

Engadiner Zuckerbäcker: WIE ALTE TRADITIONEN LEBENDIG WERDEN

Was viele nicht wissen: Im 18. Und 19. Jahrhundert lagen die Zuckerbäckereien in den europäischen Städten fest in den Händen von Bündnern. Um 1700 waren von den 42 Konditoreien Venedigs 38 in bündnerischem Besitz. 1766 wurde den Venezianern die Übermacht der Bündner in den Zünften zu gross. Nach dem Scheitern von Verhandlungen über eine neue Passstrasse ins Veltlin mussten sie die Stadt verlassen. Die Bündner Zuckerbäcker liessen sich in ganz Europa nieder, von Sevilla bis nach St. Petersburg, von Neapel bis Kopenhagen. Ihre Etablissements waren absolut erstklassig, in der ersten Generation eine Konditorei, in der zweiten ein Café und in der dritten oft ein Hotel. Ein grosser Teil des Reichtums floss zurück ins Bündnerland, vor allem ins Engadin. Die St. Moritzer Hotellerie zu Beginn des Tourismus und die beiden Institute in Zuoz und Ftan wurden mit Zuckerbäckergeld aus der Fremde finanziert. Viele alte Häuser im Unterengadin zeugen vom enormen Wohlstand, der zurück ins Tal strömte. Viele Familien – mit inzwischen italianisierten Namen – verbringen noch heute als «randolins» (Schwalben) den Sommer in ihrer alten Heimat.

Im preisgekrönten Buch «Fast ein Volk von Zuckerbäckern» (Verlag NZZ, 1985) beschreibt Dolf Kaiser die harte Arbeit der Bündner für

den grossen Genuss. Als der Autor 1999 im Kaffeehaus, das Peter Benderer in Scuol soeben von seinem Vater in dritter Generation übernommen hatte, zu Gast war, entwickelte sich ein angeregtes Gespräch zwischen dem Historiker und dem 35-jährigen Zuckerbäcker. Peder Benderer war fasziniert, aber auch ein bisschen ratlos. Er wollte es anders machen als sein Vater und Grossvater, hatte aber keine konkreten Vorstellungen. So kam es, dass er eines Abends nach Hause kam und seiner Frau sagte: «Morgen bin ich weg.» Zu Fuss zog Peder Benderer in einer mehrwöchigen Wanderung nach Florenz, wo Vorfahren aus seinem Heimatdorf Sent als Zuckerbäcker Karriere machten. «Das langsame Gehen brachte mich auf viele Gedanken» beschreibt Peder Benderer seine Suche nach dem Geheimnis der grossen Tradition. Zurück kam er zwar nicht mit Rezepten, aber mit vielen Ideen. Er verfeinerte die überlieferten Rezepte und begann zu tüfteln und auszuprobieren. Eine weitere Reise führte ihn nach Odessa, wo ebenfalls Engadiner Zuckerbäcker das erste Haus am Platz gegründet hatten. So entstanden die «tuorta da naiv» und die «tuorta d'Odessa», irgendwo zwischen Torte und Praliné angesiedelt, mit einem Hauch orientalischem Zauber und so verführerisch gut, dass sie nicht zu beschrei-



Peder Benderer aus Sent begründet eine neue Tradition Engadiner Zuckerbäckerkunst. Seine «tuorta da naiv», die Schneetorte ist eher ein Praliné und entsprechend zu geniessen. Bild: avr

ben, sondern nur auf der Zunge schmelzen zu lassen sind. Heute beschäftigt Peder Benderer 20 Mitarbeiter in seinen drei Betrieben und seufzt, wenn man ihn fragt, ob er neben dem Management noch Zeit finde für neue Kreationen. Vielleicht müsste er wieder mal auf eine lange Wanderung. *Alex von Roll*

Kontakt: **Peder Benderer**, creaziun pastizaria, 7554 Sent und 7550 Scuol. www.benderer.ch
Buchtip: Dolf Kaiser: **Fast ein Volk von Zuckerbäckern** – Bündner Konditoren, Cafetiers und Hoteliers in europäischen Ländern bis zum 2. Weltkrieg. Verlag NZZ, 1985. (nur noch antiquarisch erhältlich)

