

PLANT BASED INSPIRATIONEN

Inklusive Trend-Interview mit **André Kneubühler**



Starke Marken für Sie vereint. [swissgastrosolutions.ch](https://www.swissgastrosolutions.ch)



Plant Based Food in aller Munde



Gesellschaftliche Megatrends wie Gesundheit, Individualisierung und Digitalisierung haben einen relevanten Einfluss auf aktuelle Foodtrends, die Ernährungsweise der Gäste und somit auf die Nachfrage in der Gastronomie. Plant Based bedeutet übersetzt «pflanzenbasiert». Diese Kulinarik konzentriert sich in erster Linie aufs immer grösser werdende Kundenbedürfnis nach wertvollen proteinhaltigen Lebensmitteln pflanzlicher Herkunft aus ökologisch korrekter Produktion. Bei der kulinarischen Trendumsetzung rücken raffinierte Gerichte aus Pilzen, Gemüse, Nüssen, Vollkornprodukten und Hülsenfrüchten vermehrt ins Zentrum des gastronomischen Zusatzangebotes.

Genussvolle Inspiration durch Vielseitigkeit und Ausgewogenheit. Ob im Restaurant, im Take-Away oder per Lieferservice nach Hause – kulinarisch hochwertige und ästhetisch schön inszenierte Plant Based Food-Variationen werden für viele Gäste immer öfter zur beliebten Alternative zu den bekannten Angebotsklassikern.

Lassen Sie sich inspirieren: Wir haben für Sie ein exklusives Trend-Interview mit dem erfolgreichen Branchen-Nachwuchstalent André Kneubühler geführt und mit den wertvollen Grundzutaten Quinoa, Kichererbsen, Soja, Hülsenfrüchten und Kokosnuss Plant Based Gourmet à la carte-Gerichte entwickelt. Mit den attraktiven «Auf die Hand»-Angeboten Falafel BBQ Sandwich, Mexican Hot Dog, «Baked Potato Plant B» & Co. zeigt Felix Weder vom Team Fachberatung der Swiss Gastro Solutions, wie man margineninteressante, trendige fleischlose Angebote für Take-Away, To-Go und für das Home Delivery-Angebot mit unserem Sortiment effizient kreieren und umsetzen kann.

Viel Spass bei der inspirierenden Lektüre und bei der Entwicklung Ihres ergänzenden Plant Based-Angebots! Ich wünsche Ihnen eine erfolgreiche Restart-Phase und einen guten und frequenzstarken Geschäftsgang.

Herzlich

Marius Gamp
Leiter Fachberatung

Interview mit André Kneubühler

Der marmite youngest Gewinner 2019 André Kneubühler arbeitete bereits mit Topchefs wie Anton Mosimann, Andreas Caminada oder Daniel Humm. Im Rahmen eines Stipendiums hatte der 27-Jährige auch die Chance, einige Zeit im Restaurant Blue Hill in New York zu arbeiten. Der vielbeschäftigte André Kneubühler ist als Sous-Chef bei Tanja Grandits tätig und trainiert für den renommierten Kochwettbewerb Goldener Koch 2021.

Plant Based Food wird immer populärer und auch von den Gastronomie-Gästen immer öfter nachgefragt. Die Kulinarik verbindet genussvolle und ausgewogene Verpflegung mit den aktuellen Themen Gesundheit und Nachhaltigkeit. Auf Basis von hochwertigen pflanzlichen Proteinlieferanten als Grundzutat entwickelte André Kneubühler zusammen mit Swiss Gastro Solutions Plant Based-Rezepte mit Gourmet-Faktor. Wir haben den erfolgreichen, engagierten und talentierten Branchenprofi getroffen, um mit ihm über den Trend und seine Inspirations-Rezepte zu sprechen.

Wie beschreibst Du Deine Kochphilosophie?

André Kneubühler: Einen hohen Fokus lege ich auf die Wahl von hervorragenden Ursprungsprodukten. Dabei sind die lokale oder regionale Herkunft, die Saisonalität und die absolute Frische relevante Kriterien. Bei der Kreation ist für mich der respektvolle und wertschätzende Umgang mit den wertvollen Ressourcen enorm wichtig. Fachlich präzise und effizient umgesetzt entsteht so ein einzigartiges gustatorisches Gästelerlebnis mit hoher kulinarischer und naturnaher Authentizität.

