



"gnuss" nach Plan B

Stefan Bischof ist Pâtissier aus Leidenschaft, ein richtiger «Daniel Düsentrieb», der nur so von Ideen sprudelt. Seit knapp zwei Jahren fertigt er alle seine Produkte nach B-Concept. Heisst: Pâtisserie hergestellt mit weniger Zucker, weniger Fett und weniger Kalorien, dafür mit intensiverem Geschmack. Die Geschichte von Bischofs anderer Pâtisserie.

Text: **Franziska Dubach** Bilder: **Jonas Weibel**

In der Backstube steht ein mittelgrosser Mann, mit dunklem Haar und Bart. Er sieht aus wie ein Hipster Mitte dreissig – trägt Jeans und eine Bäckerbluse, ebenfalls aus Jeansstoff. Stefan Bischof. Die motiviert-fröhliche Stimmung bestätigt das Gefühl, dass die Backstube sein Zuhause ist. Zusammen mit Bäckerin-Confiseurin Samira, startet er die Produktion von Kokosnussmousse. «Selbstverständlich haben wir für die Tropical-Pâtisserie auch einen Plan B», hält er verschmitzt lächelnd fest. Wieso ein Plan B?

Ungewöhnliche Zutaten

«Grundsätzlich ist es wie bei der klassischen Mousse-Produktion. Nach der Herstellungsart, die sich B-Concept nennt, arbeiten wir jedoch mit anderen Rohstoffen, um die Kalorienmenge zu reduzieren. Somit haben wir einen Plan B für diese



Cheesecake-Genuss mit gutem Gewissen: Incredible!

Pâtisserie», löst Bischof auf und fährt fort: «Zuerst fertigen wir drei Grundmassen: Kokosnuss-, Gelatine- und Eiweissmasse. mischt Wasser mit einem Prozent Gelatinepulver. Während die Gelatine quillt, gibt er Eiweisspulver, Inulin und Wasser in den Anschlagkessel. «Ich nehme Inulin, weil es weniger süss ist als Feinkristallzucker. Positiver Nebeneffekt: Der pflanzliche Wirkstoff aus der Chicoréewurzel verbessert die Darmflora. Für eine optimale Konsistenz schlagen wir die Eiweissmasse acht Minuten, weiss der engagierte Fachmann. Während das Eiweiss langsam zu Eischnee wird, stellt Stefan Bischof die dritte Masse bereit: Kokosnussmark und Johannisbrotkernmehl. «Dieses Mehl ist glutenfrei, stammt von den gemahlenden Hülsenfrüchten des Johannisbrotbaumes und dient als Stabilisator.» Nun gleicht er die Gelatinemasse an die Kokosnussmasse an.



Stefan und Claudia Bischof leben
Ihren Traum von der Selbstständigkeit und
freuen sich auf Ihre «g'nuss»-Gäste.



Leichte Patisserie:
Stefan Bischof zeigt
wie's geht.



Die drei Grundmassen
für die «Tropical»-Patisserie.



Stefan Bischof dressiert die Mousse aus Eischnee, Gelatine-
und Kokosmasse in die Silikonform.

Info

Was ist Inulin?

Inulin ist eine unverdaubare Zuckerart. Deshalb wird sie den Ballaststoffen zugeordnet und verbessert die Darmflora. Inulin kommt beispielsweise in der Chicoréewurzel vor und wird oft in der Lebensmittelherstellung eingesetzt. Als Zuckerersatz und um den Geschmack, die Textur und das Mundgefühl zu verbessern. Ein weiterer Vorteil: Inulin lässt den Blutzuckerspiegel nicht unkontrolliert in die Höhe schießen und kann daher auch für Diabetikerprodukte eingesetzt werden.

Zucker von der Kokosblüte

Dann stellt der Chef-Pâtissier die Anschlagmaschine ab und meliert den fertigen Eischnee vorsichtig unter die Kokos-Gelatinemasse. Während Samira die Bödeli –aus Kokosblütenzucker und Reismehl – aussticht, dressiert Stefan Bischof die Mousse in Silikonformen und erklärt: «Kokosblütenzucker ist eine Zuckersorte, die aus dem Saft des Blütenknospenstiels der Kokospalme gewonnen wird. Kokoszucker ist weniger süß als Haushaltszucker und weist einen niedrigen glykämischen Index auf. Sein Geschmack ist leicht malzig nach Caramel.

Anschliessend setzen die beiden zusammen die am Vortag fabrizierten und tiefgekühlten Coulis mit Mangostücken ein. Dann decken sie die kopfüberdresierten Mousses mit den Bödeli. Anschliessend bringt Samira die beiden Bleche mit den fertigen «Kokos Sponges» in den Tiefkühler. «So haben wir täglich frische Ware, die erst noch gluten- und lactosefrei ist», hält Stefan Bischof zufrieden fest.

