



Im Slow Food Check

In Zusammen-  
arbeit mit  
der Slow Food  
Qualitäts-  
kommission

# SCHARF AUF SENF

**O** b feines Gourmetrestaurant, gutbürgerliches Gasthaus oder einfache Würstchenbude – ohne Senf würde ihnen allen etwas fehlen. Denn Senf kann zaubern. Eine Vinaigrette gewinnt durch feinen Dijon-Senf an aromatischer Tiefe und verdankt ihm auch ihre cremige Konsistenz, weil er als Emulgator wirkt, der Essig oder Zitronensaft mit dem Öl verbindet. Die Rinderroulade bekommt erst dadurch, dass sie vor dem Aufrollen großzügig mit Senf bestrichen wird, die richtige herzhaft Würze. Zu deftigen Buletten ist die säuerlich-frische Schärfe des Mostrichs kongeniale Ergänzung, und selbst die Bockwurst wird durch die pikante Tunke aufgefrischt und wächst dadurch wenigstens ein bisschen über ihre Banalität hinaus. Zugegeben: Allzu häufig dient der Senf auch bloß dazu, über die schwache Qualität und den mangelnden Charme der Wurst hinwegzutäuschen.

## Gewürz der Armen

Senf ist uralte Tradition, vor 3000 Jahren hatten ihn die Chinesen schon, und bevor der Pfeffer nach Europa kam, konnten unsere Vorfahren hauptsächlich mit Hilfe von Senf und Meerrettich peppige Schärfe ans Essen bringen. Senf setzt auch neue Küchentrends: Seit etlichen Jahren ist er – vornehmlich als Feigensenf, aber auch in anderen fruchtigen Varianten – unverzichtbares Accessoire für Käse in der gehobenen Gastronomie. Das Angebot an Senf ist groß und steigt stetig, auch weil ihn begeisterte Senfmischer mit immer neuen Zusätzen aufbrezeln.

Die Qualitäten des Mostrichs (abgeleitet von *mustus ardens* = brennender Most) sind höchst unterschiedlich. Von mittelscharfen Industrieprodukten, die in großen Plastikspendern an der Pommes-Bude bereitstehen, bis hin zu handwerklich her-



Senf ist Trend geworden in den letzten Jahren, obwohl schon seit Ewigkeiten mit ihm gewürzt wird. Doch was unterscheidet guten von weniger gutem Senf?

**Rozsika Farkas** beschreibt es – und hat dreimal Dijon-Senf getestet.

gestellten, mit Akribie und Enthusiasmus aus besten Zutaten angefertigten Würzpasten, adrett verpackt im Steinguttöpfchen. Erfreulich: Auch für den allerbesten Senf muss man sich nicht im Mindesten

ruinieren. In alten Zeiten, als Pfeffer und andere Spezereien noch recht kostspielig waren, galt Senf denn auch als »Gewürz der Armen«.

## Senfkörner statt Senfmehl

Wer zum ersten Mal in ein ganzes Korn beißt, wundert sich wahrscheinlich, denn Senfkörner sind zunächst überhaupt nicht scharf, man muss schon eine Weile darauf herumkauen, um ein leises Brennen zu spüren. Erst der Kontakt mit Flüssigkeit aktiviert nämlich in den geschroteten oder gemahlene Körnern das Enzym, welches die im Korn vorhandenen Glykoside in Traubenzucker, Schwefel und brennende Isothiocyanate – die Senföle – zerlegt. Vergleichsweise mild sind die hellen, als »gelb« oder »weiß« bezeichneten Körner; deutlich schärfer die braunen und am brennendsten die schwarzen. In Dijon-Senf dürfen nur die dunklen Körner enthalten sein. Dijon-Senf bezeichnet übrigens keine Herkunft, das haben französische Gerichte bereits 1937 entschieden, sondern das Herstellungsverfahren. Mit dem Düsseldorfer Löwensenf gibt es seit mehr als 100 Jahren einen sehr ordentlichen Dijon-Senf Made in Germany.

Zu den Slow-Food-Kriterien für guten Senf gehört, dass er nicht mit angekauftem, womöglich entöltem Senfmehl zusammengerührt ist. Das billigere Ersatzprodukt schont die Kasse des Herstellers und ist beispielsweise als Zutat im Dijon-Senf von Starkoch Alfons Schuhbeck enthalten. Die Körner sollten frisch und selbst gemahlen sein, auch nicht gerade vom anderen Ende der Welt – Hauptanbaugelände sind Kanada und Nepal – kommen, sondern im Idealfall von bäuerlichen Betrieben aus der näheren Umgebung des Herstellers stammen. Dass chemische Konservierungsstoffe und Säuerungsmittel verpönt sind, versteht sich von selbst.

