



# Kleines Senf-Brevier

# Kleines Senf-Brevier

Einführung	3
I. Die kleine Senfentdeckungsreise	4
II. Senfaufbewahrung und -einsatz	7
III. Senfkörner - Kunde*	18
IV. Senfherstellung*	24
V. Die Monschauer Senfmühle	31
VI. Senfsorten und ihre Verwendung	38
VII. Rezepte mit Senf	43
VIII. Senf ist gesund*	53
IX. Literatur und Internet	60
X. Kleine Geschichte des Senfs*	62
Ausblick: Die neue Senfkultur	75

\* z.T. Quelle: „Senf das Kochbrot“  
Habeck Verlag (siehe IX) m.H.G.d.V.



## Einführung

Die wirtschaftliche Lage ist derzeit nicht positiv und die Aussichten werden von den eingeleiteten Sparmaßnahmen in Wirtschaft und Politik stark eingetrübt. Welches Weihnachtsgeschenk passt in die Situation 2002/03? Wir dachten zuerst an Nudelvariationen, doch beim näheren Testen stellte sich heraus, dass sie Sie in Ihrer Stimmung nicht hätten aufmuntern können - in jedem italienischen Restaurant hätten sie doch besser geschmeckt - gerade der Sugo dazu - und Sie hätten sich als Verlierer gefühlt. Zur Lage passt, dass Sie Ihren Senf dazugeben. Der Spruch kommt übrigens aus dem Mittelalter, als der Senf dünnflüssig zubereitet und in Kannen aufbewahrt wurde. So konnte leicht dem Gegenüber Senf eingegossen werden. Senf ist gesund, fördert die Verdauung, gerade schwerer Kost, wie der Wirtschaftslage, ebenso die Durchblutung und hebt die Lebensgeister. Senf stimmt Sie positiv und täglich ein Esslöffel pur genossen hilft Ihnen zu langem Leben. Zusätzlich schmeckt ein „Mühlensenf“ hervorragend und in der Küche kommt bei seiner Verwendung wahre Freude auf. Da kann ein Rinderbraten gar wie Hirsch schmecken. Kochen mit Senf ist nicht schwierig, aber sehr wirksam. Zusätzlich finden Sie auf den folgenden Seiten das nahezu komplette Wissen um und über den Senf. Guten Appetit.

Wolnzach, Dezember 2002

Eduard und Doris Kastner

# I. Die kleine Senf- entdeckungsreise

Dijon thront seit dem Mittelalter als Hauptstadt des Senfs, europaweit, heute weltweit. Sicherlich verdient. Die mannigfaltigen Senfsorten des Hauses Maille-Amora sind für Industrieproduktionen hervorragend, z.B. die Sorte „Fine Selection“, die Sie in jedem Supermarkt kaufen können. In Dijon und Paris unterhält Maille einen Verkaufsladen mit Exklusivsorten und Frischsenfabfüllung (Chablis-Senf, Weißwein-Senf) – sehr edel gestaltet, ein Premiumprodukt in der Tradition Mailles als Hoflieferant Frankreichs, Ungarns und Russlands.



Von den einst 55 Senffabriken sind in Dijon und Umgebung noch vier zu finden: neben der Maille-Produktion, die unter dem Mutterdach von Unilever rund 50 % des Senfweltmarktes abdeckt, sind es Familienbetriebe mit jeweils ca. 20 Mitarbeitern: Fallot in Beaune (rund 60 km südlich von Dijon), Téméraire (Couchey – südwestlicher Vorort) und Reine Dijon (in Fleury-sur-Ouche im Südwesten Dijons).

Sie arbeiten noch im traditionellen Verfahren, dem Mahlen der Senfkörner zwischen großen runden Basalt-Steinen, weshalb ihre Produkte etwas frischer, schärfer schmecken. Fallot und Téméraire kreierten aus dem Ursenf durch Essenzzugaben viele Sorten: mit Cassis, Chablis, Zitrone, ... – jedes Jahr kommen neue hinzu.



Schön anzusehen, wenn die Gläschen nebeneinander im Schrank von Delikatessenläden stehen. In kleinen Packungen bieten Souvenirläden sie an. Doch Maille hat sie inzwischen mit noch raffinierteren Mischungen überboten: Senf mit Blaukäse, mit Edelnüssen, mit feinen Kräutern, Basilikum, Cognac, Calvados, Marc de Bourgogne, Balsamico, roten Früchten, u.v.m..

In den Restaurants Dijons spielt der heimische Senf nicht die große Rolle. Ein Entrecôte Dijonaise ist mit einer Senfsoße zu servieren, das einzige Gericht mit Senf auf der Speisekarte. Die Senfsoße schmeckt hervorragend. Und welchen Senf setzte der Koch ein und verwendet die französische Gastronomie generell? Amora-Senf (nur der Name und der Preis unterscheiden ihn von Maille). Er findet sich auch in den Plastikflaschen am Tisch. Doch der Inhalt übertrifft den deutschen Würstel-Senf-Standard um Welten.

