



Die Bio-Beren-Flüsterer aus dem Zürcher Weinland: Michelle Schumann, Christoph und Simon Räss (sitzend) machen Pause bei einem Kübeli Aronia-Glace und einem Glas Saft.

Beerenstarke Früchtchen

In Benken im Zürcher Weinland hat die Familie Räss ein vielseitiges Bio-Beerenparadies geschaffen. Dazu gehören Spezial- und Nischenkulturen wie die gesunde und robuste **Aronia**, die es ganz schön in sich hat.

Text Sabrina Glanzmann Fotos Winfried Heinze Styling Vera Guala



Reifeprüfung: Rote Fruchtstiele sind das deutliche Zeichen dafür, dass die Aronia-Beeren ausgereift und bereit für die Ernte sind.



Die Ruhe vor dem Ernte-Sturm: Noch herrscht Stille auf dem Hofplatz, bevor das geschäftige Treiben eines typischen Hochsaison-Tages losgeht.



Wenn es Aronia regnet, macht die Erntemaschine ihre Arbeit. Unter dem prüfenden Blick eines Mitarbeitenden purzeln die Beeren in die Kisten.



Frische Aroniabeeren und was aus ihnen werden kann (von links nach rechts): Getrocknete Beeren, pulverisierter Trester, der bei der Herstellung von Saft anfällt sowie Konfitüre.



Ein Staubsauger für Früchte: Wie die Cassisbeeren wird auch Aronia auf den Benkenener Feldern maschinell geerntet.



Exklusive Spezialität: Frische Goji-Beeren in Bioqualität sind eine europaweite Nische. Die Familie Räss bedient sie als erste in der Schweiz.



Fast ein Viertel der hiesigen Bio-Brombeeren wachsen in den Anlagen des Biohof Räss. Dank drei verschiedenen Sorten dauert die Saison hier ausserdem auch länger.



Willkommenszeichen: in den Hofladen lockt im Sommer natürlich auch die Aussicht auf ein kühles Glace – das Schild zeigt deutlich.



Dank des Inhalts dieser Flaschen bleibt man im Saft – verdünnt und gekühlt eine Erfrischung an heissen Tagen.

Hier kommen die Ideen auf einen grünen Zweig

Aroniazopf

Zutaten für 3 Zöpfe à ca. 500 Gramm

- ½ Hefewürfel • 6,5 dl Milch • 1 kg Halbweissmehl • 3 TL Salz • 1 TL Zucker
- 1 Ei • 80 g Butter, weich • 2 EL Aronia-trester • 1 Ei, verklopft

Zubereitung

1. Hefewürfel in einem Gefäss in der Milch auflösen. Mehl, Salz, Zucker, Ei und Butter

in eine grosse Rührschüssel geben. Eine Mulde formen. Milch-Hefe-Mischung in die Mulde geben und alles von der Mitte aus anrühren und zu einem geschmeidigen, glatten Teig kneten.

2. Teig halbieren. In eine Hälfte den Aronia-trester einarbeiten. Zugedeckt beide Hälften um das Doppelte aufgehen lassen.

3. Die beiden Teighälften zu je drei gleich-

langen Strängen formen, die in der Mitte etwas dicker sind. Jeweils einen hellen und einen dunklen Strang zu einem Zopf formen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit dem verklopften Ei zwei Mal gleichmässig bestreichen. Nochmals gehen lassen.

4. Ca. 40 Minuten in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens (Unter-/Oberhitze) backen.



Hingucker auf dem Zmorgestisch: Dank des Aroniatresters als Zutat bekommt einer der beiden Teigstränge seine natürliche Färbung.

R

Reizend sind sie, diese erbsengrossen Aronia-Kügelchen. Reizend, wie sie je nach Lichteinfall dunkelviolet bis blauschwarz schimmern. Reizend sind sie auch, weil so unzählig viele in den Kisten auf dem Vorplatz liegen, dass man am liebsten gleich hineinspringen würde – wie in eines dieser bunten Bällchenbäder in den Einkaufszentren, die jedes Kind einfach magisch anziehen.