Neue Weltordnung

Unsere Zivilisation hat viele Segnungen mit sich gebracht: Für Müde gibt's Kaffee, für Kranke Tabletten und für Demotivierte den Coach. Aufstehen und weitergehen. Dass man den Menschen eines Tages würde beibringen müssen, bei Dunkelheit zu schlafen, sich bei Erschöpfung hinzulegen und bei Hunger zu essen, hätte man in der Antike wohl nicht für möglich gehalten. Damals hiess «Diät» auch noch «diaita» und bedeutete «Lebensführung». Angelehnt an ebendiesen Begriff und die Gedanken Sebastian Kneipps, fasste Oskar Bircher-Brenner alle den gesunden Lebensrhythmus fördernden Massnahmen unter der Bezeichnung «Ordnungstherapie» zusammen. So werden die Patienten angehalten, sich wieder vermehrt nach ihrer «inneren

Uhr» zu richten und dadurch einen gesunden Ausgleich zwischen Aktivität und Erholung zu schaffen. Eine massvolle Ernährung, sowie gezielte Übungen zur verbesserten Körperwahrnehmung können den Gesundheitsprozess zusätzlich unterstützen.

Unter den Folgen ignoriertener Bedürfnisse zu leiden, fällt in der heutigen Leistungsgesellschaft kaum mehr auf. Dass unser Körper mit Schmerzen, Erschöpfung und Krankheit auf den Raubbau aufmerksam mache, wird meist übersehen. Individuell auf den Patienten zugeschnitten, kann die Ordnungstherapie ihn zu der ihm ursprünglich zugeordneten Lebensweise zurückführen und sein verlorenes Gleichgewicht wiederherstellen. *SL*

Eine Oase sucht Bewohner/innen

Loon Schneider und Waheo König, die während fast 30 Jahren europaweit bekannte Kurse in Schamanismus durchführten, hören altershalber auf. Das heisst: Sie beginnen etwas Neues. In ihrem paradiesischen «Seminarhaus Winkel» in Märstetten zwischen Wil und Konstanz soll ein Wohnprojekt entstehen. Dafür suchen sie noch Menschen (eher 50+) mit Individualismus, Freude an der Natur und einem «Schuss Gemeinschaftssinn».

Weitere Infos bei Waheo König (Tel. 071 657 23 43) oder unter www.winwinkel.ch

Ayurveda, auch in den Alpen!

Für eine Ayurveda-Kur muss man nicht um die halbe Welt fliegen. Auch in den Alpen kann man Körper und Geist Gutes tun. Der Kientalerhof, Sitz der «Int. Schule für Ayurveda» bietet neuerdings neben einer breiten Palette von Ausbildungen auch Ayurveda-Kuren an. Sie haben sich bewährt zur Entgiftung und Entschlackung und sind angezeigt bei Stoffwechselstörungen, Herz-Kreislauf-Beschwerden, Rheuma, Hauterkrankungen, Allergien, Frauenleiden und Schlaflosigkeit. Gleichzeitig erholt man sich vom stressigen Alltag und kann neue Energie tanken.

Die Kur besteht aus einer detaillierten Anamnese und der Dosha-Typ-Bestimmung, aus Konsultationen und Ayurveda-Behandlungen, Yoga- und Meditationsanleitung, ayurvedischer



Ernährung und einem Vortrag. Nicht umsonst besteht Ayurveda aus den beiden Sanskrit-Begriffen «Ayus» (Leben) und «Veda» (Wissen). Es geht beim Ayurveda auch darum, die Zusammenhänge zwischen Körper, Geist und Leben zu verstehen – und das Wissen anzuwenden!

Umesh Tejasvi an der Arbeit. Er hat sich am Sushruta Medical College zum Ayurveda- und Atemtherapeuten und an der Universität Bangalore zum Yogalehrer ausbilden lassen.

Die Dauer einer Ayurveda-Kur kann im Kientalerhof individuell bestimmt werden. Drei Tage kosten 460, fünf Tage 740 Franken, inkl. Behandlungen und die speziellen Anpassungen der ayurvedischen Ernährung (Kost und Logis separat). Die nächsten Kuren mit Umesh Tejasvi und Beate Funke-Fervers beginnen am 25. November. Weiter folgen im März, Juni, September und November nächsten Jahres.

Weitere Informationen: **Kientalerhof**, 3723 Kiental, Tel. 033 676 26 76, www.kientalerhof.ch

BRAUCHT DIE ENERGIEWENDE EINE SPEICHERWENDE?