Was bedeutet Plant Based Food für Dich als erfolgreiches Kochtalent?

Plant Based ist für mich persönlich ein Thema, mit dem ich mich beruflich schon sehr lange praktisch beschäftige. Anwendungen, bei denen ich beispielsweise die ganze Pflanze – von der Blüte bis zur Wurzel – mit verschiedenen Grundzubereitungen und Subrezepturen verwende, sind für mich besonders spannend. Bei einer solchen Umsetzung wird einerseits dem für mich sehr wichtigen Thema «Food Waste Reduction» höchstes Augenmerk geschenkt. Andererseits kann der Gast mit den in der Kreation entstandenen Düften, Konsistenzen und Geschmäckern der verschiedenen Pflanzenteile innerhalb des Gerichtes multisensorisch überrascht und begeistert werden.

«Konsequent umgesetzt entsteht für den Gastronomiebetrieb interessanter Zusatzumsatz.»

Welche Chancen ergeben sich aus Deiner Sicht aus dem Trend?

Dem immer grösser werdenden Kundenbedürfnis nach genussvoller, gesunder und individueller Verpflegung wird mit einem attraktiven und fein abgestimmten integrierten Plant Based-Komplementärangebot Rechnung getragen. Durch die Vielfältigkeit des Angebotes können sich beispielsweise Familien und Businessgruppen mit Personen mit unterschiedlichen Ernährungsbedürfnissen im gleichen Restaurant genussvoll verwöhnen lassen. Konsequent umgesetzt entsteht für den Gastronomiebetrieb dadurch interessanter Zusatzumsatz.



Wie beurteilst Du die generelle Trendumsetzung in der Gastronomie?

Immer mehr Betriebe integrieren das Thema Plant Based in ihr Angebot. Ob beispielsweise im Gourmetrestaurant mit gustatorisch fein orchestrierten und ästhetisch filigran präsentierten «leaf to root»-Interpretationen mit saisonalen oder alten Gemüsesorten oder im Take-Away mit «Auf die Hand»-Kreationen wie Sandwiches, Wraps & Co. – attraktive und gut umgesetzte Angebotskonzepte mit Plant Based-Gerichten sind omnipräsent und bereits heute in aller Munde.

Welche Gäste fragen aus Deiner Sicht nach Plant Based-Gerichten?

