



GAULTMILLAU | PATRICIA FRAGT NACH

Ran an den Suppentopf! Zwiibäläsüppä & Ramen

Hochsaison für Suppen: Die Chefs Stefan Heilemann, Stefan Lünse und Beat Walker verraten Tipps & Tricks.

22. Januar 2026 - 06:00 Uhr



KÖCHE HABEN ES BESSER. Sie können auf Berge von Karkassen und Knochen zurückgreifen, und das merkt man ihren Suppen an. Bei mir zu Hause bin ich eigentlich nur über meinen Pot-au-feu so richtig happy: Ich kaufe beim Metzger meines Vertrauens (Metzgerei Blättler, Luzern «Genuss für Leib und Seele seit 1895») einen Tafelspitz (Huftdeckel) ein, köchele ihn stundenlang mit Lauch, Rüebli, Sellerie und möglichst viel Markbein; der Pot-au-feu wird jeden Tag besser. Suppen-Alternativen? Ich fragte bei den Starchefs Stefan Heilemann («Widder», Zürich), Stefan Lünse («Zermatterhof», Zermatt) und Beat Walker («Im Feld», Gurnellen UR) nach.



Startschuss ins Menü von Beat Walker in Gurnellen: Ein Suppentopf, mitten auf den Tisch, herzhalt & gut.

BEAT WALKER: SUPPENTOPF MITTEN AUF DEN TISCH. Dass 15-Punktechef Beat Walker in seinem 146-jährigen Gasthof hoch über der Gotthard-Autobahn fürs Leben gerne Suppen zubereitet, ist «Im Feld» nicht zu übersehen. Er stellt Topf und Kelle mitten auf den Tisch, die Gäste packen lustvoll zu, «wie bei der Grossmutter zu Hause». Am liebsten schöpft er seine Herbst- und Wintersuppen: Marroni-Speck-Steinpilz, Pastinaken-Birne oder seine neueste Kreation: Garämelisiärti Zwiibäläsüppä mit Vanille! Ab März gibt es dann eine Gurnäller Geiss-Süppä. Walker: «Der Gitzschlegel ist auf unserem Dachboden bereits am Trocknen.» Woher stammen eigentlich die vielen Suppentöpfe? «Die Gäste bringen sie uns mit», freut sich der Patron.

www.feld.ch

Kokos-Zitronengrassuppe by Stefan Lünse: Der «Zermatterhof»-Chef mag's auch mal asiatisch. >> [Zum Rezept](#)

LÜNSE: «SUPPEN SIND CHEFSACHE!» An die Suppentöpfe lässt der Zermatter 16-Punktechef vom Swiss Deluxe Hotel Zermatterhof keinen ran: «Ich produziere sie gerne selber, am liebsten von Grund auf und allein.» Passen Suppen in ein elegantes Fine Dining-Menü? «Das ist doch eine tolle Überraschung, wenn man gerade in den Bergen eine geschmacklich besonders gute Suppe kriegert. Sie gibt dem Gast ein wohliges Gefühl.» Lünse Variante im aktuellen Menü: Schaumsuppe von Aemme Shrimps, mit Kroepoek und Zironenverbene. Der Chef: «Irene Kunz vom Eyhof in Burgdorf hat mir ein paar Krebse zum Probieren gebracht. Ich war hell begeistert.» Was mag Lünse zu Hause? «Hühnereintopf mit Zitronengras und Sojasauce.»

Was ist der Ansatz für eine gute Suppe? Lünse: «Natürlich immer die Zutat, wonach die Suppe schmecken soll. Für eine Randensuppe kommen nicht nur Randen rein, sondern anstatt viel Wasser natürlicher Randensaft, dazu eine geräucherte oder geröstete Rande. Für die Säure verwende ich verschiedene Essigsorten, Zitronensaft oder Verjus.» Die Mengenangabe vom Profi: 140 ml pro Person in einem Menü, 320 ml als Hauptgang.

www.zermatterhof.ch

Der Renner im «Soi 28»: Ramen, Thai-Style mit einem Ei vom «Schlattgut».

Ein Händchen für asiatische Suppen: Stefan Heilemann.

Nicht verpassen! Der Thai-Beef Salat im «Soi 28».

HEILEMANN: SUPPENHUHN & POULETKEULEN. Der 18-Punktechef hat mit seinen Suppen gerade grossen Erfolg, genauer mit den Ramen, die er in der neuen Widder-Filiale «Soi 28» serviert. «Ramen gibt's heute überall, aber für mich entscheidet sich alles an der Brühe. Sie ist das Herz des Gerichts!», sagt Heilemann, «bei uns entsteht sie aus Suppenhuhn und Pouletkeulen, die ich fünf bis sechs Stunden langsam koche. Es geht mir um Tiefe, Klarheit und Balance.» Im «Soi 28» liegen Eiernudeln in der Brühe («besser als japanische Ramen-Nudeln»). Geheimtipp: Für Tiefe und Schmelz geben die Jungs etwas Nussbutter und knusprige Poulet-Haut dazu.

