



Wolfgang Steffens bietet seinen Senf vor Ort auch zum Verkauf an.

# Würziges für Naschkatzen

Der Senf war einst schon bei Kaisern und Königen beliebt, im antiken Griechenland wurden ihm sogar heilende Kräfte nachgesagt. In der **historischen Senfmühle in Cochem** werden täglich zehn verschiedene Varianten in bester Qualität hergestellt.

Seit Mai 2001 dreht sich der Basaltmühlstein in dem historischen Gebäude am Moselufer, 362 Tage im Jahr. 1999 kam dem arbeitslos gewordenen Dreher und Schlosser Wolfgang Steffens beim Verzehr einer mit richtig scharfem Senf gewürzter Wurst eine zündende Idee. Lag es an dem Senf, dem größere Mengen Meerrettich zugesetzt waren, sodass dessen scharfe ätherische Öle ihm fast die Schädeldecke abzusprengen drohten, oder war es einfach zuviel des Guten, und Steffens wollte diesem beißenden Treiben ein Ende setzen?

Seitdem hat er selbst zig Tonnen der gelblichen äußerst schmackhaften Paste hergestellt. Wolfgang Steffens, der einzige Senfmüller, der in die Koblenzer Handwerksrolle eingetragen ist, produziert täglich 180 Kilogramm besten Senf in zehn Geschmacksrichtungen. „Weltweit bin ich einer der wenigen Senfmüller, der seine Senfpaste durch Kaltmahlen herstellt. Da bei uns der Läuferstein



In der historischen Senfmühle in Cochem (links) zeigt Senfmüller Wolfgang Steffens, wie aus den kleinen Körnern würziger Senf wird.



auf kleinen Rollen aufliegt, so genügend Spiel hat und damit eine Erhitzung des Mahlwerkes unterbleibt, wird ein Zerpressen des Senfkornes verhindert, und die ätherischen Öle bleiben dort, wo sie hingehören – im fertigen Produkt und später auf der Zunge. Wir verwenden nur Naturaromen, also keinen Meerrettich, der die Schärfe bringt. Bei uns bleiben die Aromen zwischen Zunge und Gaumen und steigen nicht in die Nase.“

Doch bis dahin bedarf es einiger Vorarbeit, eine Senfmaische muss angesetzt werden. Voraussetzung für ein erstklassiges Produkt ist eine saubere Senfsaat. Diese wird geschrotet, von Fett befreit und vermahlen. Wasser, Essig, Salz, Zucker und Gewürze bilden die Grundlage für kulinarische Genüsse. Nun beginnt die Fermentation, die 24 Stunden dauert. Ähnlich wie bei der Bierherstellung entsteht so eine Maische, die allerdings noch einmal vermahlen wird. Senf erhält seine cremige Konsistenz und dunkelt etwas nach. Geschmack und Würze der einzelnen Senfsorten hängen entscheidend von den jeweiligen Samen und den zugegebenen Würzmitteln ab.

Steffens und sein Geschäftspartner Bernd Dehren verwenden in ihren Mühlen nur Senfsaat aus Kanada, da diese mehr ätherisches Öl enthält. In der Cochemer Senfmühle stehen immer 360 Kilogramm Maische parat. Da hier täglich gemahlen wird, bringt

es der Senfmüller auf 180 Kilogramm Tagesproduktion. Verhältnismäßig wenig, bedenkt man, dass die großen Industriemühlen – etwa Amora – bis zu neun Tonnen am Tag produzieren, um den europäischen Markt zu beliefern. In vergangenen Zeiten wurde der Senfsaat Traubenmost zugesetzt. Daher kommt der in manchen Regionen immer noch gebräuchliche Name Mostrich.

Nicht nur Kaiser und Könige vergangener Jahrhunderte wussten die erfrischend scharfe Würze des Senfes zu schätzen. Bereits 2.000 Jahre vor Chris-

### Ursprünglich aus dem Mittelmeerraum

tus nahmen die Vorkoster der ägyptischen Pharaonen gerne ein Quäntchen der Delikatesse mehr, um klarzustellen, dass nichts an dem herrschaftlichen Würzmittel auszusetzen sei. Das Senfkorn wurde bereits bei den Arabern in medizinischen Geschichtsbänden erwähnt. Griechische Seefahrer entdeckten die Feinkost und brachten sie mit nach Europa. Schon damals wusste man um die verdauungsfördernde Wirkung des Kreuzblütlers, dessen zwei Hauptarten Weißer Senf und Schwarzer Senf noch heute den Hauptbestandteil aller Senfwürzen stellen. Die im Mittelmeer-

raum beheimatete Pflanze, eine wilde Kohlart, war schon in der Antike als Heil- und Würzmittel bekannt.

