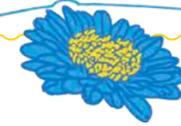




Honig vom Hochhaus

Mirjam Lendenmann kocht fürs Leben gerne, am liebsten mit dem Honig ihrer eigenen Bienen. Also brachte sie die gleich an ihren Arbeitsplatz bei der Migros mit.

Text: Claudia Schmidt Bilder: Cyrill Krähenbühl



Wie werde ich Imkerin?

Hobbyimker benötigen keine offizielle Ausbildung. Wer eigene Bienenstöcke hat, muss sie allerdings registrieren lassen. Der Imkerverband Bienen Schweiz legt künftigen Haltern nahe, einen Grundkurs über 18 Halbtage zu belegen. Der Lehrgang geht über zwei Jahre und deckt alle Aspekte der Bienenhaltung ab.

Noch mehr Bienenwissen vermitteln dreijährige Kurse, die mit dem eidgenössischen Fachausweis für Imker bzw. Imkerinnen abschliessen.

Infos: bienen.ch

Rund um die Bienenhaltung gilt es vieles zu beachten. Das wird in Kursen vermittelt.

«Die Biodiversität in der Stadt ist grösser. Die Bienen finden hier oft ein besseres Nahrungsangebot.»

Bild: Migusto/Veronika Studer

Wenn am Morgen die Sonne aufgeht und die Pflanzen ihre Blüten öffnen, machen sich die Bienen von Mirjam Lendenmann an die Arbeit. Vom Dach des Bürogebäudes des Migros-Genossenschaftsbundes strömen sie aus, um Nektar zu sammeln. Elf Völker oder rund 550 000 Bienen haben hier, mitten in der Stadt Zürich, seit 2017 ihr Zuhause.

Lendenmann ist passionierte Hobbyimkerin und seit 2016 Küchenchefin des Personalrestaurants des Migros-Genossenschaftsbundes. Der Bienenstandort bot

sich also geradezu an. Bienen in der Stadt zu halten, hat aus Sicht der 33-Jährigen Vorteile: «Die Biodiversität in der Stadt ist grösser. Die Bienen finden hier oft ein besseres Nahrungsangebot – vom Frühjahr bis zum Ende des Sommers», sagt die Imkerin. Sogenannte Trachtlücken, in denen die Bienen nur wenig Nahrung finden, gibt es in der Stadt im Gegensatz zu ländlichen Gebieten praktisch nicht. Auch Pestizide finden sich hier kaum.

Glückliche Bienen durch naturnahe Haltung
Zu den Bienen fand die Köchin über ihren Mann, einen Imker mit eidgenössischem

Fachausweis. Zusammen betreiben die beiden heute das Kleinunternehmen beehappy, das nicht nur Honig produziert, sondern im Aargau auch Bienenvölker vermietet.

Der Ertrag ist für Mirjam Lendenmann zweitrangig. Ab Mitte Juli erntet sie keinen Honig mehr, sondern überlässt ihn den Bienen. «Bei Bedarf füttern wir ihn auch wieder zu», erklärt sie. Das erlaubt den Bienen, Pflanzen anzufliegen, die ihnen guttun und sie stärken. Gerade geschwächte Tiere profitieren davon. Im Winter muss die Imkerin deshalb nur wenig Zuckerwasser zufüttern. In ihren Bienenbauten findet auch ein eigener Kreislauf



Erst wenn Honig reif ist, verschliessen Bienen die Wabe. Das Wachs wird mit einer Entdeckungsgabel entfernt, um den Honig zu entnehmen. Vor dem Abfüllen werden grobe Wabenreste herausgesiebt. Die Honiggläser werden etikettiert.

Mehr Honig

Auf dem Butterzopf schätzt man ihn, doch selten ist Honig der Star eines Gerichts. Das ändern wir mit feinen Honigrezepten.

Text: Claudia Schmidt Rezepte: Migusto



Honig-Nuss-Tarte

Für 8 Personen

Für Kuchenblech à ca. 26 cm

- 350 g gemischte Nüsse, z.B. Mandeln, Haselnüsse, Baumnußkerne und Pekannüsse
- 1 rund ausgewallter süsser Mürteteig à 320 g Hülsenfrüchte zum Blindbacken
- 3 Eier
- ½ Zitrone
- 70 g Butter, weich
- 3 EL Maisstärke
- 160 g flüssiger Honig
- 1 Beutel Vanillezucker
- 25 g gehackte Pistazien
- 100 g Crème fraîche flüssiger Honig zum Beträufeln

1 Backofen auf 200 °C vorheizen. Nüsse in eine ofenfeste Form geben und im Ofen während des Aufheizens 12 Minuten rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

2 Teig mit Papier in ein Kuchenblech legen. Teigboden mit einer Gabel dicht einstechen. Überstehenden Rand nach innen umklappen. Teig mit Backpapier belegen und mit Hülsenfrüchten beschweren. Im Ofen ca. 10 Minuten backen. Hülsenfrüchte und Papier entfernen, Boden weitere ca. 12 Minuten fertig backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

3 Inzwischen Eier verquirlen. Zitronenschale fein abreiben, Zitrone auspressen. Butter schaumig rühren. Eier, Stärke, Honig, Vanillezucker, Zitronenschale und -saft dazurühren.

