



Ein süsser Stern auf dem Weihnachtstisch. BILD: SWISSMILK

## Ein Stern aus Blätterteig

**Zutaten für 12 Stück:** Backpapier; Mehl zum Auswallen; 4 rund ausgewallte Blätterteige. **Füllung:** 70g Butter, flüssig, ausgekühlt; 3 TL Zimt; 80g Zucker; 1 Eigelb, zum Bestreichen. **Frosting:** 100g Frischkäse; 2 EL Puderzucker; 2 EL Butter, weich. **Zubereitung:** 1. Ofen auf 180°C Heissluft vorheizen (200°C Ober-/Unterhitze). 2. Erster Teig samt Backpapier aufs Blech legen. Mit 1/3 Butter bestreichen, dabei 2 cm Rand frei lassen. Mit 1/3 Zimtzucker bestreuen. Zweiten Teig ohne Backpapier darauflegen, mit 1/3 Butter, 1/3 Zimtzucker bestreichen. Dritten Teig ohne Backpapier darauflegen, mit der restlichen Füllung bestreichen. Letzten Teig ohne Backpapier darauflegen. 3. Sternförmiger Ausstecher oder Glas in die Mitte des Teiges stellen. Teigkreis 16-mal bis 1 cm an den Ausstecher durchschneiden. Je zwei Teigstreifen in entgegengesetzter Richtung in sich selbst verdrehen, die beiden Enden fest zusammendrücken. Mit Eigelb bestreichen. 4. In der Mitte des vorgeheizten Ofens 25 Minuten goldbraun backen. 5. Frosting: Frischkäse mit Puderzucker verrühren. Butter dazurühren. Auf den noch leicht warmen Blätterteigstern streichen. **Tip:** Der Blätterteigstern hält sich luftdicht verpackt mindestens 2 Tage bei Raumtemperatur. **Zeitaufwand:** Für die Zubereitung 20 min; Kochen/Backen benötigen 20 min; auf dem Tisch in 40 min. mgt

### Mehr Rezepte

Dieses Rezept wurde von Swissmilk zur Verfügung gestellt. Auf [swissmilk.ch/rezepte](http://swissmilk.ch/rezepte) finden Sie über 9000 Rezepte mit Schweizer Zutaten.

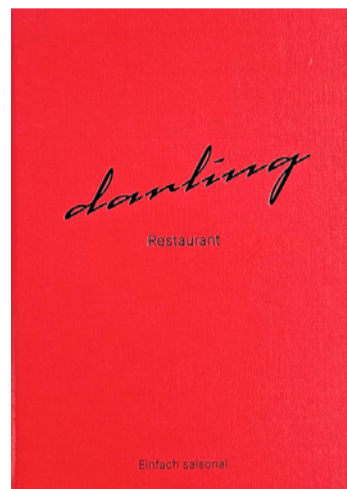


### Julia Spahr

Übers Jahr fehlt oft die Zeit, sich überhaupt zu entscheiden, welches Kochbuch man anschaffen sollte, geschweige denn, sich an ein neues Rezept zu wagen. Gut, ist jetzt Winter, und nach dem Trubel der Vorweihnachtszeit kehrt auf vielen Höfen etwas Ruhe ein. Ideal also, sich einmal einem Kochbuch zu widmen und etwas Neues auszuprobieren. Hier stellen wir Ihnen fünf vor, die uns übers Jahr aufgefallen sind.

#### Darling: Einfach saisonal

Das Buch kommt genauso liebevoll und sorgfältig daher wie die Gerichte im Restaurant Darling.



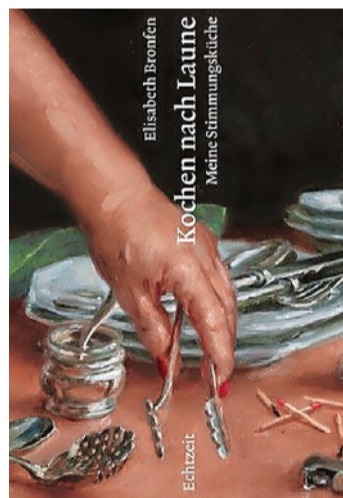
Ebenjenes hat mit «Darling» ein Buch veröffentlicht, das es einem erlaubt, die köstlichen Speisen nachzukochen. Selbst dann, wenn man kaum Zeit und nicht viele Zutaten daheim hat und sich nicht als Spitzenköchin sieht. Die Rezepte des jungen Kochs Till Keller sind einfach und doch raffiniert. Da sind zum Beispiel die Quetschkartoffeln aus dem Ofen, der Sellerie-Apfel-Salat, karamellierte Zwiebeln und bestechende Desserts wie die Quitten-Tarte-Tatin oder die Rotweinzwetschgen mit Vanilleglace. Die schönen Bilder und das liebevolle Layout des Buchs machen zusätzlich Lust, es mit in die Küche zu nehmen oder einfach auf dem Sofa darin zu blättern. Wie sich bei der Lektüre

zeigt, ist die Beschreibung regional und saisonal im Restaurant Darling keine Floskel. Denn es werden die beiden Hauptlieferanten und ihre Landwirtschaftsbetriebe vorgestellt. Es sind Iwan Tretow vom Biohof Moosweg in Kirchlandach BE, der Mutterkühe der Rasse Aubrac und Charolais hält, und Philippe Riem aus Kirchlindach BE, der dem Darling sein Biogemüse liefert.