Heilemann serviert eine Ramen-Suppe, die bewusst nicht klassisch japanisch ist. Die Idee kommt aus Thailand, Vorbild ist die Khao Kha Moo. «Ich arbeite mit Poulet statt mit Schwein, schmecke die Suppe mit Yuzu, Kaffirblätter, Ingwer und Zitronengras ab. Und das Ei in der Suppe? «Die Eier stammen von unserem eigenen Bauernhof, dem Living-Circle-Betrieb «Schlattgut» in Herrliberg. Wir kochen das Ei sechseinhalb Minuten lang, so wird das Eigelb schön wachweich. Dann legen wir die Eier für 24 Stunden in einer Soja-Sesam-Marinade ein. Das Ei ist für mich kein Topping, sondern ein wichtiger Teil der Ramen.» Passt Ramen auch ins Fine Dining-Restaurant? «Klar doch. Wir haben sie schon mit Kalbskopf, Backen, Zunge und Périgord-Trüffel serviert.»

www.widderhotel.com

Fotos: Thomas Buchwalder, Valeriano Di Domenico, Karl-Heinz Hug, Lukas Lienhard, HO

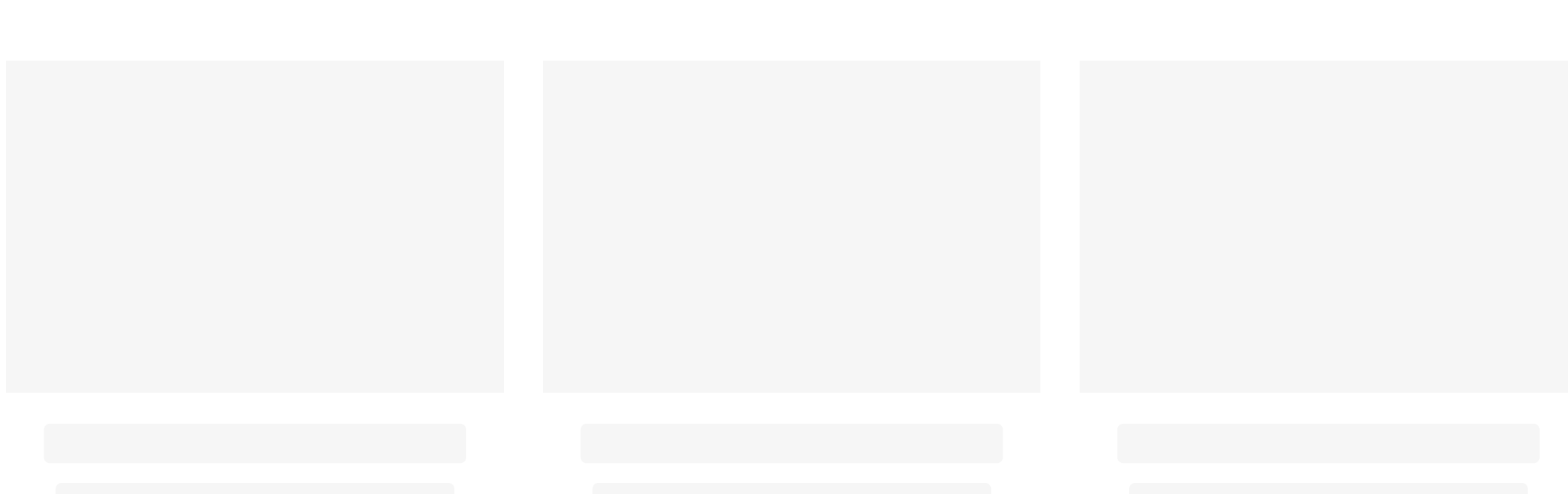
Rezept

Erbensuppe mit Milken by Martin Thommen

Patricia Heller ist Leiterin des GaultMillau-Channels. Sie hat den direkten Draht zu den besten Chefs im Land: «Ich mache gerne Geschichten mit ihnen und setze beim Kochen und Backen ihre Tipps und Tricks selber um.» [Mehr erfahren](#)

Stichworte: The Living Circle, Zermatt, Swiss Deluxe Hotels

RELATED STORIES





GURTNELLEN

GASTHAUS IM FELD

– Wo traditionelle Urner Gerichte modernisiert und veredelt werden –



Ist ein beliebtes Wanderziel: Der Arnisee. Die Anfahrt mit der Mini-Gondel von Amsteg verlangt etwas Mut.



Küchenchef Beat Walker (l.) und Ehemann Roland Gloor pflegen eine Gourmet-Küche. Das zeigt auch ihre Tomatenterrine.



AMBIENTE Ein alter Gasthof mit weiss aufgedeckten Tischen in verschiedenen Stuben und einer Sonnenterrasse. Hier bleibt man nach der Wanderung gerne sitzen und erlebt mit Glück, wie Inhaber Beat Walker einem Gast zum Geburtstag mit der Drehleier ein Ständchen vorspielt.

ESSEN Küchenchef Beat Walker ist ein ausgezeichneter Koch

(15 Punkte von «Gault Millau»). Mittags bereitet er À-la-Carte-Gerichte zu. Er orientiert sich an alten Urner Rezepten seines Lehrmeisters Emil Stadler, der auch Kochbuchautor war, und modernisiert sie. Abends gibts ein Menü, wobei der Chef die Gerichte persönlich serviert und humorvoll erklärt. Der Rohschinken stamme aus seinem Estrich,

die Eierschwämmli habe der Dorfpolizist gesammelt.