Nach dem Probieren der französischen Senfsorten stellen Sie auch schnell legendäre britische Produkte wie Colman's Senfpulver wieder ins Regal zurück. Außer Schärfe nur Monotonie im Geschmack (nach 10 Minuten Ansetzen mit Wasser). Aus Mexiko kommt gar der schärfste Senf der Welt: er ist mit Pili-Pili versetzt - nichts für unsere Küche.

Senfe unterscheiden sich in zweifacher Weise - einmal durch die Herstellung und dann im Geschmack, der Zusammenstellung der gemahlten Senfkörner mit Wasser, Essig Salz und Zucker. Auch wenn Maille-Amora noch so perfekt

## II. Senfaufbewahrung und -einsatz

Im verschlossenen Zustand beachten Sie bitte das angegebene Verfallsdatum. Bei Lagerung im **Kühlschrank** verschiebt es sich aber um **Jahre**. Nach der Öffnung des Glases stellen Sie bitte immer den Senf gut verschlossen in den Kühlschrank zurück. Er sollte dann innerhalb eines halben Jahres aufgebraucht werden – kann aber auch noch viel länger halten. Durch die Lagerung wird er aber immer **milder**. Wichtig ist die Verwendung eines **stets frischen Löffels** für die Senfentnahme, auch wenn der Senf antiseptisch wirkt. Es ist übertrieben, dafür einen Holzlöffel einzusetzen. Für die Küche: Die Schärfe des Senfs vergeht mit dem **Kochen**. Wer an ihr hängt, würzt sein Gericht erst kurz vor Ende der Garzeit mit Senf.



an die Tradition seit 1724 anschließt – industrielle Fertigung kann die höhere Aromatik aus dem langsamen Mahlen zwischen zwei großen Mahlsteinen nicht einholen. Beim Geschmack scheiden sich die Geister. Sehr viel beeinflusst auch die jeweilige Geschmackstradition. Dijon-Senf sind etwas schärfer als deutsche Spitzensenfe. Doch als Wertmesser dient die Empfindung, wo die Schärfe wahrgenommen wird: im Mund, aus der

Was in Frankreich Dijon, ist in Deutschland Düsseldorf. Bereits vor 200 Jahren, so ist nachzulesen, verkaufte ein gewisser Kastellan Bergrath Senf im Düsseldorfer Schlossturm. Noch heute ist der „äschte Düsseldorfer Mostert“, der ABB-Senf, erhältlich: frisch gezapft und abgefüllt in die typischen graublauen Steinguttöpfchen. Die Monschauer Senfmühle lebt aus der Senftradition dieser Region.

## Emil Breuer

Telefon 245

seit 1882

Der beliebte Rheinische Kräutersenf!

3337



Impressum:

Texte: Eduard Kastner

Fotos und Rezepte: Doris Kastner

Gesamtherstellung: Druckhaus Kastner GmbH,

85283 Wolnzach, Schloßhof 2-6,

Tel. 08442/92 53 30



## Die neue Senfkultur

Es ist eine Schande, Senf darauf zu reduzieren, dass er als hell- bis dunkelbraune Masse achtlos aus Plastikflaschen, Tuben oder gar aus nur mit großen Schwierigkeiten zu öffnenden Plastiksäckchen neben Wurst oder Eisbein gequetscht oder geklatscht wird.

Die geschmacklichen Möglichkeiten des Senfs in der Küche gehören neu entdeckt und gewisse Senfsorten im eigenen Haushalt institutionalisiert, ähnlich der Biersorte, die vielen nicht beliebig ist. Gerade die einfache Handhabung bei Lagerung und Verwendung von Senf in der Küche erlaubt, die vielfältigen kulinarischen und gesundheitsfördernden Wirkungen bewusst einzusetzen. So werden die bestärkt, die in der Senfherstellung Bio-standards erfüllen und deren Senf deshalb hervorragend schmeckt.

Historische Mühlen können dabei nur einen romantischen Anstoß geben. Die Massen von 60.000 Tonnen Senf pro Jahr in Deutschland lassen sich sicherlich nicht so schnell alternativ herstellen. Doch es wäre schon ein sehr großer Erfolg, wenn in Delikatessenläden Senfkultur bewusster aufgebaut würde und ein Teil der Bevölkerung diese Entwicklung mittrügen.

Dann wird irgendwann die Industrie zur Kaltvermahlung zurückkehren, zumindest bei Sorten des gehobenen Standards. Gönnen wir uns doch diesen gesunden Genuss. Fordern Sie Ihre Lieferanten! Zumindest steht Ihnen die Monschauer Senfmühle auch im Versand zur Verfügung: Fax 0 24 72 / 59 99