Darling. Restaurant. Einfach saisonal, hg.: Noemi Wüthrich und Christoph Schürch, 2025, erhältlich in der Boulotte, in der Zytglogge-Buchhandlung und im Darling über [darling.restaurant](http://darling.restaurant).

#### Kochen gegen Traurigkeit

Was kocht man, wenn man traurig ist? Für die Kultur- und Literaturwissenschaftlerin Elisabeth Bronfen steht fest: Ist das passende Rezept zur aktuellen Gefühlslage erst einmal gefunden, wird Kochen zur Medizin. Wenn sie unter der Kälte und dem Grau des Winters leidet, sollen nicht «elegante, subtile Aromen» ihr «Unbehagen vertreiben, sondern solche, die die Sinne in Schwung bringen, die sie betören». Auf diese Beschreibung folgen Rezepte von wärmenden Gerichten wie einem Linseneintopf mit grünen Bohnen und Tomaten in Zitronen-Rahm-Sauce. In den anderen Kapiteln, die Bronfen alle mit einem literarischen Text beginnt, liefert sie Re-



zepte für Momente, in denen man es eilig hat, zu sich selbst schauen oder andere beeindruckt zu werden, und da sind auch Rezepte gegen Trübsal und für Momente der Freude. Das Buch ist weit mehr als eine Rezeptsammlung, es ist ein Lesevergnügen und regt wegen der fehlenden Bilder die Fantasie an.

Kochen nach Laune. Meine Stimmungsküche, Elisabeth Bronfen, Echtzeit, Basel, 2025. Schnelle Lieferung über [echtzeit.ch](http://echtzeit.ch)

#### Was gibts hinein Nacht?

Warum sollte ausgerechnet eine Amerikanerin ein Kochbuch über das Schweizer Znacht schreiben? Vielleicht, weil sie die nötige Aus-



sicht hat. Jedenfalls ist das Buch von Heddi Nieuwsma, die seit einigen Jahren in Neuenburg wohnt, auch für Schweizerinnen ein Gewinn. Denn da gibt es einiges zu entdecken wie etwa die Pöchouse du Léman, eine Fischsuppe vom Genfersee. Dann gibt es auch bekanntere Rezepte, die als Inspiration dienen können, einmal Capuns zu machen oder mit den Fotzelschnitten zurück in die Kindheit zu gehen. Die schönen Bilder und die kurzen kulturgeschichtlichen Exkurse machen das Buch neben den Rezepten zu einer guten Investition.

Heddi Nieuwsma, Schwizer Znacht. Eine kulinarische Reise in

52 heimeligen Rezepten. Helvetiq, Basel, 2024.

#### Simple vom Spitzenkoch

Ralph Schelling war bei Kochgrößen wie Andreas Caminada in der Ausbildung und ist ein Name in der Gastroszene. Heute reist der Flawiler als Privatkoch um die Welt und bekoht die Reichen und Schönen. Wer von seinem ersten Kochbuch aufwendige Gerichte mit ausgefallenen Zutaten und komplizierten Abläufen erwartet, liegt falsch. «Ich koche nicht mehr für Testesser oder Kritiker. Ich koche für Menschen, die einfach glücklich sein wollen», sagte er in einem Interview mit dem Lifestylemagazin der NZZ, dem «Bellevue». Tatsächlich machen seine Rezepte glücklich. Sie sind einfach und wirken doch neu und inspirierend. Da ist zum Beispiel die Panzanella, ein toskanischer Brotsalat. Oder die Birnen in Blätterteig mit Jersey Blue, einem Käse, der Willi Schmid aus dem Toggenburg herstellt und damit schon diverse Preise gewonnen hat. Das längste Kapitel im Buch widmet Schelling den Desserts. «Ich liebe Desserts. Schon als Kind habe ich am liebsten nur Süßes gegessen – und das hat sich nicht geändert», sagt er gegenüber dem «Bellevue». Tatsächlich ist dieses Kapitel besonders verführerisch, und man will alles nachkochen.



Zum Glück ist es wirklich ziemlich simpel und wird doch wunderbar schmackhaft.

Ralph Schelling, Simple is Best, AT-Verlag, Aarau und München, 2025.