AN- ODER ABREISE

Mit dem Postauto nach Amsteg Grund. Dann Luftseilbahn Richtung Arnisee (oder ab Intschi). Ab Gurtzellen Dorf mit dem Rufbus Mybuxi zu ÖV-Anschlüssen



in Gurtzellen Wiler oder in Wassen. Dorfstrasse 56, Gurtzellen Dorf, Tel. 041 885 19 09. feld.ch

WANDERTIPP Von der Bergstation Mittelarni zum Arnisee und nach Gurtzellen Dorf. Distanz: 6,9 km, Dauer: 2 Stunden.

Schon die Fahrt in der kleinen Gondel von Amsteg zur Bergstation Mittelarni ist ein Abenteuer – schwin-

delanfällige Menschen besteigen besser die Bahn in Intschi. Oben angekommen, findet man sich in einer Idylle mit Alpweiden und dem Arnisee wieder. Die Wanderung über die teils unbefestigte Alpstrasse nach Gurtzellen führt durch steile Hänge mit heuenden Bauern, behornem Rindvieh (wir sind in Uri) und wechselndem Baumbestand. ■



STARCHIEFS

Im Feld: Der Gamspeffer-Trick von Mama Berti

Beat Walker ist zurück in Gurtellen UR. Seine genialen Wild-Gerichte lohnen auch eine etwas längere Anreise.

von Urs Heller | 22. September 2024 - 06:00 Uhr



Teilen

Fotos: Valeriano Di Domenico

GÄMSCHIPFÄFFER & BANZOGLÄ. Beat Walker (grosses Bild oben) strahlt wieder. Er ist neu verheiratet (mit Roland Gloor), und er heizt im 145jährigen, hübschen Landgasthof hoch über Gurtellen wieder den Herd ein. Die Gäste strahlen nach. Sie mögen Chef und Beiz, und sie wissen: Ist Wildsaison, läuft der Chef zu Hochform auf. Gut war schon der Start: Ein rassiges Hirschwürstli, mit Eierschwämmli, Zwetschgen und einer Kleinstportion Polenta. Noch besser war der «Gämschöpfäffer», mit fantastisch tiefer Sauce, der vollen Ladung Beilagen. Und vor allem mit «Banzogglä»: So heissen im Urnerland die mächtigen Spätzli, die in der Pfanne kurz angebraten werden.



Der beste Gang: «Gämschöpfäffer», mit fantastisch tiefer Sauce & «Banzogglä».

DER TRICK VON MAMA BERTI. Wie kriegt man für Gams- (und auch für Hirschpeffer) eine so wunderbare Sauce hin? Beat Walker: «Ich bereite ihn nach einem Rezept meiner Mutter Berti zu. Sie hat das Fleisch immer gebeizt und auch noch kurz gedämpft, bevor sie es angebraten hat. Und: Sie verzichtet auf Blut, nimmt dafür einen Kaffee-Ersatz, den man im Grossverteiler kaufen kann.» Ergebnis? Prima. Sollte der Beat wieder mal für seine Mutter kochen.

TAGESTELLER? GAMS & HIRSCH. Jede rechte Landbeiz serviert einen Tagesteller. Bei Beat Walker sieht die Tagesempfehlung so aus: Gamsrücken, Hirschschnittzeli. Letztere sind vor lauter Beilagen auf den ersten Blick kaum mehr zu sehen. Auffallend dabei: Nicht nur Rücken und Schnittzel sind perfekt zubereitet, auch Wirsing, Rotkraut, Vanille-Apfel, Rotwein-Birne und Mirabelle. Selbstverständlich ist das nicht: Walker steht mutterseelenallein in der Küche, ist sehr froh, «dass mir mein Partner hilft und auch im Service zupackt».



Wohlfühladresse: «Im Feld» in Gurtellen UR.



145 Jahre! Der Landgasthof ist bereits in 5. Generation.



Kunst im Restaurant: Bildhauer Peter Bissig stellt aus.

DER DRITTE MANN: METZGER HEINZER. Personalmangel also auch im Urnerland, und das ändert die Vorbereitung der Wildwoche. Beat Walker, Gastgeber in fünfter (!) Generation: «Ich habe keine Zeit mehr, um ganze Tiere einzukaufen und selbst zu zerlegen.» Aber dafür hat man ja seine Freunde: Metzger Markus Heiner im Muotathal. Der weiss genau, was der Chef wünscht, kauft in Silenen, auf der Rigi und im eigenen Tal fachkundig ein, liefert nicht nur Rücken, Schnittzel und Fleisch für den Pfeffer, sondern auch Berge von Wildknochen. Die braucht's für die verblüffenden Saucen. Mal gib't die Rotweinsaucen mit «süürä Chriäsi» (saure Kirschen), mal mit «Ginsoosä»; der Gin stammt aus dem nahen Meiental. Das Dessert hat uns auch gefallen: «Chatzesäicherli»-Sorbet. Gemeint ist ein Sorbet aus Uva Americana.



Packen zusammen an: Chef Beat Walker mit seinem Gastgeber und Ehemann Roland Gloor.

