

# LIFESTYLE



Sie sind handlich, praktisch und mobil – die Haushaltgeräte der Zukunft. > 47



**DAS PERFEKTE**  
Das Dunkel Lager von der Brauerei Locher Appenzell hat eine schöne Bernstein-Farbe, ist spritzig und von harmonischer Frische. Es überzeugt mit einem runden Aroma, klingt angenehm nach – schlicht perfekt. **Platz 1**

Z.B. Rio Getränkemarkt, Fr. 1.75



**DAS GUTE**  
Das dunkle Spezialbier Bärni von der Felsenau-Brauerei Bern besticht durch eine schöne hellbraune Farbe, korrektem Schaum und einer angenehm prickelnden Frische. Es hat die perfekte Balance zwischen süß und bitter. **Platz 2**

Z.B. Brasserie Fédérale Zürich, Fr. 4.80



**DAS STARKE**  
Das Fridolin Kundert Bräu von der Brauerei Adler aus Schwanden schimmert goldig, hat kaum Schaum und gefällt durch seine Frische und Süffigkeit. Im Geschmack ist es stark, prägnant und leicht bitter. **Platz 3**

Z.B. Brasserie Fédérale Zürich, Fr. 4.70



**DAS WÜRZIGE**  
Das Dark Gold von Müllerbräu aus Baden ist schaumig und mit eleganter Bernstein-Farbe, kräuselt leicht auf der Zunge und hat eine herbe Frische. Der Geschmack ist sehr würzig, malzig und wunderbar karamellig. **Platz 4**

Z.B. Rio Getränkemarkt, Fr. 1.30



**DAS HERBE**  
Das Stadtbühler Lager dunkel aus Gossau ist in der Farbe satt dunkelbraun, aber trotzdem klar. Trotz viel Schaum hat es eher wenig Kohlensäure. Im Geschmack ist es vollmundig, schön malzig und harmonisch. **Platz 5**

Z.B. Brasserie Fédérale, Zürich, Fr. 6.20



**DAS LEICHTE**  
Das Stella Maris von der Lägerbräu aus Wettingen ist vergleichsweise sehr hell und leicht trüb, hat aber eine spritzige, aromatische Frische. Für einzelne Jurymitglieder war es eine Spur zu süß. **Platz 6**

Z.B. Milchzentrale, Metzgerei Felder, Wettingen, Fr. 2.25



**DAS FLACHE**  
Das O2 von Bier Paul von der Brauerei Erusbacher & Paul in Villmergen ist leicht goldig und hat einen schönen Schaum mit Luftblasen. Im Geschmack ist es eher flach mit wenig Nuancen und undefinierbarem Nachgeschmack. **Platz 7**

Z.B. Globus, Fr. 2.70



**DAS INTENSIVE**  
Das Cuvée Alex le Rouge von der jurassischen Brauerei BFM hat eine dunkle, fast undurchsichtige Farbe. Auffallend ist der hohe Kohlensäuregehalt. Im Geschmack ist es der Jury zu intensiv und klebrig. **Platz 8**

Z.B. bei Globus, Fr. 6.90



**DAS BITTERE**  
Das Wädenswiler Dunkel von Wädenswiler Bräu (Bio) ist sehr trüb und hat einen dichten, cremigen Schaum sowie viel Kohlensäure. Im Geschmack ist es sehr intensiv und mit einer Bitterkeit, die fast ins Säuerliche fällt. **Platz 9**

Z.B. Brasserie Fédérale, Zürich, Fr. 6.10

## Die kühlen Dunklen – hell beleuchtet

Dunkles Bier ist alles andere als langweilig. Es ist würzig, süffig und prickelnd, wie eine Jury des «Sonntags» festgestellt hat

Die IG Klein- und Mittelbrauereien will mit einer Info-Kampagne ihre dunklen Sorten wieder aufleben lassen. «Der Sonntag» hat den Test gemacht und weiss, welche Dunkel-Biere am besten schmecken.