Michelle Schumann könnte täglich ein ausgiebiges Beerenbad nehmen. Es ist anfangs August, auf den Feldern des Biohofs Räss in Benken ZH läuft die Aronia-Ernte auf Hochtouren. «Manchmal wäre es verlockend, aber ich gumpe lieber ab und zu am Abend in den Rhein. Das erfrischt wesentlich mehr», sagt sie lachend. Die 30-jährige führt mit ihrem Lebenspartner Christoph Räss und dessen Bruder Simon Räss das Familienunternehmen, das sich seit 2015 dem Anbau von Bio-Wildbeeren verschrieben hat. Auf fünfunddreissig Hektaren wachsen alle klassischen Erd- und Strauchbeeren, aber auch diverse Spezial- und Nischenkulturen wie Aronia, Felsenbirnen, Sanddorn oder Maibeeren – in dieser Grösse und Vielfalt ist das hierzulande im Bio-Anbau einzigartig. Die roten Goji-Beeren zum Beispiel sind in Europa meist in getrockneter Form erhältlich. Der Zürcher Weinländer Betrieb brachte sie als erster frisch und in Bioqualität auf den Schweizer Markt.

Dank Aronia zum Beerenprofi

Kein Wunder, brummt dieser Betrieb. Gerade fährt Christoph Räss, 31, mit dem

*Von Nordamerika
mitten ins Zürcher
Weinland gekugelt*



So klein und so gesund: Aronia ist voller Antioxidantien, Mineralstoffe und Vitamine.

Manche Sorten sind nicht nachtragend, sondern spätrtragend

Himbeeren wachsen bei Räss Wildbeeren bis in den November hinein – dank spättragenden Sorten und Schutz im Tunnel. Im Sommer werden sie mehrmals täglich sieben bis acht Minuten lang bewässert.



Traktor davon. Als Landmaschinenmechaniker und Maschinenbautechniker ist er zuständig für den Fuhrpark und entwickelt Hacktechniken für die maschinelle Unkrautbekämpfung – ein zentraler Bereich im Bioanbau, wo keine chemischen Mittel zum Einsatz kommen. Hinter dem Traktor laufen Erntehelferinnen und Pflücker über den Platz und schwärmen in alle Hof- und Himmelsrichtungen aus. Derweil verlässt eine vierköpfige Familie den Hofladen. Aufgeregt langen die zwei Mädchen in eine Kartonschale voller Brombeeren und beginnen, sich lauthals darum zu streiten – bis ihre Mutter zur fruchtigen Friedensstiftung auch die Himbeeren

hinstreckt. Dann kommt Simon Räss, 36, um die Ecke. «Bis nächste Woche!», sagt er und beendet das Handygespräch. Der Agronom verantwortet die Kulturführung und den Pflanzenschutz. Er plant, wann wo bewässert, gedüngt und geerntet wird. Gerade sei der Berater für den Nützlingsbereich am Telefon gewesen. Es ist ein völlig normaler Hochsaison-Tag auf dem Bio-Beeren-Betrieb im Zürcher Weinland. Die Erntezeit beginnt zwar jeweils bereits Ende April mit den ersten Erdbeeren. Und sie dauert weit in den November hinein, wenn die letzten Himbeeren der spätrtragenden Sorten reif sind. Das geschäftigste Treiben herrscht aber im Sommer, «wobei es jetzt

im August schon wieder etwas ruhiger wird. Die roten und weissen Johannisbeeren sind ja schon durch», sagt Michelle Schumann. Seit sie 2019 als Dritte im Beeren-Bunde ganz in den Betrieb mit eingestiegen ist, erstellt sie die Tagespläne – in der Hochsaison für bis zu hundert Mitarbeitende. Denn ausser Aronia, Cassis und ein Teil der Johannisbeeren wird alles von Hand geerntet. Sie kümmert sich zudem um das Bestellwesen und um den Hofladen. Dort werden nicht nur die frischen Beeren feilgeboten, sondern auch selbst gemachte Produkte daraus: Glaces, Sorbets, Frozen Joghurts, Sirup, Säfte oder Konfitüren. Michelle Schumann tüftelt gerne an beerigen Back- und Kochrezepten. Für uns hat sie gleich mehrere Gebäcke in den Ofen geschoben und obwohl die Verlockung gross ist: Probiert wird erst später. Zuerst geht es ab aufs Feld zu einer Parzelle der total sechs Hektaren Aronia-Sträucher. Sie spielen bis heute eine Schlüsselrolle für den Hof: Ohne sie wäre das Benkener Beerenparadies vermutlich gar nicht erst entstanden.