Senf war keine Allerweltpflanze. Verschiedene Schriften beschrieben die magischen Kräfte des Senfes. Im 1. Jahrhundert neuerer Zeitrechnung erklärte der griechische Arzt Pedanios Dioscurides in seiner Arzneimittellehre „De materia medica“ die heilende Wirkung des Senfes. Nicht nur zur Linderung bei Verdauungsbeschwerden nutzte man seine Inhaltsstoffe, vielmehr schon im Vorfeld. Beim Genuss fader Speisen schätzte man die gelbe Würzpaste als Appetitanreger und Geschmacksverstärker. Der Römer Plinius behauptete, dass drei in der linken Hand gepflückte Blätter des weißen Senfes, mit Honigwasser verspeist, ein hervorragendes Aphrodisiakum seien. Er rühmte sich seiner überbordenden Lendenkräfte.

Die Römer brachten den Senf über die Alpen nach Mitteleuropa. So begann sein Siegeszug zu den Küchen der gekrönten Häupter Europas. Karl der Große ordnete im Jahr 795 den Anbau von Kräutergärten und im Besonderen den Senfanbau in Deutschland offiziell an. Ludwig XI. von Frankreich sagt man nach, dass er angeblich nie ohne ein Senftöpfchen aus dem Haus ging – für den Fall, dass er bei senfabstinenteren Barbaren übernachten musste. Im 14. Jahrhundert erließen die Herzöge von

Burgund strenge Qualitätsrichtlinien für Senf. Damit legten sie den Grundstein für den Aufstieg Dijons zur französischen Senfmetropole.

Der europäische Adel huldigte dem Aromaträger Sonnenkönig Ludwig XIV. von Frankreich begeisterte sich so sehr, dass er dem Senf ein eigenes Wappen schenkte. Reichskanzler Otto von Bismarck aß nichts lieber als Frankfurter Würstchen mit Senf.

Was Fürsten und Majestäten schmeckte, fand bald auch in Bürgerkreisen Freunde. So wurde 1726 in Düsseldorf die erste deutsche Senffabrik gegründet. Ihre Spezialität war ein scharfer dunkler Senf, der unter dem Namen ABB (Adam Bernhard Berg-rath) schnell über Deutschlands Gren-

zen hinaus bekannt wurde. Düsseldorfs Ruhm als Senfmetropole war gesichert.

Die Mühleneinrichtung in Cochem stammt aus dem Jahr 1810. Somit gehört sie zu den ältesten Senfmöhlen Europas. 1931 wurde sie von einem belgischen Müller restauriert und in Betrieb genommen“, erzählt der Senfmüller. „Jahre später verkaufte dieser die in die Jahre gekommene Mühle nach Holland. 1993 war sie

so heruntergekommen, dass sie nicht mehr zum Einsatz kam. Ich sah dieses technische Denkmal in seinem desolaten Zustand, erwarb es und restaurierte die Mühle mühevoll. Sie bekam ein massives Gestell. Den Transmissionsantrieb ließ ich ebenso wie die alten Mahlsteine, lediglich einen Motor zum

Antrieb der Riemen fügte ich hinzu, um einfacher arbeiten zu können“, erklärt Steffens.