VON SILVIA SCHAUB

**D**unkel war das Bier, als es im deutschen Thüringen um 1543 erstmals urkundlich belegt wurde. Und auch noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts wurde überwiegend dunkles Bier getrunken. Nur: Heute fristet es ein Mauerblümchendasein, macht gerade noch 2 Prozent des Konsums von Schweizer Bier aus. «Schade», findet Alois Gmür, Präsident der unabhängigen IG Klein- und Mittelbrauereien.

«Denn dunkles Bier ist dank seinem gerösteten Malz einfach spezieller.»

**BEIM DUNKLEN BIER** wird während des Brauprozesses neben Hopfen und Wasser ein Teil dunkles Malz hinzugefügt. Dadurch erhält das Bier seinen typisch dunklen Farbcharakter. Das dunkle Malz entsteht durch längeres Trocknen des Grünmalzes bei höherer Temperatur (105 °) als helles Malz (80 °). Diesen Trocknungsprozess nennt man in der Mälzersprache «darren». «Beim Schmelzen kann ich den Farbgehalt beziehungsweise den Röstgrad bestimmen», erklärt Braumeister Andreas Hopf von der Lägerbräu Wettingen. Anders als die kräftige Farbe vermuten lässt, ist dunkles Bier kein Starkbier – der Alkoholgehalt der meisten Dunkel-Biere liegt bei den «üblichen» 5,2 % Volumen.

Dunkles Bier hat aber auch den Ruf, dass es dick mache. Alles Nonsens, weiss Bierbrauer Alois Gmür von der Brauerei

Rosengarten in Einsiedeln. Es enthalte zwar etwas mehr unvergärbaren Zucker und ist deshalb etwas kalorienreicher und sättigender. Eine Kalorienbombe ist es damit noch längst nicht, hat es doch etwa gleich viele Kalorien wie zum Beispiel Apfel- oder Orangensaft. Bier ist aber appetitanregend, was wohl seinen schlechten Ruf begründet.

**HÖCHSTE ZEIT ALSO**, das dunkle Bier zu rehabilitieren. Das ist ganz im Sinne der 13 Schweizer Kleinbrauereien, die kürzlich für ihre Dunklen das «Brau-Ring-Gütesiegel» erhalten haben. Die Qualitätsauszeichnung haben unter anderem das Stella Maris von Lägerbräu, Wettingen, das Dark Gold von Müllerbräu, Baden, oder das Dunkel Lager von der Brauerei Locher, Appenzell, erhalten.

Noch wäre es aber verfrüht, von einer Renaissance der Dunklen zu sprechen. Tatsache aber ist, dass die dunklen, an die Ursprünge edler Braukunst

erinnernden Biere besonders bei jungen Leuten gut ankommen. «Sie sind meist überrascht, wie würzig und süffig sie sind», stellt Gmür fest. Ältere Semester würden sich eher an die Kriegsjahre erinnern, als man mangels Malz und Hopfen dem schwachen Bier mittels Röstarmen zu mehr Geschmack verholfen hatte. Langfristig hofft Gmür, die Marktanteile von dunklem Bier auf 4 bis 5 Prozent anheben zu können.

**DER «SONNTAG» HAT** neun verschiedene Dunkel-Biere getestet. Die Biere, aus-

**78 000**

**Nur 2 Prozent des gesamten jährlichen Konsums von 3,9 Millionen Hektoliter Schweizer Bier entfallen auf dunkles Bier: 78 000 Hektoliter.**

schliesslich von Schweizer Klein- und Mittelbrauereien, wurden vorschriftsgemäss gekühlt (8–10 °) und blind degustiert. Bewertet wurden nicht nur Farbe und Schaum, sondern auch Frische, Spritzigkeit, Geschmack und Abgang. Zum Degustationsteam gehörten: Sabine Altorfer, Kulturredaktorin, Roman Huber, Autor, Dominic Kobelt, Volontär Regionalredaktion Brugg, Pirmin Kramer, Redaktor, Patrik Müller, Chefredaktor «Der Sonntag», und Barbara Sollberger, Redaktionsassistentin.