HECHT VOM «SCHWYBOGEN». Wildwochen im Herbst und Gitzi im Frühling sind die Highlights im kulinarischen Kalender, aber natürlich haben die beiden Gastgeber noch mehr zu bieten. Wunderbare Suppen, die in einem grossen Topf mitten auf den Tisch gestellt werden. Oder Hecht, gefangen von Michael Näpflin im «Schwybogen» am Vierwaldstättersee; Urdinkel-Risotto aus Erstfeld gibt es dazu.

www.feld.ch

Tierwohl & Tierschutz

Fleisch aus der Schweiz ist von hoher Qualität. Grund dafür sind strenge Gesetze und die natürlichen Ressourcen. Die Schweizer Fleischproduktion hebt sich von derjenigen im Ausland ab. Das betrifft Betriebsgrössen, Haltung, Fütterung und Rassen. Auch bei Themen wie Tierwohl und Tierschutz geht die Schweiz einen Sonderweg.

>> www.schweizerfleisch.ch



Urs Heller Der GaultMillau-Chef: «Ich will die besten Köche, Gastgeber, Produzenten und Winzer entdecken, fordern und fördern. Das ist unsere Mission.» [Mehr erfahren](#)

Stichworte: Schweizer Fleisch

RELATED STORIES



HOT TEN

New entries! Neue Stars im GaultMillau 2025

Neu in der «gelben Bibel», und das mit stolzer Bewertung: Zehn Namen, die man sich dringend merken muss.



STARCHIEFS

Die News! Chez Vrony, die Gantis & Caduff

Foodie-Termine: Die Zermatter Kult-Beiz in Luzern. Winzerlunch im Widder. Wild mit Jäger Beat Caduff.



HOT TEN

Zehn Tipps: Easy Lunch in St. Moritz!

In St. Moritz fährt nicht jeder Ski. GaultMillau empfiehlt Beizen, Lobbys & Terrassen für den Lunch im Dorf.



STARCHEFS

Comeback am Gotthard: Beat Walker ist zurück

Herzprobleme, Liebeskummer, Corona – und jetzt ein Happy End: Das Gasthaus in Gurtellen UR ist wieder offen.

von Urs Heller | 14. April 2024 - 06:00 Uhr



«**DEN SECHSER IM LOTTO.**» Gourmets, die durch den Gotthard rollen, haben vor und nach dem Tunnel zwei sichere Adressen. Das zauberhafte «Alla Stazione» von Ermanno Crosetti in Lavorgo. Und neuerdings auch wieder den 145 Jahre alten Gasthof «Im Feld» in Gurtellen-Dorf, hoch über Autobahn und Stau. Beat Walker (grosses Bild oben), Besitzer in fünfter Generation, meldet sich zurück. Frisch verheiratet (mit Roland Gloor), hochmotiviert und in alter Form. Walker lässt es etwas gelassener und achtsamer angehen als vorher. Aber seine Küche lohnt noch immer den Umweg. Beat über sein Comeback und seinen neuen Partner, der die Buchhaltung macht und in Spitzenzeiten serviert: «Ich habe den Sechser im Lotto gezogen.»



Bijou am Fusse des Gotthards: Das «Gasthaus im Feld» in Gurtellen UR.

DIE VOLLE LADUNG GITZI. Walkers Fanclub ist vor allem zwischen Ostern und Pfingsten vor Ort. Gitzi-Zeit! Die Tierchen weiden im «Geissenparadies» von Christian Naef auf der Göscheneralp. Wir kriegen die volle Ladung, perfekt gebraten und mit feinem Jus: Koteletten, Stotzen, Leberli, Nierli «und ein paar Rippli zum Gnagen». Beilage: «Siiwgagglä». Für Nicht-Urner: Kartoffeln und Gemüse. «Siiwgagglä ond Gmiäs» gibt's auch zu «Grosi's Hacktätschli».



In der heimeligen Gaststube fühlt man sich auf Anhieb wohl.

HECHT VOM «SCHWYBOGEN». Beat Walker kann auch Fisch. Hecht, gefangen von Michael Näpflin im «Schwybogen» am Vierwaldstättersee. Dafür gibt's zweimal Applaus: Für den perfekt gebratenen und gut gewürzten Raubfisch. Und für den Urinkel-Risotto dazu. Wisi Zraggen und seine Familie produzieren ihn in fünfter Generation auf dem «Bielenhof» in Erstfeld, Walker rührt ihn wunderbar an. «Urner Produzenten liegen mir besonders am Herzen», sagt der Chef. Zur Tradition seines Gasthofs gehört, dass die Tagessuppe immer in einem riesigen Topf mitten auf den Tisch kommt. Verführerischer Inhalt diesmal: Spargelsuppe, mit Vanille. Alternative: «Caramellisierti roti Böllasuppä mit Bärlauch». Gemeint ist eine Zwiebelsuppe. - Abends ein Überraschungsmenü mit dem leicht esoterischen Namen «Äs», vier bis sechs Gänge. Hotelzimmer.

>> www.feld.ch

>> Fotos: Olivia Pulver, HO

REZEPT



Das perfekte Gitzi!