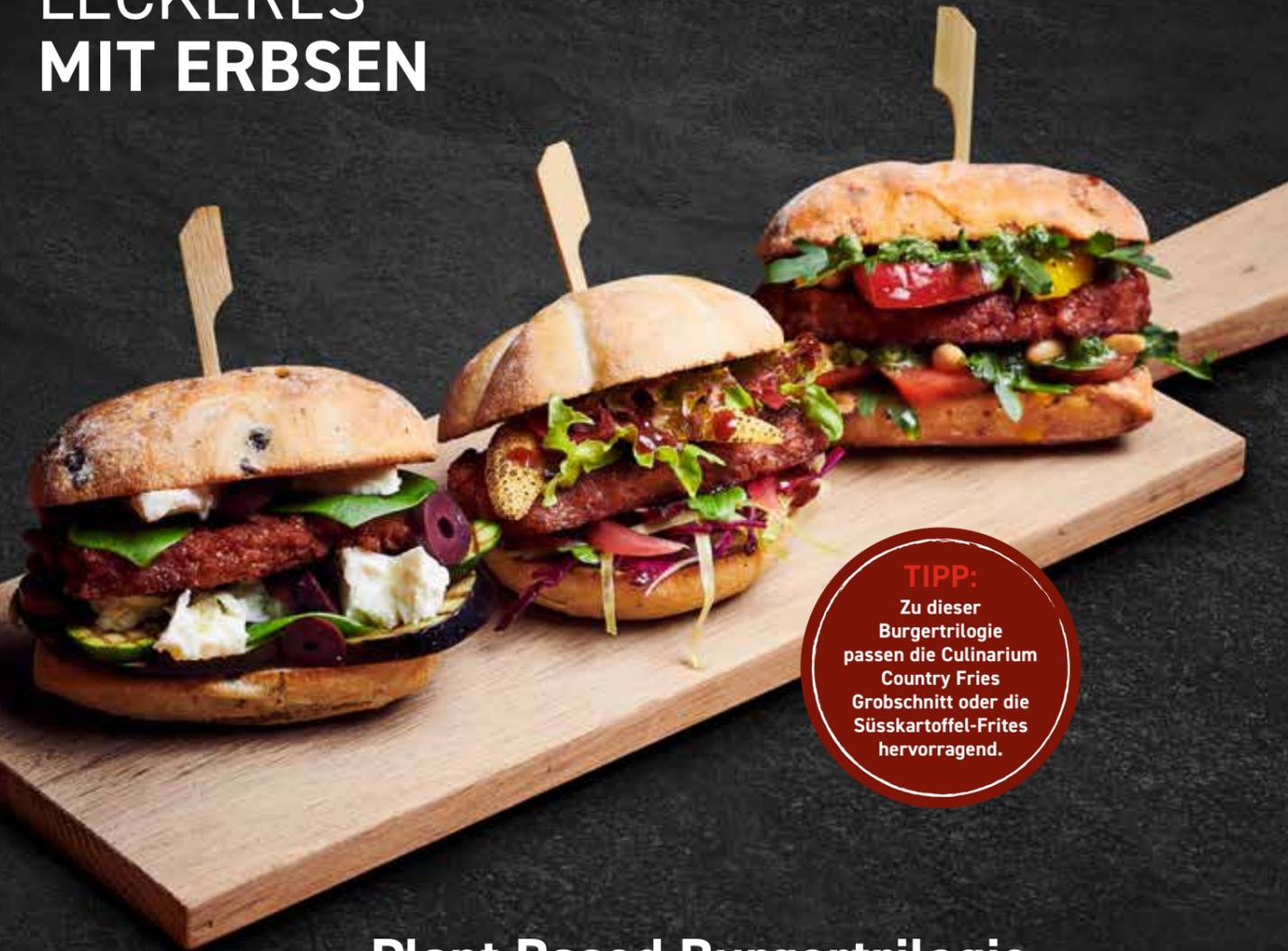
Ob jung, Flexitariere oder gourmet-affiner Gast – die Freude an feinen, gesunden, nachhaltigen und fachtechnisch einwandfreien Gerichten ist bei einer breiten und immer grösser werdenden Gästegruppe angekommen. Aus meiner Sicht ist es deshalb sehr empfehlenswert, dass sich ein Gastronom bei der Angebotsplanung der unterschiedlichen Gästebedürfnisse bewusst ist und diese optimal in seiner Speisekarte abbildet.

Für Swiss Gastro Solutions hast du Plant Based-Gourmetinspirationen entwickelt. Wie sind die tollen Ideen zu diesen Rezepten entstanden?

In meinem Beruf setze ich mich mit grossem Interesse ständig mit Gesellschafts- und Foodtrends, internationaler Kulinarik, aber auch Foodpairing und Kochgeschichte auseinander. Bei der täglichen Arbeit steht für mich der respektvolle Umgang mit Ressourcen und die fachtechnische Präzisionsarbeit im absoluten Fokus. Dieses fundierte Kulinarik-Wissen gepaart mit meiner Arbeitstechnik habe ich bei der Erarbeitung und Umsetzung der Swiss Gastro Solutions Plant Based-Inspirationen integriert. Die so entstandenen 6 Kreationen bieten neben den abgestimmten Konsistenzen und Geschmäckern immer auch einen klaren Bezug zu einer hochwertigen ernährungsphysiologischen pflanzlichen Ursprungskomponente wie Hülsenfrüchten, Quinoa, Kichererbsen oder Kokosnuss. Ich empfehle jedem Food-Verantwortlichen, sich mit diesem wichtigen Thema auseinanderzusetzen, und wünsche viel Spass bei der vorliegenden Inspirationslektüre und der persönlichen Umsetzung eigener Kreationen im Betrieb.