**FAZIT:** Die Biere unterschieden sich nicht nur von der Farbe her sehr deutlich – von Bernstein bis Dunkelbraun. Auch geschmacklich reichen sie von bitter bis süsslich. Favoriten der Jury sind das Lager Dunkel der Brauerei Locher Appenzell und Bärni von der Felsenau-Brauerei Bern – beide haben einen ausgewogenen malzigen Geschmack, sind spritzig und angenehm frisch.

### ■ AUFGETISCHT

## Und Kikis Trio zum Schluss

### SPEISEWIRTSCHAFT ZUM BLAUEN ENGEL, RÜFENACH

Es gibt Restaurants, da geht man hin, weil man nicht jedes Mal mit einer neuen Karte überrascht werden will, sondern weil man immer wieder das Gleiche geniessen möchte. Wie im «Blauen Engel» in Rüfenach. Wirt Christophe «Kiki» Martin kennt seine Stärken und bringt diese ungekünstelt auf den Tisch: ein Stück Kotelett mit Kartoffelgratin etwa oder einen Käsespecksalat. Unter das Prädikat «ungekünstelt» fällt auch die Gaststube, die mit ihrer rustikalen Patina so manche Geschichte erzählen könnte. Vom «blauen Engel» Anni Vogt etwa, die sich während der Kriegsjahre um Soldaten und Offiziere gekümmert hat. Oder von Lise Vogt, die die Speisewirtschaft über die Region hinaus prägte. Das könnte auch Martin gelingen, der mit Herz und Blut dieses kleine Juwel hat aufleben lassen. Wir wählten das Schweinskotelett mit Kräuterbutter (Fr. 22.50) und das Lamm an Öl-Kräutermischung (Fr. 30.50) – beides perfekt gebraut. Der Kartoffelgratin und die Chnöpfli dazu schmeckten ebenso lecker. Trotz wahrhafter Kost wird man nicht mit Handwerkerportionen gemästet. Gut so, da bleibt noch Platz für Kikis Trio (Mandelnougat, Zitronen-Tartelette, Schokoladekuchen, Fr. 7.50). SILVIA SCHAUB



**Christophe «Kiki» Martin, Gastgeber im Blauen Engel, Zehntenweg 5, 5235 Rüfenach. Tel. 056 284 13 54, www.blauerengel.ch Geöffnet: Mi–Sa, 9–23.30 Uhr, So 10–20 Uhr.**

**KÜCHE** Einfache, wahrhaftige Küche mit regionalen Produkten  
**SERVICE** Bodenständig, unkompliziert und persönlich  
**AMBIENTE** Rustikale, schlichte Buurestube  
**PREISE** Korrekte Preise, schöne Schweizer Weinkarte

### ■ SO STIMMTS



**Corinne Staub ist Image-Beraterin in Zürich und Autorin der Bücher «Dressguide», «Imagefaktor» und «So stimmtts»**

Beim Arzt liegen immer Hefte im Wartezimmer. Darf man darin Kreuzworträtsel ausfüllen, wenn man länger warten muss?

**DIESE HEFTE SIND** zwar für die Patienten da, jedoch nicht zum Ausfüllen von Rätseln. Oft hat man nicht genug Zeit, um sie fertig zu lösen. Das verleitet dazu, die Seite herauszureissen, um zu Hause weiterzuarbeiten. Das aber geht gar nicht. Zerrissene Hefte sehen ungepflegt aus und würden auch uns keine Freude bereiten beim Durchblättern. Ebenfalls ein Tabu ist es, Kochrezepte oder Reisetipps herauszureissen. Schreiben Sie sich das Heft oder die Zeitung auf und kaufen Sie selber ein Exemplar. Ist die Nummer vergriffen, fragen Sie beim Empfang, ob Sie das Heft haben dürfen, wenn es in der Praxis ausgewechselt wird. Wissen Sie schon im Voraus, dass Sie länger warten müssen, nehmen Sie Ihr eigenes Rätselheft mit.

Stellen Sie ihre Fragen unter [sostimmt@sonntagonline.ch](mailto:sostimmt@sonntagonline.ch)