Urs Heller Der GaultMillau-Chef: «Ich will die besten Köche, Gastgeber, Produzenten und Winzer entdecken, fordern und fördern. Das ist unsere Mission.» [Mehr erfahren](#)

Stichworte: Osterfest

RELATED STORIES



STARCHEFS

Im Feld: Der Gampfeffer-Trick von Mama Berti

Beat Walker ist zurück in Gurtellen UR. Seine genialen Wild-Gerichte lohnen auch eine etwas längere Anreise.



HOT TEN

Zehn Tipps: Easy Lunch in St. Moritz!

In St. Moritz fährt nicht jeder Ski. GaultMillau empfiehlt Beizen, Lobbys & Terrassen für den Lunch im Dorf.



ADVENTSKALENDER 2024

#24: Hotel des Jahres 2025!

Der Gewinner übernachtet im «Mandarin Oriental Savoy» in Zürich und wird in der eleganten Brasserie verwöhnt!

KULINARISCHES ERBE: Urner Pastete

Jahrhundertealter Genuss mit Teig

Die Urner Pastete mit saftigen, gewürzten Weinbeeren ist seit Jahrhunderten über die Kantonsgrenze hinaus bekannt. Beat Walker vom «Gasthaus im Feld» in Gurtellen Dorf UR serviert auch eine pikante Variante.

MONIKA NEIDHART

«Das eigentliche Urner Festgebäck bäuerlicher Prägung sind seit alters her die Paschteetä und die Iberlitzli», schreiben Emil Stadler und Karl Iten im zweiteiligen Buch «Rings um ds Üerner Chuchigänterli». Im Fokus steht insbesondere ein süsses, rund zwei Zentimeter hohes Gebäck, das aus zwei Lagen geriebenem Teig und einer Füllung aus gewürzten, eingelegten Weinbeeren besteht. Es wird auf einem rechteckigen Backblech gebacken oder als Portion aus einem runden Teig, der überklappt wird (Iberlitzli), geformt. Gebacken wurde sie ursprünglich zu Weihnachten, Neujahr, Fasnacht und im Herbst für die Chilbi. Heute ist die Urner Pastete auch in der fast noch einzig verbliebenen Bäckerei des Kantons als Schnitte ganzjährig erhältlich.

Mitbringsel der Säumer

Beat Walker hat sich mit seinem «Gasthaus im Feld» in Gurtellen Dorf einen Namen weit über die Kantonsgrenze hinaus gemacht. Auch, weil er sich bewusst auf die Urner Küche bezieht. Emil Stadler war sein Lehrmeister. Heute ist ihm das «Chuchigänterli» Inspiration. «Mich fasziniert die Einfachheit der ursprünglichen Gerichte und ihre



Herrlicher Butterduft in der Küche von Beat Walker in Gurtellen Dorf UR. (Bilder: Monika Neidhart)

Aromatik», schwärmt der Koch, der das Traditionshaus vor gut zehn Jahren in eine gehobene Küche führte. Auf der Speisekarte stehen «Rys und Pohr» (Reis und Lauch), «Gschtunggetä Härdepfel» oder ein Tiramisu mit «Zuckertitti», einem Anisgebäck, das früher Kindern zu Weihnachten geschenkt wurde. Seine Gitzli kommen von der Göschener Alp, Tiirs (Trockenfleisch) vom einheimischen Metzger, Urdinkel aus Erstfeld. Doch wie seine Vorfahren ist auch Beat Walker auf Nahrungsmittel ausserhalb des Kantons angewiesen. Als Säumervolk

hatten die Urner schon vor Jahrhunderten Zugang zu «neuen» Nahrungsmitteln, wie zu Reis, Teigwaren, Weinbeeren oder Gewürzen, die sie in Norditalien erwarben.

Beat Walker backt die süsse Pastete nach dem Rezept seiner Mutter und damit eine Silener Pastete. Die Zubereitung erstreckt sich über zwei Tage. Am ersten Tag bereitet er einen geriebenen Teig zu. Mit etwas saurem Most und Träsch erhält sein Teig die besondere Aromatik. Die Weinbeeren kocht er zusammen mit einem geraffelten Apfel, Zimt und Magenträs



Die fertige Urner Pastete.



Die Pastete wird dekoriert.



Aus der einfachen Pastete wird ein Festtagsgericht.

solange in Wasser, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Nun lässt er beides, Teig und Füllung, über Nacht auskühlen. Am folgenden Tag wallt er den Teig ca. 4 mm dick aus, die Füllung rundet er mit einem Schuss Träsch ab. Die fertige Pastete noch mit Eigelb anstreichen und die Oberfläche diagonal mit der Gabel verziern. Schon bald erfüllt ein herrlicher Duft die Küche. Ist man die Pastete tagesfrisch oder erst, wenn sie ein paar Tage alt ist? Fachsimpeln unter Einheimischen, die Prägungen werden sichtbar. Während viele sie noch ganz leicht lauwarm lieben, gibt

Walker dem zwei-, dreitägigen Gebäck den Vorzug. «Der Teig wird saftiger, fast «matschig». Die Aromen vermählen sich besser», beschreibt er seine Wahrnehmungen.