Vielen Dank für das Interview, André, und viel Erfolg beim Goldenen Koch!

LECKERES MIT ERBSEN



TIPP:
Zu dieser Burgertrilogie passen die Culinarium Country Fries Grobschnitt oder die Süsskartoffel-Frites hervorragend.

Plant Based Burgertrilogie

1. Die Burgerpatties im Kühlschrank auftauen lassen, in passende Grösse umformen und bei mittlerer Hitze anbraten.
2. Von den mediterranen Partybrötli die Oliven-, Tomaten- und Oregano-Brötchen gemäss Anleitung aufbacken, halbieren und die Schneefläche kurz toasten.
3. Den Boden des Tomatenbrötchens mit frischem Rucola, Tomaten, veganem Pesto und gerösteten Pinienkernen belegen, das angebratene Burgerpatty darauflegen und mit Grillgemüse, Rucola, Pesto und dem Deckel des Brötchens bedecken.
4. Den Boden des runden Rosmarinbrötchens mit angemachter Kabisjuliene, Balsamico-Zwiebeln und Barbecue-Sauce belegen, das angebratene Patty darauflegen und mit frischem Salat, Minimaiskolben, Barbecue-Sauce und dem Deckel des Brötchens bedecken.
5. Den Boden des Olivenbrötchens mit grillierten Zucchini- und Auberginenscheiben sowie Crumble von einer veganen Alternative zu Feta, geschnittene Kalamata Oliven und frischem Salat belegen. Darauf das Patty geben und mit frischem Salat, Plant Based Feta Crumble, Olivenöl und dem Deckel des Brötchens bedecken.



Mit edlen Pistazien

SUPPE Erbsen-Kokos- Pistazien-Fusion

Plant Based Flan, umgossen mit einer Erbsen-Kokos-Pistazien-Liaison

Falafel im Pitabrot

1. Das aufgetaute Pitabrot kurz in der Pfanne oder im Ofen antoasten.
2. Die Falafel können aufgetaut, kalt oder warm verwendet werden.
3. Einen Plant Based Joghurt mit Zitronensaft, Knoblauch, Salz & Pfeffer abschmecken sowie mit geschnittener Minze oder Petersilie mischen.
4. Das Pitabrot längs aufschneiden, mit frischen Komponenten wie Blattsalat, Tomaten, Radieschen oder Gurken belegen, die Falafel einlegen und mit der Joghurt-Sauce verfeinern.

TIPP:
Anstelle der Plant Based Joghurtsauce kann auch eine andere Sauce, z.B. Café de Paris 800 ml (vegan), verwendet werden.



ONE POT Levante mit Kichererbsen

Kichererbsen als Eintopf im Pide serviert, garniert mit Feigen, Nüssen, Granatapfel und Datteln



Mit feinen Feigen

EINZIGARTIG DANK
KICHERERBSEN

AUFREGENDES MIT QUINOA

Power-Salat

1. Vom Protein-Brötli dünne Scheiben und vom Kartoffelbrötli kleine Würfel schneiden und toasten. Den gemischten, gekochten Quinoa mit frischen Kräutern, weissem Balsamico-Essig und Olivenöl vermengen.
2. Saisonales Gemüse marinieren.
3. Die gekochten Linsen mit frischen Apfelwürfeln, Apfelessig und Rapsöl vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Salate in einem Glas schichtweise anrichten, mit frischen Komponenten, Kernemischung Basic-Mix sowie Brotchips oder Croutons garnieren.



TIPP:
Je nach Saison können der Quinoa oder die Linsen mit passenden frischen Komponenten gemischt werden.