Gefragte Schweizer Aronia

Vor zehn Jahren wuchs noch kein einziger Himbeerstrauch, keine Aroniapflanze in den Böden. Stattdessen machten Kartoffeln den wichtigsten Betriebszweig von Hans und Marianne Räss aus. Auch eine Schweinemast und Reben gehörten zum Hof. Als für die Landwirte allmählich die Nachfolgeregelung im Raum stand, konnten sich ihre Söhne Simon und Christoph immer mehr vorstel-

Himbeer-Joghurt-Panna-Cotta mit Aroniakonfitüre

Zutaten für ca. 4-6 Dessertgläser (je nach Grösse)
 • 3 Blatt Gelatine • 2.5 dl Halbrahm • 2 EL Honig
 • 250 g Joghurt nature • 350 g Himbeeren (frisch oder aufgetaut aus dem Tiefkühler) • wenig Puderzucker • etwas Aroniakonfitüre

Zubereitung

1. Gelatine in einem Schüsselchen mit kaltem Wasser 10 Minuten einlegen. Halbrahm mit Honig in einer kleinen Pfanne erhitzen, bis der Honig geschmolzen ist (nicht kochen!). Gelatine abtropfen und einrühren, etwas erkalten lassen. Joghurt dazu rühren. In die Dessertgläser abfüllen und 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.
2. Himbeeren mit wenig Puderzucker pürieren. Kurz vor dem Servieren auf die feste Joghurt-Panna-Cotta verteilen. Mit Aroniakonfitüre garnieren.



Ein Dessertglässchen in Ehren wird ganz sicher niemand verwehren – erst recht nicht, wenn Joghurt-Panna-Cotta auf das Duo Himbeeren und Aronia trifft.

Dieser Salat sieht rosarot: Himbeeren schmeicheln mit ihrer Süsse dem Apfelessig ungemein und sorgen für eine mal etwas andere Salatsauce.



Himbeer-Saltdressing

Zutaten

• 140 g Himbeeren • 1 ½ dl Sonnenblumenöl • 30 ml Apfelessig • 1 kleine Zwiebel, fein geschnitten • 75 ml Wasser • 1 TL Zucker oder flüssiger Honig • Salz und Pfeffer nach Belieben

Zubereitung

Himbeeren grob pürieren. Restliche Zutaten dazugeben und alles nochmals gut pürieren. In eine Bügelflasche oder ein Konfiglas abfüllen. Hält im Kühlschrank ca. 3-4 Tage.

Nah am Rheinfluss ist der Beerenanbau kein Reinfluss

len, als nächste Generation zusammen zu übernehmen. «Aber uns war von Anfang an klar und wichtig, dass unser Weg ein etwas anderer, eigener werden sollte», sagt Simon Räss. Sie suchten dafür nach einer Nische, die sie gemeinsam aufbauen und entwickeln konnten.

Zu dieser Zeit erzähle Michelle Schumann den Brüdern erstmals von Aronia. Schon während ihrer Lehre zur Drogistin erfuhr sie von deren wertvollen Inhaltsstoffen und kam immer wieder mit Aronia in Saft- oder getrockneter Form in Kontakt. Auch später als Aussendienst-Mitarbeiterin einer Ostschweizer Heilkräuter-, Kräuter- und Gewürz-Manufaktur liess sie das Thema nicht los: «Firmen aus der Lebensmittel- und Heilmittelbranche interessierten sich sehr für Aronia aus heimischem Anbau, aber es gab schlicht zu wenig davon.» Das machte Christoph und Simon Räss neugierig. Sie besorgten sich ein paar Teststräucher und merkten rasch, «wie robust und genügsam Aronia ist. Für den Bio-Anbau ideal», so Simon Räss.