#### Aus der Welt der Gewürze

Das Buch «Kardamom küsst Tonka» ist zwar kein klassisches Kochbuch. Aber es ist so sinnlich, dass es in dieser Liste nicht fehlen darf. Nanna Rittgardt führt in St. Gallen einen Gewürzladen. In ihrem Buch, zu dem Tochter Masha die opulenten Illustratio-



nen beigesteuert hat, erweckt sie die Gewürze nun zum Leben. So erzählt sie anhand der Biografie eines Herrn Anis, einer Familie Senf oder einer Frau Muskatnuss über die Kulturgeschichte der jeweiligen Gewürze. Und liefert einige Rezept und Tipps zur Verwendung der Würzstoffe.

Nanna Rittgardt und Masha Rittgardt, Kardamom küsst Tonka. Gewürze und ihre Geschichte, 2025. Erhältlich in St. Galler Buchläden und über [nanna.ch](http://nanna.ch).

#### Verlosung

Gewinnen Sie eines von drei Exemplaren «Kardamom küsst Tonka». Schreiben Sie eine E-Mail an [wettbewerb@schweizerbauer.ch](mailto:wettbewerb@schweizerbauer.ch), Betreff: Gewürze, und geben Sie Ihre Postadresse an. Einsendeschluss: 31.12. jul

## Kolumne

# Die Hofübergabe an Heiligabend

### Catherine Müller Kissling

Beraterin am Inforama Emental-Waldhof



Die Adventszeit – Inbegriff von Besinnlichkeit. Auf vielen Höfen ist sie jedoch alles andere als ruhig. Während Bäuerinnen kunstvolle Dekorationen basteln, Kinder Geschenke vorbereiten und gefühlt fünfzig Sorten Weihnachtsplätzchen gebacken werden, herrscht im Inneren angespannte Stimmung. Denn Arbeit, Tradition und Emotionen treffen unmittelbar aufeinander – und das Weihnachtsfest wird zur Bühne für die Entladung von Spannungen. Ungeklärte Fragen drängen an den Tisch: Die Tage sind kurz,

die Aufgabenlisten umso länger. Gerade deshalb fehlt oft die Gelegenheit, Konflikte ausserhalb der Arbeit zu klären. Was sich über Monate angestaut hat, bricht am festlich gedeckten Tisch hervor. Statt strahlender Kinderausgaben gibt es Tränen und Verdruss, weil Erwartungen und Realität auseinanderdriften.

Das Fest als Ort der Diskussion: Wenn alle Familienmitglieder zusammenkommen, finden Themen Platz, die im Alltag wenig Platz haben. Zwischen Kerzenlicht und Gebäck geht es nicht nur um Geschenke, sondern um das, was alle beschäftigt. Jeder hat eine Meinung, meist lautstark vorgetragen. Die Zukunft des Hofes

oder das Wohlergehen der Grosseltern im Stöckli – nichts bleibt ausgespart.

Kaum ein Thema sorgt für so viel Sprengstoff wie die Hofübergabe. Für die ältere Generation bedeutet sie die Weitergabe eines Lebenswerks und Sicherheit. Für die jüngere Generation geht es um Verantwortung und die Chance, eigene Ideen umzusetzen. Doch die Entscheidung betrifft nicht nur Eltern und das übernehmende Kind. Auch Geschwister, die den Hof nicht weiterführen, fühlen sich oft übergangen oder wünschen Anerkennung für ihre eigenen Wege. Unterschiedliche Erwartungen prallen aufeinander – und die «heilige Zeit» verstärkt die Brisanz.



Es sind Kerzen und Themen auf dem Tisch. SYMBOLBILD: ZVG

Weitere Konfliktfelder: Neben der Hofübergabe gibt es viele Reibungspunkte. Können die Grosseltern im Stöckli alle Verrichtungen noch selbst übernehmen? Soll der Betrieb mo-

dernisiert oder stärker auf Nachhaltigkeit ausgerichtet werden? Solche Fragen sind nicht nur sachlich, sondern zutiefst emotional, weil sie das Leben und die Identität der Familie betreffen.

In landwirtschaftlichen Familien verschwimmen die Grenzen zwischen Arbeit und Privatleben. Der Hof ist Arbeitsplatz und Zuhause zugleich. Konflikte lassen sich kaum ausblenden. Was tagsüber im Stall beginnt, setzt sich abends am Esstisch fort. Emotionale Bindungen erschweren sachliche Diskussionen – und belasten die Adventszeit zusätzlich.

Wege aus der Spannung: Frühzeitige Kommunikation, klare

Absprachen und externe Beratung können Konflikte entschärfen. Landwirtschaftliche Beratungsstellen helfen, Hofübergaben oder Alltagsfragen strukturiert zu klären. Werden Gespräche bewusst am runden Tisch geführt und nicht zwischen Kerzenlicht und Dessert ausgetragen, gelingt eine gute Kommunikation.

Am Ende bleibt das Bild des festlich gedeckten Tisches. Trotz aller Spannungen besteht das Bedürfnis nach Zusammenhalt. Respektiert man unterschiedliche Sichtweisen und trägt Lösungen gemeinsam, kann das Weihnachtsfest zu einem verbindenden Anlass werden – Tradition und Zukunft zugleich.