Die Energiewende kann nur gelingen, wenn wir die unregelmässig einflussende Sonnen- und Windenergie speichern. Sonst müssen wir, wie dies in Deutschland bei Sommerspitzen bereits der Fall gewesen ist, Solarenergie «fortwerfen».

Wieviel Sonnen- und Windenergie werden wir speichern müssen? Soll dies in zentralen Speicherseen oder lokal erfolgen? Werden sich private Solarstromproduzenten mit der Speicherung befassen müssen? Diese und andere Fragen beantworten drei ausgewiesene Experten:

- Prof. Anton Gunzinger (ETH Zürich): Wie viel Speicherkapazität ist zusätzlich notwendig, um die Schweiz mit 100% erneuerbarem Strom zu versorgen?
- Felix Nipkow (Schweiz. Energiestiftung SES): Dezentrale Stromproduktion braucht lokale Speicherung – wann braucht es Lösungen und wie könnten sie aussehen?
- Felix Strässle (Direktor Regio Energie Solothurn): Ein Leuchtturmprojekt der Energiewende – das Stromspeicher-Hybridwerk Aarmatt.

Braucht die Energiewende eine Speicherwende? Montag, 27. November, 19.30 Uhr. Säulenhalle, Landhaus, Landhausquai 4, Solothurn. Eintritt frei.
Veranstalter: 2000 Watt-Gesellschaft Region Solothurn in Zusammenarbeit mit dem Zeitpunkt.
www.2000-watt-region-solothurn.ch

MUSIK ZUM SEHEN UND SPÜREN

Musik ist überall, auch dort, wo sie nicht zu erwarten ist. Dies will der Veranstaltungszyklus «Musik&Mensch» der Fachhochschule Nordwestschweiz zeigen.

Musik erobert zum Beispiel auch den Raum. Am deutlichsten zeigt sich dies beim Tanz. Am Kolloquium «Tanzspiel und Stadttanz» zeigt der Performancekünstler Walter Siegfried anhand der Analyse eines Film über den Kinderspiel-tanz, wie die Musik mit den Tanzenden eine Raum-Zeit-Struktur aufbaut. Walter Siegfried wird nicht nur seine Thesen erläutern, sondern sie durch Gesang selber erfahrbar machen.

Musik bringt nicht nur die Luft zum Schwingen – und wird dadurch hörbar –, sondern auch die Materie und wird dadurch sichtbar. Der Psychologe und Wasserklang-Künstler Alexander Lauterwasser zeigt, wie auf vibrierenden Me-

tallplatten mittels Sand eindrucksvolle Klangfiguren entstehen. Besonders Wasser antwortet aufgrund seiner universellen Resonanzfähigkeit in sensibelster Weise auf Klangwellen mit Wellenbewegungen und offenbart so grundlegende Gestaltungsprozesse. *Red.*

«Tanzspiel und Stadttanz zur Genese von Raum- und Zeitstrukturen im menschlichen Verhalten». Donnerstag, 12. Dezember 2013, 18.00 Uhr. FHNW, Campus Brugg-Windisch, Bahnhofstrasse 6
Mit Dr. phil Walter Siegfried, www.ariarium.de und Dr. phil. Johanna Hersberger, Professur für Spezielle Pädagogik und Psychologie, PH FHNW

«WasserklangBilder – schwingende Wellen oder bewegte Teilchen?». Donnerstag, 28. November 2013, 18.00 Uhr. Naturmuseum Solothurn, Klosterplatz 2.
Mit Alexander Lauterwasser, Psychologe und Wasserklang-Künstler, www.wasserklangbilder.de und Fränzi Neuhaus, Kunstschaffende und Dozentin,
Weitere Infos: www.phkultur.ch/musikundmensch

Impfkritischer Arzt rehabilitiert

Dem österreichischen Arzt Johann Loibner wurde vor vier Jahren die Approbation allein deshalb entzogen, weil er sich in der Öffentlichkeit wiederholt impfkritisch äusserte. Nun ist er rehabilitiert – ein Sieg für die Gewissensfreiheit der Ärzte. Der Österreichische Verwaltungsgerichtshof (VwGH) hat das Berufsverbot aufgehoben und bemängelt, «dass die Behörde

nicht einmal ansatzweise auf das Vorbringen des Arztes eingegangen war, dass noch nie ein Mensch aufgrund seiner Tätigkeit zu Schaden gekommen wäre.» Der nun rehabilitierte Arzt bezeichnet diese Entscheidung als einen Sieg der Vernunft und der Menschenrechte.

Aegis