

Medienmitteilung

KOCHBUCHREIHE ZU SCHWEIZER VOLKSBRÄUCHEN

Sonntagsfreuden: „Tages Arbeit! Abends Gäste! Saure Wochen! Frohe Feste!“

Am 1. Oktober 2006 erscheint die zweite Ausgabe der Kochbuchreihe *Sonntagsfreuden*, die saisonale Festspeisen und die dazu gehörenden, oftmals in Vergessenheit geratenen Volksbräuche aus unterschiedlichen Regionen der Schweiz vorstellt.

Ausgabe #2 erinnert an ein opulentes Festmahl aus den Küchen Fribourgs.

La Bénichon ist ein Fest, das jedes Jahr an einem Wochenende zwischen Mitte September bis Mitte Oktober in Fribourg und Umgebung gefeiert wird. Ursprünglich mit den Festlichkeiten der Kirchweih und des Alpbazuges verbunden, ist *La Bénichon* heute vor allem für sein vielfältiges und wahnsinnig reichhaltiges Festessen bekannt.

Wir stellen ein Rezept für das Safranbrot, die *cuchaule*, den dazu servierten süssen Senf, *Moutarde de Benichon* und für carmalisierte Birnen à botzi vor. Alle Rezepte wurden mit Emmanuel Gremaud, Koch in der *Auberge aux 4 vents* in Fribourg, ausgewählt und das vierte Rezept für die *bricelets de Mémé* stammt noch aus der Küche seiner Grossmutter Georgette.

Severin Rüegg verfolgte für seinen Text die facettenreiche Vergangenheit des Safrans, der wichtigsten Zutat für die *Cuchaule de Bénichon* und gelangte auf dessen Spuren mitunter bis in die Walliser Gemeinde Mund, wo der Safran noch heute angepflanzt wird.

Die besondere Reichhaltigkeit und Lebendigkeit der *La Bénichon* wird in den Bildern der Lausanner Fotografen Geoffrey Cotenceau und Romain Rousset schliesslich treffend aufgenommen.

Sonntagsfreuden wird von Gina-Lisa Bucher und Roland Früh herausgegeben. Für die Gestaltung zeichnen zwei junge Grafikerinnen verantwortlich, Naomi Baldauf und Naima Schalcher. Die Ausgabe #1 widmet sich dem *dumengia digls pizochels* – einer vergangenen Chnöpfli-Chilbi der Bündner Gemeinde Lenz/Lantsch und war bereits nach drei Monaten vergriffen.

Den Herausgebern ist es wichtig, den Fokus der Ausgabe auf den Rezepten und ihrer Geschichte zu belassen – die Rezepte sollen verständlich und nachkochbar sein. Deshalb werden die Rezepte sowohl im Originalton in französisch wie auch in der deutschen Übersetzung wiedergegeben.

Exemplare können für 12.- CHF / 8 Euro über www.sonntagsfreuden.ch sowie in ausgewählten Fachgeschäften bezogen werden.

Die nächste Ausgabe erscheint im Dezember 2006. Weitere Informationen und Ankündigungen auf www.sonntagsfreuden.ch oder unter der Telnr. 078 825 13 63 (Roland Früh).