisten und die eigene Bequemlichkeit zu überwinden.» Mit dieser Einstellung kommt er zum Beispiel auch mit seinen Rückenschmerzen zurecht. Und so empfindet er es auch nicht als Druck, sondern als Motivation, zusammen mit seinen Mitarbeitern das hohe Niveau halten zu können.

Als Küchendirektor führt er noch wenige Wochen die Küchenbrigade von 20 Personen. Er arbeitet eng mit dem Kongressbüro zusammen, nimmt Bestellungen entgegen, organisiert den Einkauf, stellt Menüs zusammen. Neben den

**Armin Amrein steht auch heute noch mit Leidenschaft in der Hotelküche und verwöhnt die Gäste mit exquisiten Köstlichkeiten. Er kocht aber nur, was er selber auch gerne isst.**

organisatorischen Aufgaben steht er regelmässig selber am Herd, wo er mit Vorliebe Fleisch und Fisch zubereitet. Dies sei eine wichtige Voraussetzung für seine Lehrtätigkeit bei den Kochlerlingen und den Hauswirtschaftslehrerinnen der Kantone Ob- und Nidwalden.

#### Kochen mit saisongerechten Produkten

«Ich kuche nur, was ich selber gerne esse. Und das ist fast alles», bemerkt er lachend. Wichtig ist ihm die Verwendung von saisongerechten und marktfrischen Produkten. Es macht für ihn auch keinen Unterschied, für alte oder für junge Gäste zu kochen. Wenig anfangen kann er mit der Low-Calorie-Küche. An deren Stelle hat er die «leichte Küche» mit besonders gut verdaulichen Gerichten eingeführt. Sie sind auf der Speisekarte mit einem Federchen bezeichnet. Grossen Wert legt er ebenfalls auf liebevoll gekochte Gerichte für Vegetarierinnen und Vegetarier. «Armin Amrein's vegetarische Überraschungen», heisst es entsprechend auf der Menükarte.

**Autohaus Sigrist AG**, Beim Strassenverkehrsamt Luzern  
6010 Kriens, Tel. 041 310 77 77, [www.bmw-sigrist.ch](http://www.bmw-sigrist.ch)

Der BMW 3er  
325xi  
330xi  
330xd



Freude am Fahren

**xDrive**  
Das intelligente  
Allradssystem  
von BMW



## Intelligenter kann man Kraft nicht verteilen. **xDrive, das Allradssystem von BMW.**

**xDrive reagiert in Sekundenbruchteilen auf den Untergrund und verteilt die Antriebskräfte stufenlos auf die Vorder- und Hinterachse.** Eine elektronische Steuerung überwacht die Drehzahl der Räder, den Lenkwinkel und die Gaspedalstellung. So weiss xDrive immer, wie viel Haftung die einzelnen Räder haben, und kann vorausschauend reagieren. Fehlende Traktion wird schon im Ansatz erkannt. Das Ergebnis: optimaler Vortrieb und Dynamik auf jedem Untergrund.

**BMW Service Plus** Gratis-Service bis 100 000 km oder 10 Jahre, Garantie bis 100 000 km oder 3 Jahre, [www.bmw.ch/bsp](http://www.bmw.ch/bsp)

## KURHAUS **SEEBLICK** WEGGIS



### **Ihr Kurhaus an der Zentralschweizer Riviera**

- Ruhig gelegen, wenige Gehminuten vom See
- Modern eingerichtete Zimmer mit See- oder Rigiblick
- Frühstücksbuffet, Auswahlmenus, Diät- oder Schonkost ohne Aufpreis
- Eigener Kurarzt, Akupunktur, medizinische Betreuung rund um die Uhr
- Wellness-Angebot und Hallenbad in unmittelbarer Nähe
- Breites Kulturangebot in Weggis, eigenes Wochenprogramm

Information und Reservation: Telefon 041 392 02 02

[www.kurhaus-seeblick.ch](http://www.kurhaus-seeblick.ch) / [info@kurhaus-seeblick.ch](mailto:info@kurhaus-seeblick.ch)



Für neue Gerichte lässt er sich überall inspirieren – aus Büchern, beim auswärts Essen oder durch Zeitungsausschnitte mit Rezepten, die seine Mutter für ihn sammelt.

