



Früher Seed, heute Seaweed

Alles Alge? Jinok Kim-Eicken weiß das schon lange, denn mit Algen wuchs sie auf. In ihrer Heimat Südkorea hat deren Verzehr eine lange Tradition, das Land gilt als Zentrum der Algenkulinareik. Im vergangenen Frühjahr reiste sie deshalb gemeinsam mit ihrem Mann an die Südküste Koreas und war überwältigt vom Ausmaß, vor allem aber der Qualität der dortigen Algenfarmen. Was von Land betrachtet wie ein heller Schleier unter Wasser aussieht, entpuppt sich in Satellitenaufnahmen als ein gigantisches Algenanbaugeschäft. Dieses erstreckt sich um hunderte Inseln herum und ist durchzogen von Wasserstraßen, sodass es fast an das Satellitenbild einer Großstadt erinnert.

Beindruckt und beseelt von dieser Erfahrung, beschloss Jinok Kim-Eicken, dass es endlich an der Zeit sei, das Seaweed ihrer neuen Heimat Berlin näherzubringen. Mit 40 Kilo Algen im Gepäck reiste sie zurück nach Deutschland – es war der Beginn ihrer „Seaweed-Kampagne“.

Die Sommermonate widmete Kim-Eicken der Entwicklung des Seaweed-Menüs für ihr Restaurant NaNum in Kreuzberg. Ursprünglich war die ausgebildete Opernsängerin im Rahmen eines DAAD-Stipendiums im Jahr 1978 nach Berlin gekommen. Seitdem sei viel passiert. „Wenn ich das alles erzählen soll, brauchen wir mindestens die ganze Nacht“, sagt sie lachend. Nach einer Karriere als Altistin auf den Bühnen dieser Welt, hatte sie sich zunächst der Herstellung von Keramik aus Tonerden gewidmet, auch dies inspiriert von der koreanischen Tradition.

Irgendwann hatte sie so viele Teller, Becher und Schalen geformt, dass sie damit ein komplettes Restaurant hätte ausstatten können. Und das tat sie – im Alter von 66 Jahren eröffnete sie im Jahr 2018 das NaNum an der Lindenstraße. Eine sehr besondere Galerie, denn ihre Keramik steht nicht

Berlin ist bereit für die Algen.

Die Pflanzen aus dem Meer sind gesund, gut für das Klima und die Nahrung der Zukunft. Karriere machen Algen vor allen in den aufmerksamen Produktküchenrestaurants der Stadt

Text: Marianne Rennella

nur in der Vitrine, sondern auch auf den Tischen der Gäste. Darin serviert: Seaweed.

Seit Oktober nun gibt es Jinok Kim-Eickens Seaweed-Menü in zwei Fassungen, vegetarisch oder mit Fisch: „Die Gäste bekommen die Möglichkeit, Meeressalgen nach koreanischer Tradition zu kosten. Seaweed zieht sich durch das ganze Menü“.

Koreanisch für Fortgeschrittene

Im aktuellen Menü verarbeitet sie vier verschiedene Algensorten, den Anfang macht Mi Yeok, eine Braunalge, serviert als Suppe mit Gerste, Amaranth und etwas Chili-Öl. „Diese Suppe bekommen Frauen nach der Geburt eines Kindes mindestens dreimal täglich zu essen, denn Mi Yeok ist reich an Calcium und vielen Mineralien“, sagt Kim-Eicken.

Tatsächlich: „In Algen sind verschiedene Mineralstoffe aus dem Meer enthalten. Die Nährstoffzusammensetzung wird vor allem auch durch das umgebende Wasser mitbestimmt“, erklärt Stephanie Mittermaier, Forscherin am Fraunhofer-Institut in Freising im Bereich Verfahrensentwicklung Lebensmittel. „Doch genau diese Tatsache erlaubt keine pauschalen Aussagen zu den Inhaltsstoffzusammensetzungen.“ Im Meer landet schließlich alles Mögliche.

Eine Verfechterin der Algen ist die Wissenschaftlerin aber durchaus. „Algen werden nach wie vor unterschätzt. Für eine wachsende Weltbevölkerung, die nicht auf eine rein pflanzliche Ernährung umsteigen wird, brauchen wir in absehbarer Zeit Alternativen, die zu einer ganzheitlichen Ernährung beitragen.“ Algen wachsen ohnehin und nehmen an Land keinen Platz weg. Es gilt nur noch, sie richtig weiterzuverarbeiten.

