

Von luftiger Leichtigkeit

Mit einem von Spanien inspirierten Konzept beschreitet Stefan Bischof in der Schweiz mit weniger Zucker und Fett neue Wege in der Konditorei.

Text: Ralf Kühle, Fotos: Betrieb

Weniger Zucker, weniger Fett, weniger Kalorien – und dennoch der volle Geschmack: Dafür steht das B-Konzept von Stefan Bischof (39), der das Café und Pâtisserie G'nuss in St. Gallen im gleichnamigen Kanton in der Ostschweiz zusammen mit seiner Frau Claudia betreibt. G'nuss ist ein Wortspiel mit Genuss und Nuss, die Walnuss dient als Dekoration in der Lokalität und ist im Logo aufgegriffen.

Im Januar 2012 hat sich das Paar selbstständig gemacht. Dabei stand von vornherein fest, dass es in die französische Richtung gehen soll. Kleintorten und Pralinen waren von Anfang an im Angebot, auch Croissants und Brot. Und auch Mittagstisch und Snacks gehörten von Beginn an zum Konzept. Die Vorgängerin an diesem Standort bot Brot und Antipasti an. „Ich habe dort ein halbes Jahr gearbeitet, um die Kunden kennenzulernen. Wir wollten von Anfang an auch Süßes machen und haben uns dadurch neue Kundengruppen erschlossen“, sagt Stefan Bischof.

ORIENTIERT AN DEN BESTEN

Auf eine besondere Qualität legte er von Anfang an Wert. So fertigt er seine Croissants nach dem Rezept eines Meilleur Ouvrier de France (bester Handwerker Frankreichs), ein Titel, der in einem Wettbewerb an herausragende Vertreter der jeweiligen Gewerke vergeben wird. Für die Croissants ist er in der Region bekannt, und er liefert sie auch an Sternerestaurants.

Auch der süße Bereich entwickelte sich gut. Ein- bis zweimal im Jahr besuchte Bischof beim Schweizer Schokoladenhersteller Felchlin Kurse französischer

Spitzenpâtissiers. „Da gab es immer tolle Tipps und Tricks. Unser Konzept hat sich so ergeben. Es ist so entstanden und soll sich immer weiterentwickeln.“

EINE FESSELNDE VISION

Einschneidend war dann die Begegnung mit dem französischen Spitzenpâtissier Jordi Bordas. Der hatte das B-Konzept als seinen Plan B für vollen Geschmack entwickelt – nämlich mit weniger Zucker, weniger Fett und weniger Kalorien. „Die Vision hat mich sofort gefesselt. Ich konnte unseren Kunden etwas bieten, was es so bei uns noch nicht gibt. Wir wussten sofort, dass wir diesen Weg gehen möchten. Zwei Tage danach machte ich schon erste Versuche mit Produkten.“

Im Oktober 2016 lernte Stefan Bischof Jordi Bordas bei Felchlin kennen. Im Februar 2017 besuchte er dann bei ihm in Barcelona einen Wochenendkurs. „Die Gastronomie in Barcelona hat mich wirklich beeindruckt. Die ist uns um Jahre voraus, auch in der Weise, wie dort süß und salzig kombiniert wird.“ Das habe einen weiteren Schub gegeben: Bischof stellte den süßen Bereich komplett auf B-Konzept um.

Einen Teil der Rezepte habe er von Jordi Bordas bekommen, der sein B-Konzept erstmals 2015 auf einer Gastromesse in Barcelona vorgestellt hatte. „Seine Rezepte waren noch nicht optimiert. Ich habe sie dann mit meinem Wissen fertig entwickelt und kam dabei zu ganz ähnlichen Ergebnissen wie Jordi Bordas selbst. Drei- oder viermal haben wir uns getroffen. Dann habe ich begonnen, eigene Rezepte nach dem B-Konzept zu schreiben.“ Wie spannend das ist, wird auf den Rezeptseiten 18-21 in diesem Heft erlebbar. →



Begeisterung: Stefan Bischof ist von seinem B-Konzept überzeugt.