4 Nüsse auf dem Teigboden verteilen. Masse darübergiessen, mit Pistazien bestreuen. Ca. 25 Minuten in der unteren Ofenhälfte fertig backen. Tarte abkühlen lassen. Mit Crème fraîche und mit Honig beträufelt servieren.

TIPP

Dazu passen frische Früchte wie Nektarinen oder Pflaumen.

Fact Nr.1

Tannenhonig entsteht aus dem sogenannten Honigtau. Das sind Ausscheidungen von Blattläusen, die an den Tannenspitzen Pflanzensaft saugen. Je nach Blattlausbefall dauert es in einigen Gegenden bis zu dreijahre, bis genügend Honig in den Bienenwaben ist.



Gefüllte Peperoni mit Honig-Frischkäse

Als Party-Fingerfood, beim Apéro, zum Grillplausch oder beim Picknick machen sich gefüllte Mini-Peperoni gut – und zeigen, dass auch Währschaftern etwas Süsse guttut.

Rezept auf migusto.ch



Fact Nr. 2

Honig ist zunächst immer flüssig. Bestimmte Arten kristallisieren schneller, zum Beispiel Rapshonig. Durch intensives Rühren werden die Kristalle klein gehalten, sodass der Honig cremig wird. Sorten wie Akazienhonig bleiben eher flüssig.



TIPP

Dazu passen knusprige Waffeln, z. B. Caramel- oder Honigwaffeln oder Bricelets.

statt. Sie setzt keine fremden Mittelwände ein, die Bienen zum Wabenaufbau brauchen. Die Mittelwände werden aus dem eigenen Wachs der alten Brutwaben gewonnen, indem man sie einfach einschmilzt. So werden alle Waben einmal pro Jahr erneuert.

Technik statt Gift gegen den Parasiten

Die Varroamilbe, die so ziemlich jedes Bienenvolk in Europa angreift, verschont auch die Bienen des Personalrestaurants nicht. Mirjam Lendenmann bekämpft den Schädling aber nicht mit Ameisensäure, wie das andere Imker tun. Sie setzt auf eine nachhaltigere Methode, nämlich eine biotechnische, wie der totalen Brutentnahme Ende Juli. Dadurch entfernt die Imkerin einen Grossteil der Milben, die das Volk befallen haben. Die verbleibenden Milben werden mittels Fangwaben aus dem Volk entfernt. «Wir haben Königinnen, die jetzt schon vier Jahre alt sind», sagt die Küchenchefin stolz. «Wenn man den Milbenbefall mit Ameisensäure behandelt, werden sie nicht so alt. Das bestätigt uns in unserem Vorgehen.»

Ihre grosse Liebe zu den Bienen und zum Honig hat auch einen grossen Einfluss auf ihre Küche. «Am liebsten kombiniere ich Honig mit säuerlichen Zutaten. Etwas, was die Süsse wieder besänftigt. Daheim koche ich sehr viel mit Honig», sagt Mirjam Lendenmann. Ihr Lieblingsrezept: Pinienkerne-Krokant – oder auch eine feine Honig-Joghurt-Glace.» Das würde sicherlich auch die Bienen stolz machen. **MM**



Bilder: Migusto/Veronika Studer

Honigglace mit Fleur de sel

Dessert für 4 Personen

1,5 dl	Vollmilch
1 TL	Vanillepaste
80 g	flüssiger Honig
3	Eigelb
1 TL	Fleur de sel
1,5 dl	Vollrahm
1 EL	gehackte Pistazien

1 Milch mit Vanillepaste erhitzen. Honig begeben und rühren, bis er sich in der Milch aufgelöst hat. Eigelb in einer Schüssel schaumig schlagen. Warme Milch langsam und unter ständigem Rühren mit einem Schwingbesen zum Eigelb giessen. Alles zurück in die Pfanne giessen und unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen aufkochen. Pfanne in eine Schüssel mit eiskaltem Wasser stellen und die Masse so lange rühren, bis sie kalt ist. Salz darunterrühren. Rahm steif schlagen und vorsichtig unterheben.

2 Masse in einer Glacemaschine gemäss Gebrauchsanleitung gefrieren lassen. Zum Servieren mit Honig beträufeln und mit Fleur de sel bestreuen. Nach Belieben mit Pistazien anrichten.

TIPP Ohne Glacemaschine: Masse in eine Chromstahlschüssel geben und 2–3 Stunden gefrieren lassen. Dabei alle 30 Minuten mit einem Schwingbesen durchrühren, bis die Masse angefroren ist.