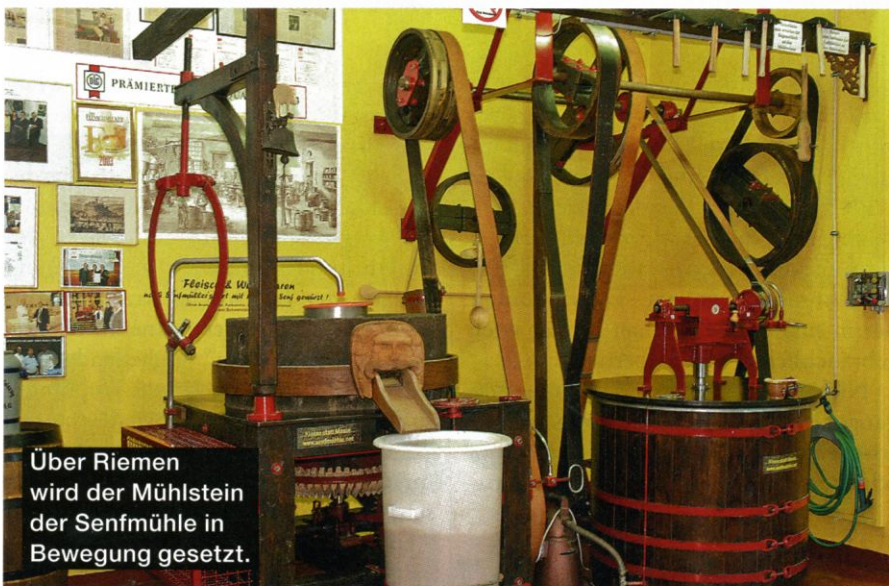
1999 begann er den Betrieb der Mühle im Eifelort Birgel. Doch das weit ab touristischer Routen gelegene Dorf brachte wenig Kundschaft. Um so ein Nischenprodukt zu verkaufen, bedurfte es stetiger Präsenz am richtigen Ort. Das Moselstädtchen Cochem schien ideal. Steffens mietete sich in einem historischen Gebäude direkt neben der Moselbrücke im Ortsteil Cond ein. Seit 2001 existiert nun die Historische Senfmühle in Cochem.

Zehn Senfvarianten und einige Senfkonfitüren erfreuen seither nicht nur die Gaumen der Moselaner, sondern viele Spitzenrestaurants der Großregion verwöhnen ihre Gäste mit Senfkreationen der allerfeinsten Art. Auch die Fernsehprominenz unter den Köchen auf allen TV-Kanälen, die ihre Produkte ganz im Sinne von Slow Food verarbeiten, findet neuerdings Gefallen an den Produkten aus Cochem. Senfmüller Steffens erklärt: „Nur durch unser Kaltmahlverfahren bleibt der wertvolle Gehalt des ganzen Senfkornes mit all seinen ätherischen Ölen, Vitaminen und Spurenelementen vollwertig erhalten. Keinerlei Farb- und Aromastoffe, ebenso wenig Geschmacksverstärker, vergällen unseren Kunden den handgemachten Senfgenuss. Auch sind unsere Produkte frei von Schwefeldioxid (E224) und ungekühlt durchaus zwei Jahre haltbar.“

Steffens Konzept, „Klasse statt Masse“ herzustellen, scheint aufzugehen. Seine Rezepturen – natürlich streng geheim – hütet er wie seinen Augapfel. Doch lässt er zumindest wissen, dass sein Mühlensenf nach einer Originalrezeptur aus dem Jahr 1520 hergestellt wird. Ein Klassiker unter seinen Produkten ist der Historische Senf, eine mittelscharfe Variante, die ebenfalls nach Originalrezept von 1820 den Gaumen des Senffreundes kitzelt. Sein Waben-Senf ist eine weitere Spezialität mit einem Honiganteil von 30 Prozent herzhafte süß, passend zu frisch geräucherter Lachs oder Geflügelgerichten. Und könnte sich ein Zander auf dem Teller noch freuen, ihm würde es wohl passen, wenn er seine Filets in Cochemer Rieslingssenfsoße baden könnte. Wobei der Riesling-Senf auch keinen Käse verschmäh und dem kalten Braten zu allen Ehren gereicht. ●

Michael H. Schmitt

## Genuss ohne jegliche Zusatzstoffe



### INFO

#### Historische Senfmühle Anno 1810

Wolfgang Steffens GmbH  
Stadionstraße 1  
56812 Cochem-Cond  
Telefon 02671-607665  
info@senfmuehle.net  
www.senfmuehle.net

**Öffnungszeiten:** Kostenlose Senfprobe und Verkauf montags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr.

**Führungen:** montags bis sonntags um 11, 14, 15 und 16 Uhr.

Dauer etwa eine halbe Stunde.  
Preis: 2,50 Euro pro Person.

#### Anfahrt:

Von Saarbrücken aus sind es 160 Kilometer (1,5 Stunden) bis zum Moselstädtchen Cochem. Anfahrt über die A1 Richtung Köln. Am AD Vulkaneifel geradeaus weiter auf der A8/E44. Bei der Anschlussstelle Ulmen rechts abbiegen auf die B 259. Ab dort ist Cochem ausgeschildert.