Dabei sind physikalische und chemische Kenntnisse gefragt. Bischof arbeitet mit verschiedenen Zuckerarten und Zuckeraustauschstoffen wie Dextrose, Glukose, Kokosblütenzucker, Sorbitol und auch herkömmlichem Zucker. Er spielt mit den unterschiedlichen Möglichkeiten und errechnet den Süßegrad.

TÜFTELEI MIT ÜBERZEUGENDEN ERGEBNISSEN

Für eine Mousse genügt ihm ein Fettgehalt von 10 Prozent. Das könne Rahm oder Kokosfett sein. Besonders hoch sei der Fruchtanteil. „Bei einer Mango-Mousse sind das 82 Prozent. 35 Prozent sind normalerweise üblich. Unsere Mango-Mousse ist zudem laktosefrei.“ Bei den Fruchtzutaten verwendet Bischof Pürees, um eine konstante Qualität zu erreichen, regionale Früchte kommen lediglich als Garnitur zum Einsatz. Waldbeeren und exotische Früchte wie Calamansi, Sudachi

oder Yuzu werden verarbeitet. „Wir haben auch japanische Kunden.“ In Sachen Stabilisierung ist Bischof ebenfalls experimentierfreudig. Verschiedene Gelatinearten, Xanthan, Johannisbrotmehl und Pektine kommen zum Einsatz.

Bei der Schokolade faszinieren Bischof die unterschiedlichen Nuancen. Da verwendet er Provenienzen aus Java oder San Marino, Grenada oder Ecuador. Unterschiede gebe es zum Beispiel beim Anteil der Fruchtsäure.

Beim Speiseeis bietet er Sorbets an, die dann auch vegan sind. Dabei arbeitet er auch ungewöhnliche Aromen wie Ahornholz dezent ein. Das harmoniere zum Beispiel perfekt mit Waldbeeren.

Regionalität ist für Bischof ebenfalls eine Maßgabe. Die Milch- und Sahneprodukte stammen aus der Region, ebenso der Gemüsehändler. Von dem bezieht er auch die frischen Freiland Eier. Kurze Transportwege und Nachhaltigkeit sind ihm wichtig. Beim Mehl setzt er auf eine benachbarte Müllerei, die Altbachmühle in Fricktal, die bereits in der neunten Generation besteht und nach Bischofs Meinung das beste Mehl hat. „Nach Möglichkeit kenne ich die Lieferanten persönlich und weiß, woher ihre Produkte kommen. Dann kann ich auch voll dahinterstehen. Um Kakaoerzeuger kennenzulernen, war ich mit Felchlin in Ecuador. Ich pflege enge Kontakte zu den Lieferanten, es ist in der Regel ein freundschaftliches Verhältnis.“

Als klassisch mit modernen Akzenten würde Bischof die Optik seiner Produkte bezeichnen. Für die Einrichtung und gemütliche Atmosphäre im Café ist →

„Die Gastronomie in Barcelona ist uns um Jahre voraus, auch in der Weise, wie süß und salzig kombiniert wird.“

—
Stefan Bischof



Genuss-Raum: Das Café G'Nuss ist ein Treff für Menschen, die leichte Kost bevorzugen.



1

1 Lieblingsfarben: Braun und Mint prägen das Ambiente, das die Leichtigkeit der Produkte spiegelt.

2 Einladend: Eine Pause bei den Bischofs mit feinen Produkten ist in St. Gallen durchaus angesagt.

KONTAKT

Gastronuss GmbH

Lämmli Brunnenstraße 4
9000 St. Gallen
Telefon 0041 71 223 29 77
www.gnuss.info

Preisbeispiele

Törtchen 7,90 Franken
Praline Stück 2,00 Franken
Tafel Schokolade 50 g
6,20 Franken



2



Claudia Bischof verantwortlich. Hier kommen die Lieblingsfarben Braun und Mint zum Einsatz. Der Betrieb hat 50 Sitzplätze, die sich auf zwei Stockwerke verteilen, und 16 Sitzplätze auf der Terrasse.