Gemäss «Rings um ds Üerner Chuchigänterli» hat es im Teig der Seedorfer zusätzlich Eier und Backpulver, die Flüelener verwenden Schweinefett und Butter. In der Füllung der Andermatt hat es zusätzlich altbackenes Brot. Es wird durch den Fleischwolf getrieben oder fein gehackt und in Butter angeröstet, bevor es mit den Weinbeeren in Kirsch und Most eingeweicht wird. Es soll auch Pasteten geben, die aus drei oder vier Lagen Teig bestehen. Anstelle der Weinbeeren wird da und dort eine Mandelmasse (wie für Mandelgipfel) verwendet.

Pikant mit Spaghetti

Noch mehr als die süsse Pastete liebt Beat Walker die etwas in Vergessenheit geratene pikante Variante, die «Magroonäpaschteetä». Dafür kleidet er eine Keksförmigkeit mit Blätterteig aus. Auf den Teigboden kommt zuerst eine Schicht Vordersinken, dann eine ca. 2 cm dicke Schicht Kalbsbrät. Abgeschlossen wird das Innenleben der Pastete mit knapp weichgekochten Spaghetti. Aus dem Deckel sticht Beat Walker Öffnungen, die er mit Resten von Blätterteig dekorativ ausgarniert. «Die Löcher dienen beim Essen der Tomatensauce, die dazu gereicht wird», erklärt er im Urner Dialekt. Mit einer essbaren Blume und Kräutern vollendet der Gourmetkoch das einfache Gericht, das sich auch bestens vorbereiten und

kalt essen lässt. «Paschteetnä» wird im Urnerland schon seit Jahrhunderten. Der Teig wurde beim Bäcker gekauft, die Pastete zu Hause zubereitet und zurück in der Bäckerei mit der Restwärme des Backofens gebacken. Bereits im 18. Jh. findet man im «Ein neuwes nutzbares Kochbuch» von Frau Landammann Maria Josepha Müller-Brand von 1758 mehrere Rezepte. Seither haben sich die Gewohnheiten geändert. Für die pikante Pastete wurde damals Kalbfleisch mehrfach mit Essig und Wasser überbrüht, bevor es mit einer Füllung mit Rosinen, Mandeln, Weinbeeren, Speckwürfeli, kleingewürfelte «Citerona», Zimt, Nelken, Muskat, Pfeffer abwechselnd auf den Teigboden geschichtet wurde. Verwendet wurde bereits damals Blätterteig, der als «Spanischer Teig» oder auch als Salzburgerischer Butterteig bekannt war. Diese pikante Pastete war der zweite Gang eines viergängigen Menüs. Die Angaben im Kochbuch richteten sich an geübte Köchinnen: «So du hast», «nimme dis oder das oder auch nit». Für die Backdauer galt: «Bete einen Rosenkranz lang».

KULINARISCHES ERBE

In unserer Serie stellen wir einmal im Monat eine Spezialität aus dem «Kulinarischen Erbe der Schweiz» vor. Den Anfang machte die Solothurner Torte, danach stellten wir den Waadtländer Käse Vacherin Mont-d'Or vor, dann kam die Schokolade mit Entlebucher Heumilch dran, danach das Trockenfleisch aus dem Bündnerland. jul

RÄTSEL

schadenfroh	Getränk vor dem Essen	linksrhein, Mittelgebirge	kleiner Singvogel	Flughalencode: Nizza	Vom des irischen Sängers de Burgh	dringende Waren-sendung	engl.: zu (viel)	pflanzlicher Farbstoff	Gene-sung
→					Zeit des Sonnenhöchststandes				
Vorkämpfer					griech. Meerese-gott	Strom durch Frankreich			7
Kniff, Trick			Notruf	Berg-dorf auf Mallorca	Vom. des Schau-spielers Gallo			ein-tönig reden	
→				Blech-büchse		Fluss in der Normandie (F)	ehem. deutsche Airline (Abk.)		
Ölhaltige Frucht					Wald-geist (dt. Sage)	ein alkohol. Getränk			6
Gemahlin, Gattin	Rufname Hinter-seers	nach oben	psych. schwer gestörter Mensch			nord-amerik. Indianer-stamm	Sport-kürzel: Indien		
→						engl.: Onkel		franz. Akzent-zeichen	
→				Hand-pflege (dt.)	Nahrung Aufneh-mender		kurz für: heran		
Bezeichnung eines Menschen			ehem. Erlebnis-messe in Basel			kant. Auto-Z.	übereinstimmend		
Musikstück				Fluss-niederungen				Lager für Kriegs-geräte	ehem. Fünf-pesetenstück
→			sonnen-umkreisendes Gestirn	Eisen-bahn		franz.: fröhlich	trocken, mager	austral. Dollar (Kürzel)	
höfliche Anrede in England	Leder-peitsche	Stadt mit schiefem Turm		Honig produ-zierendes Insekt	eine Tonart (Grund-ton G)				zusätz-lich
Bauhilfsstoff				marokk. Atlantik-hafen-stadt	mit Aus-nahme von				
Staat in Westafrika		Spiel-feld-rand						Fremd-wortteil: aussen	
→				Insel vor Marseille	Abk.: Doktor	engl.: mieten			Initialen der Biell-mann
konkurrieren	Daniel Düsen-triebs Beruf							dt. Rund-funk-verbund (Abk.)	
→								Kurz-w.: Flieger-abwehr	