Wie im nächsten Gang des Seaweed-Menüs zum Beispiel: hausgemachte Buchweizennudeln, delikate und beinahe buttrig eingebettet in einen Sojasoßenfond und



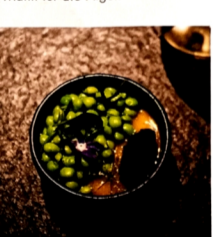
Jinok Kim-Eicken ist Opernsängerin, Keramikerin, Köchin und Gastronomin. Für das bis dato grundsätzlichsste Algenmenü der Stadt hat sie in Korea recherchiert



Paul Kaufmann war zum Fermentieren in René Redzepis Restaurant Noma in Kopenhagen. Im veganen Oukan in Mitte ist er Head of Fermentation – und der Mann für die Algen



Paul Kaufmann war zum Fermentieren in René Redzepis Restaurant Noma in Kopenhagen. Im veganen Oukan in Mitte ist er Head of Fermentation – und der Mann für die Algen



56

Sesamöl, mit Gim serviert. Diese Rotalge, in kleinen Blättchen großzügig unter die Nudeln gemischt, verleiht dem puristischen Teller die typische aromatische Tiefe, die Teller gerne als umami bezeichnet wird. „Algen haben eine geschmacksverstärkende Wirkung. Sie eignen sich wunderbar als Salzkung. Sie ersetzen sich wunderbar als Salzersatz. Allerdings stellt die Extraktion des fischigen Geschmacks dabei eine Herausforderung in der Verfahrensentwicklung und bei der Verwendung in Lebensmitteln dar“, so Stephanie Mittermaier.

Mit ganz viel Fischigkeit wiederum geht es weiter im Menü. Gam Tae, so heißt eine Grünalge, die im Winter im koreanischen Wattenmeer von Hand geerntet und anschließend getrocknet wird. Sie kommt wie ein hauchdünnem Stück Filzstoff daher und überwältigt umso mehr, je langsamer man sie am Gaumen zergehen lässt. Zum typischen Meeresschmack gesellen sich starke Grasnoten, die man beim Essen in der Nase hat. Im Abgang wird die Alge dann richtig wild, denn ihr Geschmacksprofil reicht bis ins Bitterspitze eines gereiften Schimmelkäses.

Der mit Sesamöl verfeinerte Naturreis in der Mitte des Tellers hilft, alle Komponenten des Ganges zugänglich zu machen. Während die fermentierte, leicht scharfe Sardine noch etwas Vertrautes hat, sind die getrockneten Minisardellen schon strenger. Die Krönung aber sind die fettig-funkstigen Filets, die Jinok Kim-Eicken ähnlich wie eine Bottarga aus Eiern des Streifenbarschs herstellt. Außerdem findet sich eine zweite Algenart in diesem Gang: Tott. Diese Braunalge wird erst getrocknet, dann wieder eingeweicht und schließlich in Sojasoße gekocht, bis aus ihr eine bissfeste, gefällige Beilage entsteht.

Algen aufschließen

Die Art und Weise, wie Algen zubereitet werden, ist entscheidend. „Eine der zentralen Forschungsfragen lautet: Wie verarbeiten wir die Algen, damit wir an die weltvollen Inhaltsstoffe kommen?“ sagt Mittermaier. In den Ländern mit langer Tradition wie Korea oder Japan seien entsprechende Methoden durch jahrhundertelange Erfahrungswerte vorhanden. Außerhalb von Asien aber sei der Verzehr von reinen Algen eher eine Nische und spreche nicht viele Leute an. „Wir versuchen also, Algen dem Mainstream zugänglich zu machen, indem wir sie als Zutat in verschiedenen Lebensmitteln verwenden.“ Aktuell arbeitet das Fraunhofer-Institut an veganen Fischalternativen.

Statt Fisch aus Algen sind Fisch und Algen der Zenit des Menüs von Jinok Kim-Eicken. Als hätte sie es geahnt (sicherlich hat

sie es), lässt sie auf den brisanten Gang wohlige Aromen des Frittierten folgen. Aus der wilden Alge Dol stellt sie einen würzigen Puffer her. Dieser auf Steinen gewachsene Purpurtang, den man als Nori vom Sushi kennt, setzt sich aufgrund seines rauen, intensiven Geschmacks im Puffer durch. Marinierte Miesmuscheln und gewürzte Gurkenscheibe ergänzen ihn perfekt.

Ein Seaweed-Menü wie dieses ist einzigartig in Berlin, doch die Gastronomin hat noch nicht genug: „Ich habe angefangen, mit Algen aus Dänemark zu experimentieren.“ Sowohl die Beschaffenheit als auch die Aromen dieser nordischen Algen seien ganz anders. „Die Rezepturen müssen komplett neu erdacht werden“, sagt sie, „aber ich möchte langfristig so regional wie möglich arbeiten“.

Algen wachsen ohnehin – und nehmen an Land keinen Platz weg. Es gilt nur noch, sie richtig zu verarbeiten

Mit Algen aus Dänemark hat man es auch im Oukan in Mitte schon versucht. In dem veganen japanischen Hinterhofrestaurant setzen Küchenchef Timor Yilmaz und Paul Kaufmann, Head of Fermentation, vor allem auf Kombu, eine Braunalgeart. „Wir verwenden Kombu aus Japan oder Korea in jedem Gericht, die Qualität der dänischen Algen kommt da leider noch nicht ran“, erzählt Kaufmann. Kombu kommt zum Beispiel als Dashi oder als Essig oder wird während eines dreitägigen Prozesses zu einem Salz extrahiert. Dieses schmeckt nach Lakritz und dient als Akzent auf dem Dessert.