VORSPEISE
«Saisonales Gemüsebeet» auf Quinoa

Quinoa als Riegel und frischer Salat garniert mit saisonalem Gemüse



Mit viel Liebe zum Detail

Mexican Plant Based Hotdog

1. Sandwichbrötli aufbacken und längs einschneiden.
2. Vegi Planet Bratwürste pro Hotdog auf kleiner Hitze rundum anbraten (Grill oder Pfanne).
3. Aus frischen Tomaten, Zwiebeln, Koriander, Chili und Limetten eine Pico de gallo herstellen.
4. Das aufgeschnittene Sandwichbrötchen mit Guacamole und einer Plant Based Joghurtsauce bestreichen, die Vegi Planet Bratwürste einlegen und mit Azukibohnen, Pico de gallo, Koriander, Guacamole, Pimientos ausgarnieren.

Im Rapsöl confert



VORSPEISE
Erbsen & Berg-Kartoffel

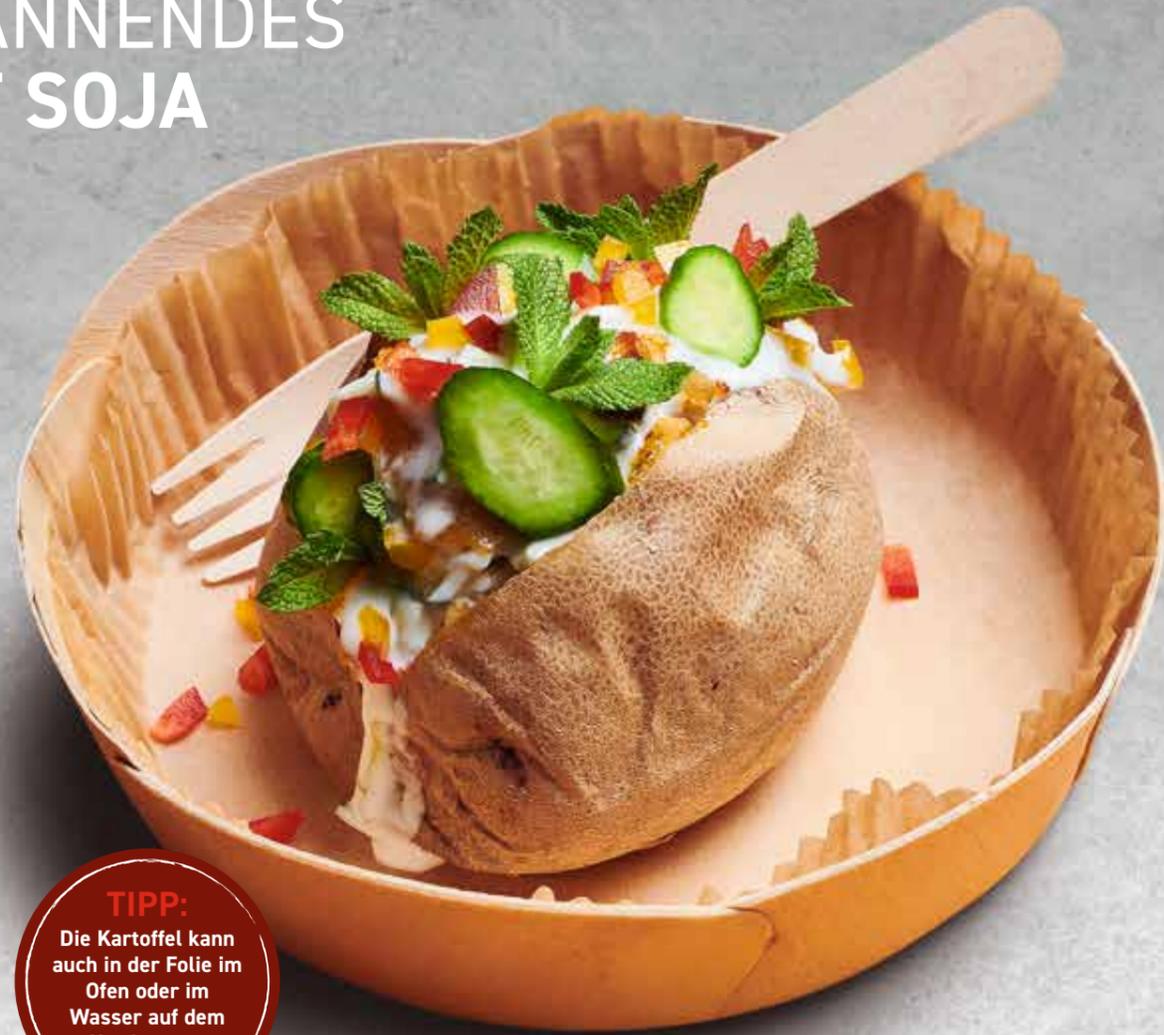
Eine Berg-Kartoffel als Zylinder ausgestochen und im Rapsöl confert, frische Erbsen im Ganzen auf Bergkartoffel-Püree garniert mit Erbsensprossen