Das Leben und Wirken von Armin Amrein ist unglaublich vielseitig. Entsprechend viel gäbe es noch zu erzählen. Etwa vom Fernsehauftritt bei Kurt Aeschbacher zum Thema «Muntermacher», von seiner Tätigkeit als Botschafter für die Sojasauce «Kikkoman», vom bevorstehenden Kochaward. Oder von seiner Liebe zur Musik, die ihn bis heute begleitet. «Ich bin ein rüdiger Fan von Carlo Brunner und habe auch die Musik von Hans Aregger sehr gern», verrät er und schwärmt geradezu von den Ländler-Gourmet-Abenden, die er mit Erfolg organisiert hat.

### **Das tun, was einem Freude macht**

Hat Armin Amrein bei all den Aktivitäten keine Angst vor einem Loch, wenn Ende Oktober mit der Schliessung der Bürgenstock-Hotels alles zu Ende ist? Er verneint: «Ich möchte all das machen, was bis jetzt zu kurz gekommen ist: Sprachen lernen, mich auf dem Computer weiterbilden, in anderen Küchen schnuppern. Es gibt so viele Möglichkeiten im Leben!» Er verweist auf sein Lebensrezept: «Wichtig ist, das innere Feuer zu hüten und das zu tun, was einem Freude macht. Das heisst auch, an sich und die eigenen Kräfte glauben, sich nicht niederdrücken lassen, wenn es mal nicht wie gewünscht läuft. Und sich manchmal überwinden und durchkämpfen.»

Dies übt er täglich, wenn er am Morgen eine halbe Stunde früher aufsteht und mit dem Velo von Stansstad den Bürgenstock hinauffährt. «Bei dieser Anstrengung löst sich manches, was mich bedrückt. Oben angekommen fühle ich mich frei und frisch. Nach dem «Zmörgele» mit den Köchen bin ich bereit für die Arbeit. Ich fühle mich stark und könnte Bäume ausreissen.» So liegt es Armin Amrein fern, sich um die Zukunft zu sorgen. Als festes Standbein wird er weiterhin unterrichten. Gegen Jahresende steht ein kurzer Einsatz im Luzerner Alterszentrum Eichhof und dem Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Luzern auf dem Programm. «Ich mache dies gern, und für die alten Menschen bedeutet es eine Abwechslung. Ich bin glücklich, wenn ich andern eine Freude machen kann.»

Monika Fischer



Das folgende Gericht hat Armin Amrein speziell für die Zenit-Leserschaft kreiert und gekocht:

## **Armin's Bread and Butter Pudding auf Fruchtecoulis**

Zutaten für 4 Personen

### **Pudding:**

Rosinen (nach Belieben) in Wasser über Nacht einweichen

Zwieback oder Brioche (Menge je nach Grösse der Gratinform)

80 g Butter, weich

5 dl Milch

50 g Zucker

1 Vanillestange, ausgeschabtes Mark

5 Eigelb

30 g Aprikosenkonfitüre, passiert

Puderzucker zum Bestreuen

**Zubereitung:** Eine Gratinform leicht mit Butter bestreichen und den Boden mit den eingeweichten Rosinen bestreuen. Den Zwieback oder die Brioche Scheiben mit Butter bepinseln und danach ziegelartig in die Form schichten. Die Milch mit dem Zucker und dem Vanillemark leicht erhitzen – nicht kochen – und das Eigelb einrühren. Den Guss auf die Brotscheiben giessen, im Ofen bei 130 C im Wasserbad stocken lassen und anschliessend mit der Aprikosenmarmelade bestreichen, mit Puderzucker bestreuen und unter dem Salamander oder bei starker Oberhitze im Ofen leicht glasieren.

Verschiedene Fruchtsaucen und Beeren verwenden.

**Anrichten:** Mit Hilfe eines Ringes den Pudding ausstechen und auf einen Teller legen. Mit den Beeren umlegen, mit den Fruchtsaucen den Teller dekorieren, und mit Minze garnieren.

**Tipp:** Man kann den Pudding auch mit einer Kugel Vanilleeis oder mit einem Kaffee zum Abendessen servieren.

Kochbuch: Armin Amrein's Jahreszeiten, Coop-Presse, gebunden CHF 33.–