	8		1		7		5	
9			2		4			8
		3		6		9		
7	3						4	5
		9				7		
5	4						3	9
		6		1		8		
8			4		6			2
	2		3		8		9	

kurze Filme	1	8		2	3
ehemaliger Schachweltmeister	10	12		15	2
allein Lebende(r) (engl.)	3		9	11	20
Pflanzenteil	19		16		5
feuerspeiender Berg	1		6	10	12
persönlicher Hausangestellter		8	20		20
Laubbaumfrucht	20			13	20
Unterkunft in den Bergen		16	20	5	
Jüngling der griechischen Sage	12		2	9	3
Start	19			8	9
Abtransport			17	16	13
vormals, früher	20	13		18	20
Schmerzenslaut		16	5	3	13
Sicherheit	3	7		16	14
Sprachen	8		8	2	21
Mittel zur Textgestaltung	20	8		14	16
Engel am Paradieseingang	7	13		22	16
Bestleistung	22		10	2	18

Die Zahlen sind durch Buchstaben zu ersetzen. Dabei bedeuten gleiche Zahlen gleiche Buchstaben. Bei richtiger Lösung ergeben die schattierten Felder – zeilenweise von oben nach unten gelesen – ein Sprichwort.

MEINE TIPPS FÜR IHR WOCHENENDE



Michael Solomicky
Stv. Chefredaktor

1

GENIESSEN Wer mich kennt, weiss nur allzu gut, dass mir für ein gutes Essen kein Weg zu weit ist. Also fuhr ich unlängst die engen Kehren nach Gurnellen-Dorf hoch, um im Gasthaus zum Feld einzukehren. Hier wirtet Beat Walker, dessen traditionelle Urner Küche jene Bergwelt spiegelt, in der die charmante Bergbeiz steht. Die Menukarte ist saisonal und regional. Verkocht wird, was Natur oder Tiere hergeben. Ä räichti Ankäsuppä, äs Oschtergitzäli mit Niarli und Läberli und gschtunggätä Pullis und zum Schluss ä gheerigi Portion Brischtrner Nütlä. Für ein solches Festmahl würde ich nicht nur nach Gurnellen fahren, sondern weiss der Tyyfel wohin. [Gasthaus](#)



Beat Walke

Ausstieg aus dem Hamsterrad und Neustart

VOM 16-GAULT-MILLAU-PUNKTE-KOCH ZUM PRAKTIKANTEN AUF DEM DIETISBERG. IM JAHR 2012 ÜBERNAHM BEAT WALKER DAS GASTHAUS SEINER FAMILIE IN GURTNELLEN UND FÜHRTE DIESES GEMEINSAM MIT SEINEM DAMALIGEN PARTNER. FÜR DAS GASTHAUS IM FELD UND DEN BEGNADETEN KOCH BEAT GING ES STEIL AUFWÄRTS.

MIT VIEL LEIDENSCHAFT UND ENERGIE ZUM ERFOLG

Sie wurden von Gault Millau im Jahr 2013 zur Entdeckung des Jahres gekürt und sind gemeinsam von Erfolg zu Erfolg gesprungen. Bald schon klopften Magazine und das Fernsehen an und die Trouvaille im Urnerland erlangte immer mehr Bekanntheit.

Wenn Beat an damals zurückdenkt, fällt ihm Folgendes ein: «Schaffe, schaffe, schaffe». Der Erfolg war mit grossen Entbehrungen verknüpft und baute eine riesige Erwartungshaltung auf. Beat er-

legte sich grossen Druck auf, stetig noch besser zu werden und mit frischen Ideen aufzuwarten. Er leistete viel und hatte trotzdem das Gefühl nicht zu genügen. In dieser stressigen Zeit war die Axenstrasse und somit die Hauptzufahrt seiner Gäste mehrmals gesperrt - eine zusätzliche Belastung für Beat und den Betrieb. Er merkte, dass sich der Druck auch auf die Gesundheit auswirkte. Seine Hüften und das Herz machten sich bemerkbar. Doch aufhören war kein Thema: Beat war im Hamsterrad gefangen. Er hatte Verantwortung gegenüber fünfzehn Angestellten und musste funktionieren.

NACH EINER VERSCHNAUFPAUSE FOLGTE DER SCHOCK

Im Januar 2020 gönnten sie sich eine Verschnaufpause. Nach der Rückkehr aus den Ferien dann der grosse Schock: Nach nur einer Woche mussten sie das Restaurant aufgrund von Corona schliessen. Die finanzielle Lage war aufgrund der steten Renovationen prekär. Beat entschloss sich, die Zeit zu nutzen und auswärts zu arbeiten. Er nahm eine Aushilfsstelle als Koch in einem Altersheim an und wollte mit dem Zwischenverdienst die laufenden Verbindlichkei-

er



Kochen ist seine grosse Passion und so entschloss sich Beat, gestärkt durch den Dietisberg und die neue Liebe, den Schritt zurück ins Urnerland zu wagen.

ten decken. Die Einnahmen waren ein Tropfen auf dem heissen Stein und so entschied sich Beat schweren Herzens, das Restaurant zu schliessen. Zum beruflichen Schlussstrich kam auch die Trennung von seinem Partner.

