



GEFÜHLE? SPÄTER.
Notärztin „Doc Caro“
über harte Einsätze
und sanfte Momente

FAST HINGERICHTET
Die unglaubliche
Geschichte eines
US-Todeskandidaten

PETER ALTMAIER
„Scholz hat die
Anlagen für einen
guten Kanzler“

WAS PASSIERT MIT UNSEREM GELD?

Warum die Preise steigen wie seit fast
30 Jahren nicht mehr – und wie wir der
Inflation entkommen können





 **EXTRA** | GENUSS

LA DOLCE BIO

Auf einer Reise in die Toskana lernen wir von drei Bauernbrüdern,
einem Metzger und einem Winzer, dass der größte
Genuss nur im Einklang mit der Natur entstehen kann

Von Denise Snieguolė Wachter; Fotos: Max Arens



Handarbeit: Die Köchin Stefania Celimbrini (l.) und eine Kollegin bereiten Gnudi zu, Ricotta-Spinat-Klößchen



DEMETER IN DER TOSKANA: MENSCH, BODEN, TIER UND PFLANZE WIRKEN ZUSAMMEN



Lebensfreude ist oft das beste Produkt: Auf der Fattoria La Vialla fließen der Wein und das grasgrüne Olivenöl in rauen Mengen. Wer in einem typisch toskanischen Bauernhaus Urlaub machen möchte, kann eine der 33 Unterkünfte wählen, die alle ihren eigenen rustikalen Charme bewahrt haben (o.). Links unten: Pici mit Tomatensauce



Stefania Cilembrini drückt mit zwei Fingern eine Mulde in den Mehlberg, der vor ihr auf einem Holzbrett liegt. Eine Prise Salz, ein bisschen Wasser. Das Mehl verbindet sich mit dem Wasser zu Klümpchen. Mit den Händen knetet Cilembrini die Zutaten zu Pici, dicken Spaghetti.

„Ich koche jeden Tag, aber eine ausgebildete Köchin bin ich nicht“, sagt Cilembrini. „Meine Küche ist die der Armen: die cucina povera.“ An ihrem Arbeitsplatz, auf der Fattoria La Vialla mitten in der Toskana, ist sie richtig. Dort wird seit mehr als 40 Jahren die Küche der Region gefeiert.

In der Toskana scheint es alles zu geben: Berge, Hügel, Strand und Meer. Die schönsten Städte, Alleen mit hohen Zypressen, endlose Landschaften. Der Chianti zählt zu den beliebtesten Weinsorten der Welt. Dazu selbst gemachte Tagliatelle, Pappardelle, Ravioli, Tortelli. Im Winter stehen deftige Eintöpfe wie Peposo auf dem Tisch, mit Fleischstücken, die vom Rind übergeblieben sind. Altes Brot wird zur Panzanella, zum Brotsalat. Die Toskani gelten als besonders lebenslustig, stammen sie doch von den Etruskern ab, von denen es heißt, dass sie gern bis in den Morgen tanzten und dabei üppig aßen und tranken.

Nur wenige Autominuten von Arezzo entfernt, der kleinen Schwester der Prunkstädte Siena und Florenz, lag das Land Ende der 1960er Jahre brach. Die Mezzadria, die feudale Halbpacht, hatte ihre Spuren hinterlassen, die Landbevölkerung war in die Städte gezogen. Die einst bewirtschafteten

Flächen verkamen, die Steinhäuser verfielen. Piero und Giuliana Lo Franco arbeiteten zu dieser Zeit in der Textilwirtschaft und träumten von einem Landsitz, auf dem ihre Kinder Antonio, Gianni und Bandino frische Luft schnappen konnten.

„Meine Eltern wollten dem Land wieder Leben einhauchen“, sagt Bandino Lo Franco, der die Fattoria La Vialla mittlerweile gemeinsam mit seinen beiden Brüdern führt. „Sie fuhren mit der Vespa aufs Land und fanden ein Haus, das mehr einer Ruine als einem Feriendomizil glich.“

Dazu gab es alte Olivenbäume, die sich selbst überlassen waren, und verkümmerte Weinstöcke. Der Grundgedanke der Lo Francos war es, alles für den Eigenbedarf zu bewirtschaften. Ein Unternehmen war nie geplant. Mittlerweile sind 33 Unterkünfte dazugekommen, Platz für die Gäste der Fattoria. Die Häuser erstrecken sich über eine Fläche von 1300 Hektar.

Pasta mit Demeter-Siegel

Die Lo-Franco-Familie betreibt von jeher biodynamische Landwirtschaft, mit den Methoden des Anthroposophen Rudolf Steiner von 1924. Alles soll im Einklang mit der Natur stehen. Der Bauer darf nur so viele Tiere halten, wie er mit seinem Land ernähren kann. Der Mist sorgt für eine hohe Bodenfruchtbarkeit. Der Hof funktioniert wie ein Organismus: Mensch, Boden, Pflanze und Tier wirken zusammen.

Wenn das alles stimmt, gibt es dafür das Demeter-Siegel. Wer es tragen möchte, muss Naturdünger aus Mist, Pflanzenkompost oder Gülle verwenden, etwa Hornmist. ➤



Ein mit Kuhfladen gefülltes Horn wird für ein halbes Jahr in der Erde vergraben. Dort soll es die kosmischen Kräfte und die Energie der tierischen Hülle sammeln, so die Steiner-Lehre. Das Horn wird schließlich pulverisiert und verdünnt über die Felder gespritzt.