Die Kundschaft ist international, Jung und Alt ist bunt gemischt. Ein hoher Anteil sind Frauen zwischen 20 und 35 Jahren. „Es funktioniert viel über Mundpropaganda. Das Einzugsgebiet sind hauptsächlich die umliegenden Gemeinden, aber es kommen auch Leute aus Zürich. Wir sind bekannt bis nach Winterthur.“

INFORMATION SCHAFFT PREISAKZEPTANZ

Die von Hand beschrifteten Schokoladentafeln bietet Bischof in verschiedenen Einheiten an. 6,20 Franken kostet die 50-g -Tafel, die 80- g-Tafel kostet zwischen 8,50 und 12 Franken. 2 Franken bezahlt der Kunde pro Praline, ein Törtchen kostet 7,90 Franken im Schnitt. „Der Preis wird in der Regel gut akzeptiert. Wenn jemand sich kritisch äußert, ist die Diskussion in der Regel erledigt, wenn ich den Warenaufwand erkläre. Ich gehe mit Kunden auch gerne spontan durch die Produktion, die Leute sind durchaus zugänglich für Informationen.“

Schokoladenverkostungen gab es auch schon – zum Beispiel kombiniert mit Whiskey oder Wein, Rum oder Bier, Essig und Öl. „Ich möchte auch Verkostungen mit Käse und Schokolade machen und mit dem Saft aus der Kakaofrucht. Ich arbeite da mit einem Kollegen zusammen. Der Kakaofruchtsaft erinnert an Litschi. Noch in diesem oder im nächsten Jahr wird er einen großen Stellenwert haben – in der Küche, im Speiseeis- oder Cocktailbereich.“

Kleine Gerichte, Frühstück und Brunch sind auch ein Schwerpunkt. So ist der Brunch am Wochenende sehr gefragt. Da arbeitet Bischof mit einem individuellen Angebot und verzichtet auf ein Buffet. Auch die Gerichte locken nicht nur Laufkundschaft. Hier kommen Leute extra vorbei, die zum Beispiel auch südafrikanische Chows serviert bekommen (speziell ausgehöhlte Brötchen, die mit vegetarischen Currys oder Currys mit Fleisch gefüllt sind). Auch Bowls sind im Angebot, mit Chia-Samen oder anderen Saaten.

Das Bircher Müsli gibt es in einer eigenen Bischof-Variante – ohne Rahm und weißem Zucker. Hinein kommen zum Beispiel eine leichte Mousse, Inulin und Kokosblütenzucker.

Dass es sich beruflich als Konditor und Pâtissier für Stefan Bischof auf diese Weise entwickeln würde, war zunächst nicht abzusehen. Schon während seiner Ausbildung war er als Snowboard- und Skateboard-Verkäufer tätig, und er arbeitete auch danach lange im Verkauf. Dabei lernte er auch seine Frau kennen. „Sie kommt aus dem Restaurantfach, hat in angesagten Gourmetrestaurants in der Schweiz gearbeitet und mich für Geschmack sensibilisiert. Mich hatte das Thema nach der Lehre erst einmal nicht interessiert.“

NEUORIENTIERUNG NACH WELTREISE

Das Paar machte eine achtmonatige Weltreise und hatte das Ziel Selbstständigkeit fest im Blick. Nach Beendigung der Reise sammelte Bischof dann ab 2009 wieder Erfahrungen als Konditor und Pâtissier. Er arbeitete als Konditor-Confiseur in der Confiserie Dober in Flawil. Danach war er beim Beck Künzle in Gosau für Pralinen und Pâtisserie zuständig. Erfahrung als Pâtissier im Restaurant sammelte Bischof im Candela in St. Gallen. „Da habe ich gelernt, à la minute zu arbeiten und mit Stress umzugehen. Die ersten zwei Wochen habe ich verflucht.“ Für einen Betrieb in Arosa hat er das Pralinensortiment entwickelt. Dann kam die Selbstständigkeit und Jordi Bordas' B-Konzept. Inzwischen ist Stefan Bischof damit auch als Referent gefragt. So trat er auf dem Forum der Konditoren- und Bäckermesse FBK in Bern auf. Im August ist er an der Richemont Fachschule in Luzern. ♦