ZUSAMMENBRUCH UND NEUORIENTIERUNG

Beat suchte nach einer neuen Stelle und landete im Mai 2021 in einem Ausflugsrestaurant. Zu den langen und strengen Arbeitstagen kam die Belastung mit der Auflösung seines Betriebes und der Be-

ziehung. Eines Abends im September kam dann der Zusammenbruch: Beat stand in der Küche und hat nur noch geweint. Zwei ehemalige Angestellte holten ihn ab und boten ihm Unterstützung, bis er einen Platz in einer Klinik erhielt. Drei Wochen verbrachte er anschliessend in einer Burnout-Station. Gespräche mit Therapeuten und Zeit in der Natur halfen ihm, etwas herunterzufahren. Nach der Klinik unterstützte ihn eine gute Freundin im Baselbiet. Beat nutzte die Zeit zum Konsolidieren und sich zu überlegen, wie er weitermachen will. Bei einem Coiffeurbesuch kam das Gespräch

«Aufste-
hen, Krone
richten und
vorwärts-
gehen.»

auf den Dietisberg. Neugierig erkundigte sich Beat und entschloss kurzerhand sich zu bewerben.

Beim Bewerbungsgespräch habe er nur «gelächelt», meint Beat. Das Blatt sollte sich aber bald wenden: Er erhielt die Möglichkeit, als Praktikant auf dem Dietisberg zu starten. Für diese Chance sei er ewig dankbar und erzählt, dass er davor ein «Hüfeli Elend» war – ein Versager ohne Selbstbewusstsein.

ANKUNFT AUF DEM DIETISBERG

Beat vermietete sein Haus und bezog ein Zimmer auf dem Dietisberg. Als Allrounder unterstützte er im Garten, in der Käserei, in der Wäscherei und auf der Baustelle. Beat ist dankbar für die abwechslungsreiche Tätigkeit und erzählt, dass die Wäscherei mit Abstand der strengste Job war. Seiner Passion konnte er weiterhin folgen, indem er neben-

bei als Störkoch unterwegs war. Dies half ihm, die finanzielle Belastung zu stemmen, welche ihn durch den Erhalt seines Hauses und die Rückbezahlung von Krediten erwartete.

Gegenüber dem Dietisberg empfindet er grosse Dankbarkeit. Sein Aufenthalt gab ihm die Chance, vieles über sich selbst zu lernen. Er erkannte toxische Verhaltensmuster und konnte schrittweise sein Selbstwertgefühl aufbauen. Die Pandemie sieht Beat im Nachhinein als seine Lebensversicherung. Durch die äusseren Umstände musste er eine Auszeit nehmen und seine Lebenssituation neu evaluieren. Die Zeit auf dem Dietisberg gab Beat Kraft und lehrte ihn, achtsam mit sich selbst und seinen Ressourcen umzugehen. Die Arbeit mit den Bewohnern machte ihm Freude. Er genoss es, Teil der Dietisberg-Familie zu sein und fühlte sich zuhause. Im Urnerland zeigte er sich nicht mehr gross. Beat spielte

mit dem Gedanken, sein Haus zu verkaufen und auf dem Dietisberg frisch zu beginnen. Die Arbeit auf dem Berg lehrte ihn, dass man sich abgrenzen müsse und Probleme von anderen nicht automatisch sein Problem seien. Das Wichtigste, was er von der Zeit auf dem Dietisberg mitnehmen konnte, sei nicht aufzugeben, egal, was auch passiert sei. Beat lächelt und sagt: «Aufstehen, Krone richten und vorwärtsgehen.»

BEHUTSAMER NEUSTART MIT ACHTSAMKEIT UND RUHE

Im Mai 2022 trat ein neuer Mann in Beats Leben und wie es der Zufall wollte, war dieser auch Urner. Sein Partner nimmt Beat so, wie er ist und ermutigte ihn auch dazu, es nochmals zu probieren – einfach mit viel Achtsamkeit. Kochen ist seine grosse Passion und so entschloss sich Beat, gestärkt durch den Dietisberg und die neue Liebe, den Schritt zurück ins Urnerland zu wagen. Im März 2023 wird er sein Gasthaus wiedereröffnen, dies allerdings an 4 Tagen und mit neuem Konzept. Beim Neustart stehen Resilienz, Ruhe und Beats Wohlbefinden im Zentrum. Das Echo darauf ist positiv, wie ein Blick auf die Reservationen zeigt.

Beat ist überzeugt, dass der Dietisberg einer der besten Arbeitgeber sei, die er je hatte. Den Berg zu verlassen, schmerzt ihn. Beat ergänzt, dass er grosse Freude hätte, wenn auch einige Baselbieter Autnummern auf seinem Parkplatz stehen würden. Er schmunzelt und sagt: «Es ist ja nicht so weit weg!»

Beat hat neuen Mut gefasst und blickt hoffnungsvoll in die Zukunft. Bedenken, dass der Betrieb nicht laufen könnte hat er nicht, lediglich Respekt davor, in alte Muster zurückzufallen.

Wir danken Beat für seine Offenheit, wünschen ihm für die Zukunft nur das Allerbeste und freuen uns auf ein Wiedersehen in Gurntellen.

Immer mit von der Partie war sein Hund Rocky – ein wichtiger Freund in den schwierigen Zeiten.