Gutes Weinländer Beerenklima

Die Neuausrichtung auf Wildbeeren nahm Formen an und begann 2015 mit den ersten Aronia-, Cassis- und Goji-Pflanzen. Damit begaben sich die Gebrüder Räss gleich mehrfach auf unbekanntes Terrain, denn erstens war damals nicht nur der Aronia-Anbau, sondern auch die biologische Beerenproduktion hierzulande noch überschaubarer als heute. Lagen 2016 die Anbauflächen für Bio-Beeren in der Schweiz noch bei rund



Sorgfältige Handarbeit: Erntehelferinnen und -helfer pflücken alle Strauchbeeren auf des Hofes - nur Aronia, Cassis und bestimmte Johannisbeeren werden maschinell geerntet.

79 Hektaren, sind es 2023 gut 207 Hektaren, so die Zahlen des Schweizer Obstverbands. Das entspricht einem Fünftel der gesamten hiesigen Beerenfläche von 1005,5 Hektaren. «Learning by doing», also den Beerenanbau lernen, während man ihn macht, war anfangs die Räss'sche Devise. «Man darf das schon so sagen, wir haben mit einer guten Portion Naivität begonnen», sagt Simon Räss. Weil etwa die Goji enorm empfindlich auf Regen seien und sogar für das Pflücken von Hand heikel, hätten sie das eine oder andere Lehrgeld bezahlt. Spezifisch bei der Aronia hätten die Reisen zu erfahrenen Produzenten in Polen, Deutschland, Italien und Tschechien

den Start erleichtert. Gut ergeben habe sich auch, dass sich der grösste Schweizer Aroniaverarbeiter im nur zwanzig Minuten entfernten Hüttwilen TG befindet. Dort werden die Beeren getrocknet oder eingefroren, entstielt und zu Saft gepresst.

Nicht nur wegen der Nähe zu Hüttwilen ist der Standort des Hofes günstig. «Die geografische Lage ist unser grösstes Plus», sagt Simon Räss. Dazu gehören sandige, durchlässige Böden, denn Beeren mögen keine Staunässe. «Und wir haben hier mit dem Rheinfluss und den Jura-Ausläufern ein Klima mit sehr wenig Niederschlägen, ähnlich wie im Wallis oder in der Genferseeregion.» Ein



Überraschung! In diesem Gugelhupf sind Brombeeren versteckt. Beim Aufschneiden und vor allem beim Geniessen zeigen sie sich.

Brombeer-Nougat-Gugelhupf

Zutaten für 1 Gugelhupf-Form

• etwas Butter zum Einfetten der Form • etwas Mehl zum Bemehlen der Form • 350 g Brombeeren • 1 EL Mehl • 200 g schnittfester Nuss-Nougat • 250 g Butter, weich • 200 g Zucker • ½ TL Vanilleextrakt • 5 Eier • 4 EL Milch • 390 g Mehl • 1 Briefchen Backpulver • 1 Prise Salz • 100 g Mandeln, gemahlen • etwas Puderzucker (optional)

Zubereitung

1. Gugelhupfform mit Butter gut einfetten und bemehlen. Brombeeren in einem Schüsselchen mit Mehl vermischen und beiseite stellen. Nuss-Nougat in einer Pfanne schmelzen, etwas auskühlen lassen. Butter mit Zucker und Vanilleextrakt in eine Schüssel geben und aufschlagen. Eier Stück für Stück in die Buttermasse einrühren.
2. Milch und ausgekühltes Nuss-Nougat unterrühren. Mehl und Backpulver mischen, dazu sieben und mit der Prise Salz unterheben. Zum Schluss Brombeeren und Mandeln unterziehen und in die vorbereitete Form füllen.
3. Ca. 55 Minuten im auf 180 Grad Umluft vorgeheizten Ofen backen. Nach dem Auskühlen aus der Form stürzen, wenn gewünscht mit Puderzucker bestreuen.