Fotos: Fotolia, oxi.e99, Stookfood Paul Michael



## DIJON-SENF

Wer den Klassiker selber herstellen will: dunkle Senfkörner fein mahlen, mit Wasser, Verjus und etwas Salz verrühren und mindestens eine Woche ziehen lassen.

**Variante:** Für blitzschnell gemachten Feigensenf 3 Teile gute Feigenkonfitüre, 2 Teile Dijon-Senf und 1 Teil Apfelessig oder Birnenbalsam unter Rühren erwärmen, abkühlen lassen, fertig.



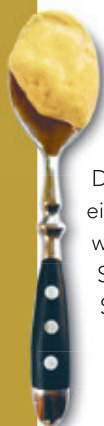
## MAILLE DIJON ORIGINALE

**Preis:** 215-Gramm-Glas 2,69 Euro

**Verkauf:** Konventioneller Einzelhandel

**Zutaten:**

Wasser,  
Senfkörner,  
Branntweinessig,  
Salz,  
Säuerungsmittel Citronensäure,  
Konservierungsstoff Kaliummetabisulfit.



Das Haus Maille, 1747 in Dijon gegründet, war einst eine noble Manufaktur zur Herstellung von Essig und Senf und ist heute ein Industriebetrieb, der zu Unilever gehört.

Die Produktion findet in Quetigny, einem Vorort von Dijon statt. Hergestellt wird der Dijon Originale immerhin aus Senfkörnern, nicht aus angekauftem Senfmehl. Der Senf ist relativ hell, die Konsistenz extrem glatt, wenn er ein paar Tage steht, setzen sich winzige Pfützchen ab. Geschmacklich ist er gut. Die Schärfe ist markant, aber nicht beißend. Eine frische, leicht fruchtige Note verleiht ihm einen gewissen Charme. Er ist vielseitig einsetzbar, für Saucen, Vinaigrette, auch für Würstchen, wenn man es scharf mag. Der Blick auf die Zutatenliste allerdings macht weniger Freude. »Citronensäure« stammt nicht von einer sauren Südfrucht, sondern von einem transgenen Schwarzschildmispilz. Der Konservierungsstoff »Kaliummetabisulfit«, auch als »Kloßweiß« bekannt, dient dazu, die helle Farbe zu bewahren. Wäre doch nicht nötig gewesen!



## BYODO FRANZÖSISCHER DIJON SENF

**Preis:** 125-Milliliter-Glas 2,99 Euro

**Verkauf:** Bioläden

**Zutaten:**

Wasser,  
Braunsenfosaat\*,  
Branntweinessig\*,  
Meersalz.

\*aus kontrolliert biologischem Anbau.

Saint-Exupéry wird der Satz zugeschrieben: »Perfektion ist nicht dann erreicht, wenn man nichts mehr hinzufügen, sondern wenn man nichts mehr weglassen kann.« So gesehen wäre dieser in Frankreich hergestellte Senf perfekt, wenn auch nicht in Handarbeit. Die Konsistenz ist relativ glatt, wirkt auf der Zunge ganz leicht angeraut, etwas kompakter als die meisten Industrieprodukte – was bedeutet, dass er weniger Wasser enthält und mehr Substanz hat.

Die Aromen spiegeln die puristische Zutatenliste wider: sehr klar und sauber und geradlinig, mit feinfruchtiger Note. Im Mund dann ausgeprägte, fast meerrettichartige Schärfe und fein austarierte Säure. Beim Würstchendippen erst mal etwas zurückhaltender dosieren. Vielseitig einsetzbares Produkt.



## MÜNCHNER KINDL DIJON SENF

**Preis:** 180-Milliliter-Glas 3,99 Euro

**Verkauf:** Feinkost- und Bioläden

**Zutaten:**

Wasser,  
Branntweinessig\*,  
Braunsenfosaat\*,  
Meersalz.

\*aus kontrolliert biologischem Anbau.

Von den Zutaten her absolut puristisch, in der Konsistenz pastos. Die Schärfe ist nicht übermäßig feurig, die Säure dafür recht prägnant, der Geschmack trotzdem sehr rund. Das Plus bei diesem Senf liegt in der persönlichen Note.

Hergestellt wird er seit fast 100 Jahren in einem Familienbetrieb, heute in Bioqualität unter Verwendung regionaler Zutaten, wie früher mit viel Handarbeit. 1920 hatten die Hartls auf dem Münchner Viktualienmarkt einen Metzgerstand, der Senf diente als Dreingabe für die Würstel. Ein »Standl« gibt es dort auch heute noch, oder vielmehr: wieder. Allerdings ist es ganz den verschiedenen Senfsorten sowie einigen Dips und Mayonnaisen vorbehalten.