Der Nutzen ist wissenschaftlich nicht erwiesen, doch ob Magie im Spiel ist, spielt für die Brüder keine Rolle. Sie sind stolz auf ihre Produkte und verwenden sie von der Wurzel bis zum Blatt. Das Ziel: null Abfall.

Das beste T-Bone-Steak

Ein Motto, das auch Dario Cecchini beherrscht. In Panzano in Chianti, wo sich jeder grüßt und hilft, ist die Heimat des wohl namhaftesten Metzgers Italiens. Zur nationalen Berühmtheit wurde Cecchini 2001, während der BSE-Krise. Damals verbot die italienische Regierung den Verkauf von rohem Fleisch am Wirbelsäulenknochen. Theatralisch trug Cecchini daraufhin das letzte Bistecca fiorentina, ein T-Bone-Steak, in einem Trauermarsch zu Grabe. Heute erinnern schwere Marmortafeln am Eingang der „Antica Macelleria“, die Dario Cecchini in neuer Generation führt, an das letzte Bistecca. Zum Glück konnte man bereits 2006 die Auferstehung des Steaks feiern.

Cecchinis Bekanntheit wurde durch eine Folge in der Netflix-Serie „Chef's Table“ noch einmal erhöht. Darin erzählt Cecchini, dass er eigentlich nie Metzger werden wollte, sondern Tierarzt. Als aber sein Vater starb, wollte niemand die Metzgerei weiterführen. „Es ging ums Überleben. Ich arbeitete in der Metzgerei, um nicht zu verhungern und um meine Familie zu ernähren“, sagt Cecchini. „Schließlich wurde der Beruf des Metzgers meine Leidenschaft.“



Bestes Fleisch für das Bistecca fiorentina: die weißen Chianina-Rinder von Panzano (o.). Der Metzger Dario Cecchini (u.) findet: Alles vom Tier gehört verzehrt. Er selbst isst am liebsten langsam geschmorte Kniescheiben vom Rind

**„ICH BIN 66,
ESSE
JEDEN TAG
FLEISCH
UND BIN
GESUND“**

Heute kommen Gäste zu ihm, die auf der Suche nach etwas Besonderem sind, erzählt er. „Ich bin kein Sternekoch, und mir geht's auch nicht ums Geld. Mich interessieren nur die Ställe und ob unsere Tiere ein gutes Leben haben. Ich bin Metzger und arbeite sieben Tage die Woche. Nur an Heiligabend nehme ich mir frei.“

Der Netflix-Ruhm scheint Dario Cecchini nicht allzu sehr beeindruckt zu haben; unverändert zerlegt er hinter der Theke mit geschickten Schnitten Rinderhälften. Das Bistecca landet später über Holzkohle, sechs Minuten auf jeder Seite. Serviert wird es in rustikalen Happen. Es ist saftig und nussig. Saucen sucht man bei Cecchini vergebens. Zum Fleisch gibt es Olivenöl, Salz – und Rotwein. „Ich bin 66, esse jeden Tag Fleisch und bin gesund“, sagt er.

Biowein aus der Höhe

Auch Iacopo Rossi setzt auf Wein. Seinen ersten Tropfen hat er 2009 produziert, heute füllt er auf seinem Gut „Podere di Pomaio“ 15 000 Flaschen ab. Es befindet sich am Rand des Chianti-Gebiets. Auf 550 Meter Höhe versucht Rossi im Einklang mit der Natur zu wirtschaften. „Wir sind ein biozertifiziertes Weingut, der Keller muss nicht gekühlt werden. Wir versuchen, Nachhaltigkeit auf die Spitze zu treiben“, sagt Iacopo Rossi. Die Flaschen sind 200 Gramm leichter als herkömmliche Weinflaschen. Zum Verschließen verwendet er Bambus, wenn der Wein jung getrunken werden soll, das ist nachhaltiger als Kork.

Dank der Höhe hat Rossi hier weniger Probleme mit Parasiten als tiefer im Chianti. Seine Weine sind mineralisch, fast schon salzig. Sie passen gut zu den Pici, die Stefania Cilembrini zu Ende gerollt hat. Jetzt müssen die dicken Nudeln im kochenden Salzwasser gar ziehen und in einer Tomatensauce mit etwas Aglione, der wird auch Kussknoblauch genannt, weil man nach dem Verzehr nicht riecht, Salz und Olivenöl geschwenkt werden.

Es sind diese vermeintlich einfachen Gerichte, für die das Herz der Toskani höher schlägt. Voraussetzung ist die hohe Produktqualität, um die sich, jeder auf seine Weise, die Lo-Franco-Brüder, Dario Cecchini und Iacopo Rossi einsetzen. Oder wie Dario Cecchini sagt: „Gutes Essen bedeutet für mich Leben.“ ✨



Auf ihrer Reise in die Toskana lernten **Denise Wachter** und der Fotograf **Max Arens** auch: Die Gastwirte dort lehnen oft Trinkgeld ab. Es widerspreche der Gastfreundschaft