*Backe,
backe
Kuchen,
wenn die
Beeren
rufen*

Vorteil für Bio-Anbau, weil es den Pilzdruck mindert. Auch Hagel ist selten. Fast alle Flächen sind mit einer Tropfbewässerung aus Rheinwasser versehen; dies ist logistisch möglich, weil die meisten Felder direkt um den Betrieb liegen.

Nährstoffreiche Einwanderin

Aronia gilt als potente Gesundheitsbeere. Vor allem ihr Anteil an sekundären Pflanzenstoffen ist kaum zu übertreffen. So wie die so genannten Anthocyane: Antioxidanzien, von denen keine andere Frucht eine so hohe Konzentration enthält wie Aronia und die auch für das intensive rubinrote Fruchtfleisch sorgen. Sie vernichten wirksam freie Radikale: aggressive Substanzen, die durch Gift- und Schadstoffe oder Umweltbelastungen entstehen und Körperzellen angreifen können. Auch Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitaminen sind in Aronia geballt vorhanden, allen voran Vitamin C, Kalium und Kalzium. Die Beeren wachsen und reifen langsame drei Monate lang, was den Nährstoffen genügend Zeit gibt, sich zu entwickeln.

Ursprünglich stammt die Aroniapflanze aus dem Grenzgebiet zwischen Kanada und den östlichen USA. Der Überlieferung nach gelangte sie Mitte des 19. Jahrhunderts nach Russland, wo wenig später Botaniker aus dem Wildgehölz die ersten frostharten Sorten züchteten – kältebeständige Früchte, die und auf kargen Böden wachsen konnten. In Europa zählen heute Polen und Deutschland zu den Hauptanbaugebieten. Aus botanischer Sicht ist Aronia übrigens gar

Aronia-Chutney

Zutaten für 6-7 Gläser à 200 ml

• 600 g frische Aroniabeeren • 6 kleine Birnen (nicht zu weiche) • 160 g rote Zwiebeln • 4 Nelken • 1 EL Öl zum Anbraten • 280 g Rohrzucker • 1 dl Apfelessig • Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Aroniabeeren in eine Schüssel geben und mit einem Löffel leicht zerdrücken. Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und ebenfalls klein schneiden. Nelken in einen Einwegfilter geben und zubinden.
2. Öl in einem grossen Topf bei mittlerer Hitze heiss werden lassen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Aroniabeeren, Birnenwürfel und Zucker unterrühren. Kochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Essig dazugießen und den Einwegfilter mit den Nelken dazugeben. Unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ca. 45 Minuten einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In saubere Gläser füllen und verschliessen. Mindestens sechs Monate im Keller haltbar.

Tipp Fein zu Käse- und Fleischplatten, Gschwellti oder Wildgerichten.



Eingemachte Freude: Aus frischen Aroniabeeren wird zusammen mit Birnen und Zwiebeln, Essig und Gewürzen ein vielseitig verwendbares Chutney.



Hier ist etwas im Busch: Fünf verschiedene Sorten Heidelbeeren werden bei Räss Wildbeeren kultiviert. Sie gehören von Juni bis September zum Angebot.

keine Beere, sondern ein Kernobstgewächs. Sie Kerne aber so klein, dass man sie problemlos mitessen kann. Im Frühling blüht Aronia schneeweiss, im Herbst verfärben sich die Blätter orange-rot. Zusammen mit den Beeren im Sommer ist sie zu jeder Saison ein Hingucker.

In der Schweiz wird mehrheitlich die *Aronia melanocarpa* kultiviert, auch «Schwarze Apfelbeere» oder «Schwarze Eberesche» genannt wird. Durchgesetzt habe sich vor allem die buschartig wachsende, ergiebige Sorte «Nero Suberberry», die bis zu drei Meter hoch werden könne, sagt Simon Räss. Er muss jetzt etwas lauter sprechen, weil die Erntemaschine gerade ganze Arbeit leistet. Beim Vorbeifahren an den Aroniasträuchern zieht sie die Äste ein, dann werden die Beeren durch eine Art vibrierender Kamm abgezogen. Wie von einem grossen Staubsauger werden die Beeren am Schluss eingesaugt und purzeln in die Kisten – nach und nach füllt sich so das reizende Beerenbad immer mehr. Keine Laune der Natur ist übrigens, dass viele der Beeren von einer feinen, weissen Kalkschicht umhüllt sind: im Bioanbau ist dies ein erprobtes Mittel gegen Schädlinge wie die Kirscheschiffleie.

