

LIFESTYLE

Paul Liversedge über Weissweine: Mit Schraubverschluss oder Korken?

Stellen Sie diese Frage einmal einem Weinliebhaber. Seine Antwort wird variieren, je nachdem, woher er kommt. Der durchschnittliche Schweizer Weinkonsument wird eine eher konservative Haltung gegenüber Schraubverschlüssen einnehmen, welche viele mit billigen Weinen von minderer Qualität in Verbindung bringen. Die anglosächsischen Bewohner wiederum sind ihnen gegenüber aufgeschlossener und ziehen sie heute sogar gegenüber Korken vor – wenn sie die Wahl haben.

ICH WERDE häufig nach meiner Meinung gefragt und antworte jeweils wie folgt: Der grösste Vorteil von Schraubverschlüssen – egal welcher Weinqualität – ist es, dass man Weine mit «Zapfen» verhindert, wie es immer noch bei 3–5 % aller gekorkten Flaschen auftritt. Der grösste Nachteil: Manchmal riechen sie anfangs etwas nach faulen Eiern – als Resultat des frei werdenden Schwefeldioxid in der Flasche.



Der Autor ist Master of Wine und betreibt das Weinhandelsgeschäft Real Wines.

Diese Aromen verschwinden rasch, wenn man das Weinglas etwas schwenkt.

Weissweine mit Schraubverschlüssen tendieren dazu, langsamer zu altern als mit Korken. Für viele junge Weissweine, die frisch und fruchtig genossen werden, sind die «Deckel» ideal, weil sie das Gas fernhalten und die fruchtigen Aromen konservieren – effektiver als bei Korken. Bei langlebigeren Weissen, welche für die Entwicklung mehr Zeit brauchen, ist die Wahl des

Verschlusses weniger klar ersichtlich.

GENERELL ABER profitieren Weissweine von guter Qualität und vollem Körper, die in Eichenfässern gereift sind und aus Chardonnay-, Marsanne- (aus der Schweiz und dem nördlichen Rhonetal) und Viura-Trauben (weisse Rioja) gekeltert werden, von der kontinuierlichen, behutsamen Sauerstoffzufuhr durch den Korkverschluss. Die Reife im Fass ist ein ebenso schonender Oxidationsprozess. Eichenfässer haben wie die Korken sehr feine Poren, in die der Sauerstoff eindringen kann. Ist ein Wein in den ersten Monaten der Lagerung durch diese sanfte Oxidation gegangen, wird dieser Prozess plötzlich beendet, wenn man ihn mit einem Schraubendeckel verschliesst.

Kürzlich nahm ich an einer Vertikalverkostung der besten australischen, in Eichenfässern gereiften Chardonnays der Leeuwin Estate Art Series teil, die mir einen

faszinierenden Einblick auf die verschiedenen Effekte von Schraubverschlüssen und Korken bei Top-Chardonnays gab.

DIE ÄLTESTEN – von 1989 bis 1994 – waren zu 100 % mit Korken verschlossen. Sie tendierten in der Farbe zu einem tiefen Gold und waren in ihrem Geschmacksprofil klar entwickelt, komplex, reich, aber eher am Ende ihrer Trinkfähigkeit. Die jüngsten – von 2005 bis 2011 – wurden mit Schraubverschlüssen abgefüllt. Sie hatten eine jugendliche, zitronengelbe Farbe und eine frische Säure. Sie alle waren von Natur aus komplex, wirkten aber bedingt durch ihr junges Alter und die antioxidativen Effekte des Deckels noch ganz verschlossen.

DIE MITTLERE GRUPPE – von 1998 bis 2004 – war die interessanteste. Sie waren strohgelb in der Farbe, aber immer noch mit der grünlichen Färbung der Jugend, jedoch von einer bezaubernden Frische, Intensi-

tät und spritziger Säure, kombiniert mit einer enormen Komplexität an Aromen: Petrol, Limone, Zitrone, Grapefruit, tropischen Früchten, Butter und Vanille.

Nie zuvor hatte ich so hochwertige Chardonnays von aufeinanderfolgenden Ernten eines einzigen Produzenten degustiert. Das Faszinierende: Sie waren erst mit Korken verschlossen, dann nach 3 Jahren mit einem Deckel versehen worden. Der Wechsel vom Fass zum Deckelverschluss, von der oxidativen zur anti-oxidativen Reifung war weniger einschneidend und nicht so schwerwiegend. Das Resultat: Die Weine zeigten eine mühelose Integration von Frucht und Eiche und eine leicht frühere Entwicklung der Aromen. Zusammen mit der Frische und der jugendlichen Intensität durch die kontinuierliche Alterung mit dem Deckel aber der perfekte Mix!

Könnte das die Antwort auf die Debatte «Korken versus Schraubverschluss» sein?

TOP-TIPPS

Mit Schraubverschluss: Leeuwin Estate Art Series Chardonnay 2011, Margaret River, West-Australien www.zweifelweine.ch Fr. 79.50

Mit Korkverschluss: Domaine Leflaive Puligny Montrachet 1er cru Clavoillon 2010, Burgund, Frankreich www.arvi.ch Fr. 119.–

Essen ohne Panikattacken

Nun ist Gwyneth Paltrows gesundes Kochbuch auf Deutsch erhältlich. Muss man es auch kaufen?