Leichte Pâtisserie für St. Gallen

Das alles geschieht in der östlichen Altstadt von St. Gallen. Der charmante Kaffee-Restaurant-Delikatessen-Laden «g'nuss» befindet sich im Kopfgebäude zwischen der Linsenbühl- und der Lämmlibrunnenstrasse. Zwischen Strassenkreisel und Ladentüre bleibt genug Platz für eine kleine Terrasse. Die Sitzgelegenheiten an der Sonne sind begehrt. Eine Treppenstufe hoch und man steht im Geschäft von Claudia und Stefan Bischof. Hier haben sich der Chef-Pâtissier und die Restaurationsfachfrau vor rund sieben Jahren ihren Traum vom eigenen Geschäft erfüllt. Und, sind überzeugt: «Es ist schön, selbstständig zu sein und unsere Ideen umzusetzen. Dies ist ein wunderbarer Vorteil und öffnet uns die Türen für endlose Kreativität.»

Im Café haben es sich einige Gäste gemütlich gemacht – junge wie ältere. «Unsere Kunden sind Geniesser», freut sich Stefan Bischof. Soeben hat eine Dame Platz genommen. Gastgeberin Vicki bringt

ihr einen Cappuccino und einen «Incredible Cheesecake». «Unser Cheesecake ist unglaublich gut und kann mit gutem Gewissen genossen werden» hält Bischof zwinkernd fest. Der Chef-Pâtissier zeigt auf die Ladentheke geradeaus: «Wir führen eine neue leichte Art von Pâtisserie, die ein Drittel weniger Kalorien sowie weniger Fett und Zucker enthält.» Die Vitrine ist mit aufwändiger Pâtisserie extravagante Name tragend, bestückt: Mandarina, Peat of Islay, Tropical, Incredible Cheesecake und Cacaobossa warten auf bewusste Geniesser. Links davon ist die Treppe, um einen Stock tiefer zu steigen.



SUPERSTAR
Die Frischhaltefolie für den Profi



Impuls in Spanien

Zwei Stunden vorher. Hier, im unteren Bereich des Cafés erzählt Stefan Bischof seine Geschichte, die seit geraumer Zeit nach Plan B verläuft. Bei Kaffee und Gipfel am Tisch sitzend erklärt er Schritt für Schritt die Theorie zur Patisserie-Herstellung nach der revolutionären B-Methode. «Mit

«Unsere Kunden sind Geniesser.»

Stefan Bischof

dem Plan B habe ich mich grundsätzlich neu ausgerichtet», beschreibt er seinen Wandel. «Ich bin frei in der Produktgestaltung und kann selbst bestimmen ob, und wie viel Einfluss ich auf Allergene und Geschmack der Produkte nehme.»

«Weiterbildung liegt mir sehr am Herzen», betont der leidenschaftliche Pâtissier. Unverkennbar in seiner Aussage ist die Wissbegierde. «Im Oktober 2016 nahm in Schwyz an einem Tageskurs der bekannten Schokoladenfirma teil. Dabei lernte ich den Spanier Jordi Bordas kennen. Eine wahre Koryphäe unseres Berufs», schwärmt Stefan Bischof. «Im Jahr 2011 holte er sich mit dem spanischen Team den Weltmeistertitel in der Patisserie. Nicht nur dies, Jordi Bordas hat sich zur Aufgabe gemacht, die Patisserie-Welt zu revolutionieren, was ihm mit dem B-Concept gelungen ist. Begeistert von seiner Idee, Patisserie mit mehr Geschmack, dafür weniger Zucker und Fett herzustellen, reiste ich im Februar 2017 nach Barcelona, um diese Herstellungsart ebenfalls zu erlernen.»



Gastgeberin im Element:
Vicky bei der Cappuccino-Zubereitung im Café «g'nuss».

Vom Skateboard in die Backstube

Wieder zurück in St. Gallen, stellte Stefan Bischof seine gesamte Produktion von einem Tag auf den anderen um. Ist die Umstellung wirklich so einfach? «Natürlich braucht es Fachwissen dazu. Mein Basiswissen konnte ich mir in der Lehre bei der Konditorei-Confiserie Stalder in Uzwil aneignen – ein sehr vielseitiger Betrieb mit vielen Spezialprodukten. Damals war mir aber das Potenzial des Bäcker-Confiseur-Berufs noch zu wenig bewusst», gibt er zu. «Deshalb wechselte ich alsbald an die Front und verkaufte einige Jahre Snow- und Skateboards. Weltoffen war ich schon

damals und ich liebe «den Blick über den Tellerrand» wie das Reisen. All diese Erfahrungen und Eindrücke öffneten mir die Augen. Nach meinem Dreissigsten kehrte ich zurück in die Backstube. In verschiedenen Betrieben lernte ich fleissig dazu.»

Frei nach Fachwissen

«Mit den vier Schritten der «B-Methode» ist es für Berufsfachleute gut möglich, die Produktion umzustellen», ist Bischof überzeugt. «Zum ersten Schritt gehören Überlegungen zu den Bedürfnissen meiner Gäste – ich denke da an Intoleranzen sowie bevorzugte Geschmacksrichtungen.



«g'nuss» mit gutem Gewissen: dank weniger Zucker, Fett und Kalorien.