ÜBERRASCHENDEN MIT HÜLSENFRÜCHTEN & KARTOFFELPROTEIN



TIPP:
Mit Limette servieren oder mit Chili-Flakes schärfen.

SPANNENDES MIT SOJA



TIPP:

Die Kartoffel kann auch in der Folie im Ofen oder im Wasser auf dem Herd gegart werden.

Vegi Gyros im Baked Potato

1. Mehlig Kartoffeln im Ofen auf Salz garen.
2. Mit einem Plant Based Naturjoghurt und Gurken, Olivenöl, Knoblauch und Salz Plant Based Tsatsiki herstellen.
3. Vegi Planet Gyros gut anbraten.
4. Das Vegi Planet Gyros in der geöffneten Kartoffel anrichten und mit dem Tsatsiki, frischer Minze, Gurken und Peperoniwürfeln ausgarnieren.



Sweet & Sour vom Kürbis

TELLERGERICHT Tofu mit Sweet & Sour vom Kürbis

Marinierter Tofu belegt mit gerösteten Kürbiskernen, serviert auf Sweet & Sour vom Kürbis

EXOTISCHES MIT KOKOSNUSS

Mini-Coupe Kokos-Mango

1. Den Sushi Reis gut waschen, dämpfen und mit Kokosmilch und Palmzucker mischen.
2. Frische Mango in kleine Würfel schneiden.
3. Cashewkerne mit Zucker in Pfanne karamellisieren.
4. Stickreis in Coupeglass geben, Mango darauf verteilen, eine Kugel I Gelati Kokos darauf geben und mit karamellisierten Cashews und Chili garnieren.



TIPP:

Die Mango mit etwas Chili marinieren.

DESSERT Sweet Sushi-Roll

Mangokompott in der Nori-Rolle mit Sticky-Rice, darauf Kokoseis, ummantelt von grüner Mango



Mit frischer Kokosnuss

KIDS SPECIAL

Nuggets mit Wurzelsticks und Kürbisketchup

1. Für das Kürbisketchup Hokkaidokürbis ohne Kerne im Ofen garen, pürieren und mit Agavedicksaft, Weissweinessig, Salz, Nelken, Zimt und Muskat abschmecken.
2. Wurzelgemüse in verschiedenen Farben in Stäbchenform schneiden.
3. Vegi Planet Crispy Nuggets in etwas Fettstoff in der Pfanne oder im Ofen knusprig braten.



TIPP:
Anstelle Kürbis können auch Karotten, Sellerie oder anderes Gemüse für das Ketchup verwendet werden.

Unser Swiss Gastro Solutions Sortiment für Ihre Plant Based Kreationen

	Verwendung in Rezepten	tiefgekühlt	gekühlt	zertifiziert
1721.016.000.00	Vegi Planet Crispy Nuggets, 5 kg	X	X	
1723.958.000.00	Vegi Planet Erbsenprotein-Grillburger, 34 x 115 g	X	X	X
1724.053.000.00	Vegi Planet Mini Falafel, 2 x 2.5 kg	X	X	X
1724.550.000.00	Vegi Planet Bratwurst (ca. 67 g), 10 x 0.4 kg	X	X	X
1716.565.000.00	Vegi Planet Gyros, 2 x 2.5 kg	X	X	X
1721.015.000.00	Vegi Planet Knusperstäbchen (ca. 30 g), 1 kg		X	X
1721.014.000.00	Vegi Planet Bio Tofu natur, 950 g		X	X
1716.562.000.00	Vegi Planet Burger Broccoli-Käse (ca. 70 g), 2.1 kg		X	
1716.181.000.00	Vegi Planet Geschnetzeltes, 2 x 2 kg		X	
1719.758.000.00	Vegi Planet Balls (ca. 13 g), 2 x 2 kg		X	X
1724.052.000.00	Vegi Planet Falafel (ca. 18 g), 2 x 2.5 kg		X	X