✉ r.kuechle@matthaes.de



1 Mit Charme: Das Café befindet sich in der östlichen Altstadt von St.Gallen.

2 Große Sorgfalt: Genau ausgetüftelte Rezepte sind die Basis des Erfolgs.

3 Törtchen: Die leichten Produkte werden immer frisch angeboten.



Evas Desaster

Neue Wege in der Konditorei: Die Kreationen von Tüftler Stefan Bischof kommen mit weniger Fett und Zucker aus – hier ein Rezept auf Apfelbasis.

Rezept: Stefan Bischof, **Foto:** Betrieb



Zutaten für 75 Formen
„Apfel“ von Silikomart

APFELKOMPOTT

Zutaten:

- 161 g Inulin kalt
- 107 g Fructose
- 19,3 g Pektin NH (Sosa)
- 4,3 g Xanthan (Sosa)
- 952 g Apfelstücke IQF 10 x 10 (Ravifruit)
- 890 g Grüner Apfel 10 % (Ravifruit)
- 14,6 g Dill, gehackt

Herstellung:

- Inulin, Fructose, Xanthan und Pektin trocken mischen.
- Püree erhitzen und bei 40 °C der Trockenmischung begeben.
- Apfelwürfel begeben und auf 85 °C kochen.
- Auf 50 °C abkühlen lassen und Dill begeben.
- In Kugel- Silikonform 3,5 cm Ø (Pavoni Sphere AF003) abfüllen (etwa 25 g pro Kugel) und gefrieren.

PEKANNUSS DAQUOISE

Zutaten:

- 44 g Eiweißpulver
- 236 g Wasser
- 196 g Zucker
- 44 g Puderzucker
- 1,6 g Salz
- 54 g Mehl
- 222 g Pekannuss

Herstellung:

- Eiweispulver und Zucker mischen, Wasser begeben und 10 Min. zu Schnee schlagen.
- Wenn die Meringue bereit ist, Trockensubstanzen unterheben, Kapsel aufstreichen und bei 185 °C für 10 Min. im Etagenofen (Umluft 160 °C) bei geschlossenem Zug backen. Zuvor noch mit Wasser besprühen.
- Biskuit rund 3,5 cm Ø ausstechen.

SUDACHI WEISSES XOCOLATE MOUSSE

Zutaten:

- 760 g weiße Kuvertüre (Felchlin Alba 36 %)
- 6 g Lecithin flüssig
- 36 g Gelatinepulver 200 Bloom
- 204 g Wasser
- 480 g Sudachipüree 100 % (Ravifruit)
- 694 g Wasser
- 80 g Eiweispulver
- 490 g Wasser
- 249 g Inulin

Herstellung:

- Kuvertüre auf 45 °C schmelzen, Lecithin flüssig begeben.
- Gelatinepulver mit Wasser 10 Min. quellen lassen.
- Sudachipüree auf 22 °C erwärmen und mit Wasser 22 °C mischen.
- Gelatinemasse auf 45 °C erwärmen, mit Sudachiwasser mischen.
- Mit der Kuvertüre mischen, mit dem Stabmixer mindestens für 30 Sek. homogenisieren und im Kühlschrank eine Stunde vorkristallisieren lassen.
- Inulin und Eiweispulver trocken mischen, Wasser begeben, 8 Min. zur Meringue aufschlagen und vorsichtig mit Kuvertüremasse mischen.
- In Silikomart Apfelformen füllen und gefrorenen Apfel-Dill-Kern einfügen.
- Mit Mousse zustreichen und Pekannuss-Biskuit auflegen.
- Minimum 3 Stunden im Kühlschrank anziehen lassen, gefrieren.

1 - PEKANNUSS-CRUMBLE

Zutaten:

- 212 g Butter
- 212 g Zucker
- 212 g Pekannuss, gemahlen
- 207 g Mehl
- 5,1 g Salz

Herstellung:

- Alle Zutaten miteinander vermengen und auf ein Silikonpapier geben.
- Bei 160 °C für 18 Min. bei offenem Zug backen.