Wertvoller Trester

Endlich stibitzen wir ein paar Kügelchen aus den Kisten und beissen gespannt hinein: Herb schmecken sie, säuerlich und etwas grasig-grün. Aber auch leicht süss. «Als Frischbeere eignet sich Aronia su-

per für Smoothies, Chutneys oder Konfitüren», erklärt uns Michelle Schumann später in der Produktionsküche. Dort läuft gerade die Glacemaschine, um eine Charge überreife Brombeeren zu verarbeiten. Aber auch Tomatensugo köchelt auf dem Herd. Jeden Mittag gibt es ein frisch zubereitetes Essen für alle Mitarbeitenden – die meisten von ihnen sind Saisoniers und kommen seit Jahren jeden Frühling wieder nach Benken.

Bevor es ans Probieren des Heidelbeer-Butterkuchens geht, genehmigen wir uns ein Stück Zopf. Er ist zweifarbig, weil in einen Teil des Teigs Aroniatrester beigemischt wurde. Dieser bleibt nach dem Pressen der Beeren übrig, wird getrocknet und gemahlen. Und ist nicht nur ein natürliches Färbemittel: Der Anteil an wertvollen Inhaltsstoffen ist in den Schalen und -kerne besonders hoch.

Die Familie Räss ruht sich auf ihren Beeren nicht aus. Auch neue Apfelanlagen wurden angelegt und alle Reben durch pilzwiderständige Sorten ersetzt. Die Trauben keltert das Bioweingut Lenz in Uesslingen TG zu Wein.

Was wohl als nächstes kommen wird? Reizend wird es bestimmt sein.

• • •

Räss Wildbeeren, Im Trügli 267, 8463 Benken, Telefon 052 319 18 02, info@raess-wildbeeren.ch, www.raess-wildbeeren.ch, Instagram [@raesswildbeeren](https://www.instagram.com/raesswildbeeren)
Öffnungszeiten des Hofladens Montag bis Sonntag, 7 bis 22 Uhr.
IG Aronia Schweiz, info@aroniabeere.ch, www.aroniabeere.ch

Butterkuchen mit Heidelbeeren

Zutaten für eine Wähenform à 26–28 cm Durchmesser

▪ 450 g Zopfmehl ▪ $\frac{3}{4}$ TL Salz ▪ 60 g Zucker ▪ $\frac{1}{2}$ Hefewürfel ▪ 150 g Butter, weich ▪ $1\frac{1}{2}$ dl Milch, lauwarm ▪ 2 Eier, verklopft ▪ etwas Butter zum Einfetten der Form ▪ etwas Mehl zum Bemehlen der Form ▪ 50 g Butter, in Würfel ▪ 80 g Zucker ▪ 1 Briefchen Vanillezucker ▪ 500 g Heidelbeeren ▪ 60 g Mandelplättchen

Zubereitung

1. Mehl und alle Zutaten bis und mit Hefe in einer Schüssel mischen. Butter, Milch und Eier beigegeben, mischen und zu einem weichen, glatten Teig kneten. Teig zugedeckt bei Raumtemperatur ca. $1\frac{1}{2}$ Stunden aufs Doppelte aufgehen lassen.
2. Teig etwas flach drücken, in der Grösse der Wähenform auswallen. Wähenform ausbuttern und bemehlen, Teig hineinlegen.
3. Butterwürfel auf dem Teig verteilen. Zucker und Vanillezucker in einem Schüsselchen mischen und darüberstreuen. Heidelbeeren auf dem Teig verteilen, leicht andrücken. Mandelplättchen darauf verteilen
4. Ca. 35 Minuten in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens (Umluft) backen und noch warm geniessen.



Jetzt mal Butter bei die Heidelbeeren! Zum sommerlichen Kaffeeklatsch gehört ein beeriger Kuchen.

*Ein Stück Glück
für ein gutes
Bauchgefühl*