Algen werden in der Küche allgemein als bindende und texturgebende Mittel benutzt, bekanntestes Beispiel ist Agar-Blaugal, das aus den Zellwänden von Rot- oder Braunalgen gewonnen wird. „Agar wird bereits seit Jahrzehnten als Dickungsmittel verwendet, in Süßspeisen und Eis zum Beispiel, als Alternative zu tierischer Gelatine“,

erklärt Stephanie Mittermaier. Im veganen Oukan besteht also eine gewisse Algen-Abhängigkeit. „Sie sind für uns unerlässlich“, sagt Kaufmann, „die Vielseitigkeit und das Potenzial sind enorm. Algen sind vor allem in der fleisch- und fischlosen Küche eine perfekte Alternative, um umami zu kochen.“

Auch Algenforscherin Mittermaier findet: Nur Agar-Agar zu verwenden, sei zu kurz gedacht. „Agar-Agar ist ein Hydrokolloid. Bei seiner Gewinnung bleiben die Ballaststoffe und die Proteine der Alge übrig.“ Und genau diese Proteine könnten womöglich als funktionelle Komponente in vegetarischen Produkten viel bewirken, ebenso die Algenöle, die vor allem wegen ihres hohen Omega-3-Fettsäuren-Gehalts wertvoll sind. „Doch es gibt ein Problem“, so Mittermaier, „Die Zellwände der Algen sind sehr robust.“ Alle wertvollen Komponenten aus den Algen zu erhalten, ist eines der Forschungsthemen ihrer Abteilung. „Die Zellen müssen aufgeschlossen werden“, sagt die Lebensmitteltechnologin.

Im Oukan ist man bereits aufgeschlossen. Es lassen verschiedene Kombu-Sorten zum Einsatz, die jeweils nach ihrer Herkunftsregion in Japan benannt sind und sich im umami-Gehalt unterscheiden. Doch das Küchenteam wurde auch in Europa fündig: Dulse heißt eine Rotalge aus Spanien, die durch das Frittieren sowohl geschmacklich als auch haptisch dem Speck so nahekommt, dass es den Blindtest wohl nicht bestünde.

Hang zum Tang

Das Aerde am Park am Gleisdreieck in Kreuzberg arbeitet noch regionaler. Von der handwerklichen Fischerei AusternRegion an der Nordsee bekommt das junge Restaurant seine Austern, die verpackt in Spiraltang geliefert werden.

„Ich habe einfach mal angefangen, diesen Tang zu trocknen“, berichtet Igor Kazakov, Küchenchef im Aerde, „dann habe ich ihn in Essig, Wasser und Zucker eingelegt und einen Shrub draus gemacht“. Als Shrub bezeichnet man einen essigsäuernden Sirup, der üblicherweise auf Frucht basiert. „Diesen Shrub gießen wir auf mit hausgemachtem Minz- oder Weißdornsirup und Soda – das passt super zu unserem Fischgang“, so der 25-jährige Koch. Auch nutzt er den Spiraltang, weiterverarbeitet als Pulver, zum Aromatisieren und Akzentuieren von Soßen, für besagtes umami. Von AusternRegion nennt bezieht das Team unter Restaurantinhaber Justus Will auch Roten Horn-tang. Drapiert auf den wilden Austern, ist dieser weniger etwas für das Auge, sondern

vielmehr für die Salzigkeit, den Biss und die unverkennbare Jodnote verantwortlich.

„Apropos Jod. Was einerseits gut für den Körper ist, kann andererseits auch zu viel des Guten werden. Die Grenzwerte für Jod in Algen werden häufig überschritten“, erklärt Mittermaier. Allerdings würde beim Kochen auch wieder etwas abgegeben. Sind also die Pflanzen aus dem Meer gesund und die Nahrung der Zukunft? „Ich halte sehr viel von pflanzlicher Ernährung und ihren Proteinen. Algen sind eine Sache, an der wir definitiv dranbleiben sollten.“

NaNum
Lindenstr. 90, Kreuzberg,
Mi-Sa 18-23 Uhr
Seaweed-Menü von Fr-Sa
www.nanumberlin.com

Oukan
Acker 144, Mitte
Di-Sa 18-23 Uhr
www.oukan.de

Aerde
Am Lockdepot 6,
Di-Sa 18-23 Uhr
www.aerde.de



Im Aerde ist Igor Kazakovs Algenküche auch ein Upcycling-Projekt: Er verarbeitet den Tang, in dem die nachhaltig gefischten Nordseeaustern geliefert werden