BEILAGEN/HÜLSENFRÜCHTE

1707.032.000.00	Quinoa gemischt, 4 x 1kg	X	X	X
803194	Bio Max Havelaar Quinoa Tricolore, 1 kg	X		X
1722.696.000.00	Linsen, 4 x 1 kg	X	X	X
1722.698.000.00	Azukibohnen, 4 x 1 kg	X	X	X
1044.738.000.00	Sushi Reis, 1 x 5 kg	X		X
1707.059.000.00	Rösti Frites (12 x 12 mm), 2 x 2 kg		X	X
1722.456.000.00	CULINARIUM Country Fries Grobschnitt (9.5 x 9.5 mm), 4 x 2.5 kg		X	X
1722.395.000.00	Süsskartoffel-Frites Grobschnitt (11 x 11 mm), 2 x 2.5 kg		X	X

SAUCEN

1716.610.000.00	Sauce Barbecue, 6 x 800 ml	X	X	X
1705.967.000.00	Guacamole Gran Supremo, 12 x 500 g Eimer	X	X	X
1721.707.000.00	Balsamico Zwiebeln, 3 x 1.5 kg	X	X	X
1719.757.000.00	Vegi Planet Bolognesesauce, 4 x 1 kg		X	X
1721.024.000.00	Sauce Café de Paris, 6 x 800 ml		X	X
1720.933.000.00	Sauce Sweet & Sour, 6 x 800 ml		X	X
1716.678.000.00	Sauce Asia Wok, 5 x 1 kg		X	X

NÜSSE & KERNE

802379	BIO Pinienkerne, 1 x 1 kg	X		
802742	Basic-Mix, 1 x 750 g	X		
803215	BIO Max Havelaar Cashew, 1 x 1 kg	X		
802737	BIO Zedernkerne, 1 x 1 kg			
802745	Classic-Mix, 1 x 750 g			
802380	Kokosnuss geraspelt, 1 x 750 g			
802744	Mediterraneo Mix, 1 x 750 g			

BROT

1003.446.600.00	Pita hell oval, 50 x 100 g	X	X	
1003.646.100.00	Protein Brötli, 60 x 90 g	X	X	
1003.361.100.00	Kartoffelbrötli mit Nüssen IPS, 100 x 65 g	X	X	
1003.350.500.00	Sandwichbrötli Rustico, ca. 21 cm, 50 x 100 g	X		
1100.192.300.00	Ciabatta dunkel, 60 x 100 g		X	
1003.352.900.00	Dreiecks sandwich Rustico, 90 x 100 g		X	
1003.625.500.00	Maisbun, geschnitten, Ø 11 cm, 30 x 100 g		X	
1011.493.500.00	Steinofen Brüli IPS, 14 x 390 g		X	
1003.550.300.00	Steinofenbaguette IPS, ca. 51 cm, 16 x 270 g		X	
1003.563.000.00	BIO Steinofen Twister Rustico, 16 x 390 g		X	

DESSERTS

1001971	I Gelati Kokos, 12 x 120 ml	X	X	X
1002910	Becher Sorbet Citron, 12 x 170 ml		X	
1002181	Coco Ice-Land Chocolate, 32 x 76 ml		X	X
1001057	I Gelati Sorbet Passionsfrucht/Ananas, 1 x 2000 ml		X	
160592140078	I Gelati Sorbet Blutorange, 1 x 4000 ml		X	
1724.302.000.00	Topping Erdbeer, 6 x 1 kg			X
1724.300.000.00	Topping Schokolade, 6 x 1 kg			X



Unsere starken Marken für Ihre Plant Based Kreationen:



Culinarium



la | riseria

Delicaterra
PASSION FOR FOOD

I GELATI