2 - PEKANNUSS-CRUNCH

Zutaten:

- 588 g Pekannuss, grob gehackt
- 117 g Wasser
- 89 g Glukosepulver DE 40
- 205 g Zucker

Herstellung:

- Die gehackten Pekannüsse bei 160 °C für 30 Min. bei offenem Zug backen.
- Wasser, Zucker und Glukose mischen und auf 185 °C kochen.
- Die warmen Pekannüsse dazugeben und kräftig rühren, bis Pekannüsse karamellisiert sind.
- Auf einem Backpapier verteilen und auskühlen lassen.

3 - MARACAIBO-STÜCKCHEN

Zutaten:

- 350 g dunkle Kuvertüre 88 % (Felchlin Maracaibo)

Herstellung:

- Im Pacojet mit der Zweierklinge einmal pacossieren.

NEU KONSTRUIERTE PEKANUSS-ERDE

Zutaten:

- 773 g Pekannusscrumble - 1
- 713 g Pekannuss Crunch - 2
- 386 g Schokostückchen - 3
- 190 g Staubzucker
- 285 g Mandelpaste

Herstellung:

- Alle Zutaten miteinander mischen und auf mit Backpapier ausgelegtem Blech Crumbleböden à 8 cm Ø auslegen.

GRÜNE GLASUR

Zutaten:

- 390 g Fructose
- 402 g Inulin
- 349 g Wasser
- 15,7 g Gelatine
- 89 g Wasser
- 240 g Kokosfett
- 9 g gefärbte Kakaobutter grün (Tropical green, Chef Rubber)
- 4,5 g Lecithin, flüssig

Herstellung:

- Wasser erhitzen, Fructose und Inulin trocken mischen, bei 40 °C begeben und auf 80 °C kochen.
- Abkühlen lassen und Gelatinemasse dazugeben.
- Kokosfett mit Lecithin mischen und Masse hinzugeben.
- Mindestens 3 Stunden kühlen und bei 30 °C verwenden.

FERTIGSTELLUNG

- Apfelformen aus dem Tiefkühler nehmen, ausformen und auf Gitter glasieren.
- Auf die Crumbles absetzen.
- Mit einem Apfel- oder Schokoladenstiel ausgarnieren. ♦

Anzeige



Pure Berry

Auch diese Rezeptidee zeigt eine grundsätzliche Neuausrichtung der Konditorei, bei der genaues Arbeiten unabdingbar ist.

Rezept: Stefan Bischof, Fotos: Betrieb



Zutaten für 75 Formen
„Mora & Lampona“ von Silikomart

HIMBEER-LACTACREMEUX

- Zutaten:**
- 598 g Milchkuvertüre 38 % (Felclin Lacta)
 - 3,9 g Emulgator (Natural Emul Sosa)
 - 698 g Himbeerpüree 10 % (Ravifruit)

Herstellung:

- Kuvertüre auf 45 °C schmelzen und Natural Emul dazugeben.
- Das Püree auf 20 °C erwärmen, nach und nach zur Kuvertüre geben und zu einer Emulsion verarbeiten.
- Im Kühlschrank vorkristallisieren lassen, abfüllen und eine Stunde auskristallisieren lassen.
- 20 g pro Form verwenden.

HIMBEERCOULIS

- Zutaten:**
- 722 g Himbeeren 10 % (Ravifruit)
 - 50,2 g Inulin
 - 73,1 g Dextrose
 - 12,9 g Pektin low sugar (Sosa)
 - 1,7 g Limettenzeste

Herstellung:

- Himbeeren leicht erhitzen.
- Zucker, Dextrose und Pektin trocken mischen, bei 40 °C dazugeben und auf 80 °C kochen.
- Auf 50 °C abkühlen lassen und Limettenzeste dazugeben.
- In Silikonformen zu je 10 g füllen.