Aber auch, was mir gefällt, ich gerne machen und welche Ingredienzien ich einsetzen möchte. Zweitens, der Geschmack. Sind die Richtungen von Haupt- und Nebenaromen gesetzt, mache ich mich daran, die genaue Zusammensetzung sowie die Eigenschaften der Zutaten zu analysieren», erklärt Pâtissier Bischof. Dazu braucht es Fachwissen: «Ich muss den Trockenmasseanteil kennen. Und, die Säure- sowie ungebundenen Wasseranteile der Zutaten sind relevant, damit ich den gewünschten Geschmack intensivieren kann», erklärt er.

Der Balance-Akt

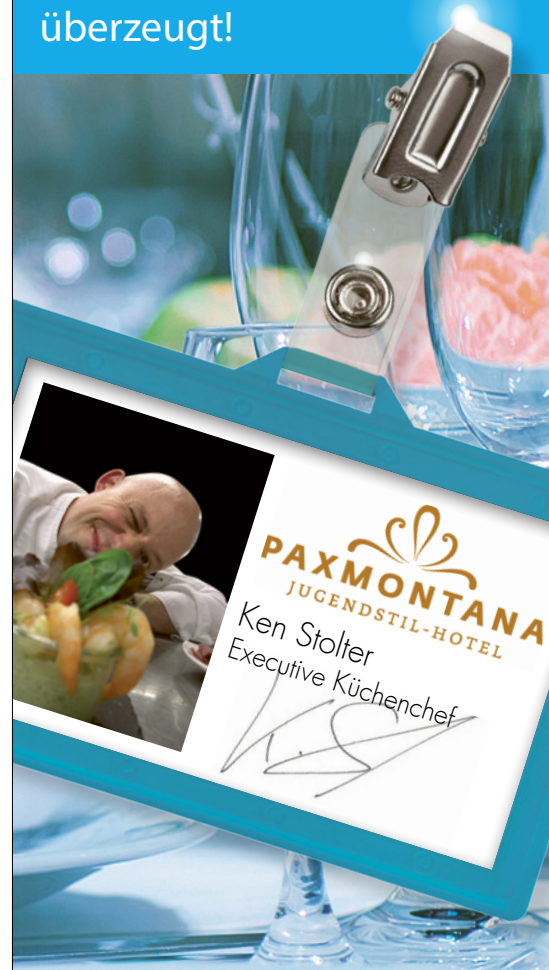
Der dritte Akt nennt sich Textur. «Plan B arbeitet mit drei verschiedenen Konsistenzen: Coulis, Creme und Mousse», zählt der Pâtisserie-Tüftler auf: «Die gelierte Textur, auch Coulis genannt, erreicht man durch Abbinden von Fruchtmarm mittels Pektin. Wenn einer Creme, abgebunden mit Gelatine, zusätzlich Luft beigefügt wird, entsteht eine Mousse. Beim vierten Schritt, dem «Balancing», werden die Zutatenmengen ausgeglichen. Es ist essenziell, die Charaktere und Eigenschaften jeder einzelnen Zutaten zu kennen, damit die Rezeptur ausbalanciert werden kann, so dass sie funktioniert», bekundet der Fachmann. «Nehmen wir eine Mango-

mousse: Klassisch bindet man Mangopüree (34.1%) mit Gelatinemasse (2.7%) ab. Und, zieht 35% geschlagenen Rahm (51.1%) sowie 4.1% Eischnee mit 8% Zucker darunter. Nach Plan B binde ich das Mangopüree (72.1%) mit Gelatinepulver (1.2%), dass ich direkt im Mangopüree quellen lasse, ab. Dazu kommen 0.5% Johannisbrotkernmehl und 0.2% Zitrusfaser. Zitrusfaser dient als Emulgator, weil das, zum Beispiel im Rahm enthaltene Kasein fehlt. Sonnenblumenöl (6%) funktioniert als neutraler Geschmacksträger. Die Eiweissmasse besteht aus Eiweiss (13%) und Inulin (7%). Fertig ist der Balance-Akt», führt der findige Pâtissier aus.

Punkte für die Süsse

«Die Süsse ist entscheidend: Die Massangabe dafür heisst Points of Sweetness (POD). Feinkristallzucker weist eine Süsse von 1 POD aus. Inulin jedoch nur 0.21 POD, ist also um einiges weniger süss. Klassische Pâtisserie hat meist mehr als 25 POD. Durch «Balancing» erreiche ich bei meinen Rezepten 19 bis 20 Points of Sweetness. Übrigens rechne ich alle Rezepte in Prozenten und nicht in Gramm, wie man es in der Berufsschule gelernt hat», schmunzelt er. «So, nun ist es Zeit für die Praxis: Heute produzieren wir «Tropical»-Pâtisserie». Sagt's und verschwindet in der Backstube.

...perfekt! Auch meine Mitarbeiter sind von der Effizienz der ökologischen Produkte überzeugt!



Steinfels
S W I S S

Für weitere Informationen:
Tel. 052 234 44 00, www.steinfels-swiss.ch