Was bleibt, wenn man nach dem Eliminationsprinzip viele feine Zutaten vom Speiseplan verbannt? Durchaus noch ein paar leckere, sicher aber gesunde Gerichte – wie uns Schauspielerin Gwyneth Paltrow in ihrem Kochbuch verspricht.

VON SILVIA SCHAUB

Essen macht Spass. Sehr gutes Essen macht noch viel mehr Spass. Aber zum Spassen ist es Gwyneth Paltrow trotzdem nicht immer. Auch nicht, als die Schauspielerin in ihrem aktuell laufenden Film «Thanks for Sharing» ein Gericht mit grillierten Insekten vorgesetzt bekommt. Und ebenso wenig als ihr Schauspielkollege Mark Ruffalo sie ins Restaurant ausführt. Sie gönnt sich lediglich ein paar Gemüsehäppchen, schön assortiert nach Farben – und strahlt.

DENN AUCH IM WIRKLICHEN Leben weiss sie inzwischen ganz genau, was sie verträgt – und was eben nicht. Und das ist so einiges, wie sich bei der Schauspielerin herausstellte. Dabei begann alles so, wie es uns auch gehen könnte: Man hat Besuch, fühlt sich etwas schwach und gestresst, bekommt eine fürchterliche Migräne und zuletzt noch eine Panikattacke. Die Schauspielerin rannte tags darauf zum Arzt für ein Check-up. Und siehe da: eine gutartige Zyste am Eierstock, ein Knoten an der Nebenschilddrüse, eine zu hohe Metallkonzentration, Blutparasiten und eine ganze Reihe weiterer Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Grund genug für Paltrow, ihr Essen komplett umzustellen. Keine Pommes mehr und kein Rotwein, keine Milchprodukte und auch kein Weizen.

Harte Worte für das Ohr einer Geniesserin. Aber für die clevere Geschäftsfrau, die neben der Schauspielerei auch höchst erfolgreich ihre Homepage www.goop.com betreibt, der Wink, sich



ROTE-BETE-SALAT

Einer der Lieblingssalate von Gwyneth Paltrow beruht auf einem Rezept von «Frankies Restaurants» in New York.

Für 4 Personen

2 EL Dijon-Senf
2 EL Weissweinessig
160 ml Olivenöl extra vergine
grobes Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
500 g gedämpfte oder gekochte Rote Bete, geschält und grob gewürfelt
1 Avocado, geschält, entsteint und in Stücke geschnitten
3 Frühlingzwiebeln, weisser und hellgrüner Teil fein geschnitten

Senf, Essig und Olivenöl in einer kleinen Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rote Bete in das Dressing geben und vorsichtig vermischen. Die Rote Bete auf eine Platte oder auf Teller geben und Avocadostücke und Frühlingzwiebeln darauf verteilen.

Aus: Gwyneth Paltrow, Meine Rezepte, AT-Verlag



Gwyneth Paltrow zeigt in ihrem Kochbuch, wie man gesund lebt und gut aussieht.

DITTE ISAGER/AT VERLAG

noch ein drittes Standbein aufzubauen. Denn als sie ihr Leben komplett umkremelte, indem sie die Eliminationsdiät (Ausschlussdiät) ihres Arztes Dr. Aljandro Junger befolgte, schrieb sie alles in einem Kochbuch nieder. «It's all good» heisst es in der Originalausgabe, weil sie darin mit ihrer Freundin und Co-Autorin Julia Turshen wirklich nur gute Dinge verbratet, die ihr zudem auch noch zu einer strahlenden Haut, funkelnden Augen und einem fitten Körper verhelfen (wie die zahlreichen Bilder im Buch eindeutig belegen). Natürlich sollten die Gerichte so sein, dass sie zwar ihren neuen Richtlinien entsprachen, aber trotzdem so schmecken, aussehen und duften, wie das, was sie vorher kochte. «Seelenfutter in einer sehr gesunden Variante, bei dem ich nicht das Gefühl habe, etwas zu vermissen», schreibt sie im Vorwort ihres Buches, das nun auf Deutsch in den Handel kommt.

IST DAS BUCH NUN eher eine Gesundheitsfibel oder ein Kochbuch? Wohl beides. Wer unter Allergien leidet, wird sich freuen, dass er hier neben so vielen Rezepten auch Infos über den Umgang mit den gesundheitlichen Beeinträchtigungen findet. Aber auch wer nicht davon betroffen und ohne durch die von Gwyneth Paltrow vorgeschlagene Entgiftungskur gegangen ist, wird ein paar interessante Rezepte finden. Die Buchweizen-Bananen-Pancakes, die Puten-Fleischbällchen oder der Rote-Bete-Salat mit Avocados (siehe Rezept) stehen jedenfalls überhaupt nicht für Verzicht, sondern eher schon für Hochgenuss. Etwas Zeit muss man sich allerdings für einige Rezepte schon nehmen – und man darf sich nicht vor Laktose- oder Gluten-Alternativen scheuen.

Gwyneth Paltrow
Meine Rezepte für
Gesundheit und
gutes Aussehen,
AT-Verlag, 304 S.,
Fr. 32.90. Erhältlich
ab 19.8.