MOHN XOCOLATE BISKUIT

Zutaten:

- 46 g Eiweißpulver
- 223 g Zucker
- 246 g Wasser
- 227 g dunkle Kuvertüre 62 % (Felclin Rio Huimbi)
- 257 g Mohnsamen

Herstellung:

- Eiweißpulver und Zucker mischen und Wasser dazugeben.
- Kuvertüre auf 45 °C schmelzen.
- Mohnsamen im Thermomix mischen, bis sie leicht flüssig sind.
- Meringue 10 Min. schlagen, einen Teil mit warmer Kuvertüre mischen und den Rest beimischen.
- Kapsel aufstreichen.
- Bei 180 °C für 10 Min. bei geschlossenem Zug backen.
- Wenn der Biskuit kalt ist, Ringe mit 3,5 cm Ø ausstechen.

HIMBEERMousse

Zutaten:

- 344 g Kokosfett
- 64,5 g Emulgator (Natural Emul Sosa)
- 2408 g Himbeerpüree 10 % (Ravifruit)
- 51,6 g Gelatinepulver 220 Bloom
- 292 g Wasser zum Einweichen
- 772 g Himbeerpüree 10 % (Ravifruit)
- 108 g Eiweißpulver (Sosa/normal 50:50)
- 258 g Inulin

Herstellung:

- Himbeerpüree auf 15 °C, Gelatinemasse auf 40 °C erwärmen und beides miteinander mixen.
- Kokosnussfett 20 Sekunden in die Mikrowelle stellen und danach mit Inulin mischen.
- Gelatinemix und Himbeerpüree mit Kokosfett mischen und mixen, bis sich ein Gel bildet.
- Zucker und Eiweißpulver mischen und 10 Min. zur Meringue aufschlagen.
- Vorsichtig mit der Masse mischen und je 57 g in die Formen füllen.

1 - MACADAMIA PRALINE

Zutaten:

- 2450 g Macadamia-Bruch
- 673 g Zucker
- 346,1 g Glukose DE 40
- 365 g Wasser
- 11,5 g Vanillepulver

Herstellung:

- Die Nüsse für 30 Min. bei 150 °C im Ofen rösten.
- Das Wasser auf 45 °C erwärmen, Glukose und Zucker begeben und auf 185 °C kochen.
- Nüsse dazugeben und gut mischen, damit alle mit Karamell bedeckt sind.
- Auf ein Silikonpapier geben und auskühlen lassen.
- Kalte Praline im Thermomix zur feinen Paste verarbeiten. Wenn die Masse zu warm wird, erkalten lassen und nochmals mixen.

2 - KAKAO- /MANDEL CRUMBLES

Zutaten:

- 460 g Kokosfett
- 115 g Wasser
- 586 g Zucker
- 586 g Mandeln
- 473 g Reismehl
- 69 g Kakaopulver 22-24 %
- 9,2 g Salz

Herstellung:

- Kokosfett 20 Sekunden in die Mikrowelle stellen.
- Alle Zutaten zusammen mischen und zu einem Teig verarbeiten.
- Alles durch eine Siebkelle auf ein Silikonpapier drücken und bei 160 °C für 25 Min. bei offenem Zug backen.

MACADAMIA CRUNCHY

Zutaten:

- 1100 g Kakao- und Mandelcrumbles - 2
- 300 g Macadamia Crunch
- 600 g Macadamia Praline - 1

Herstellung:

- Zutaten mischen und in die Formen geben.

HIMBEERGLASUR

Zutaten:

- 317 g Zucker
- 317 g Inulin
- 23,7 g Pektin NH
- 1128 g Himbeeren 10 % (Ravifruit)
- 583 g Wasser

Herstellung:

- Zucker mit Pektin mischen.
- Püree erwärmen, bei 40 °C Zuckermischung dazugeben und unter ständigem Rühren aufkochen.
- Absieben und in den Kühlschrank stellen. ♦

Anzeige

Der Sahnebläser



▶ **zeitsparend:**
aufschlagen & gleichzeitig unterziehen

▶ **Hygienevorteile:**
gegenüber ungekühlten Systemen

▶ **sahnesparend:**
Aufschlagverhältnis 1 zu 4



Tel. 05152 94530 | www.hagesana.de