

# Backen mit Ursi Lüthy - vegan und süss

**Biberist** Mit dem Buch «Vegane Traumbäckerei» besetzt die gelernte Bäcker-Konditorin eine Nische

VON LUCILIA MENDES VON DÄNIKEN

Eine Cremeschnitte ist erst eine Cremeschnitte, wenn sie so aussieht, wie sie ausschauen muss, und so schmeckt, wie sie schmecken muss. Und davon hat Ursi Lüthy eine ziemlich genaue Vorstellung, respektive Ahnung. Da die gelernte Bäcker-Konditorin aber aus ernährungstechnischen Gründen nicht immer auf die üblichen Zutaten zurückgreifen kann, ist sie ziemlich gefordert.

Ursi Lüthy arbeitet nicht mehr auf dem erlernten Beruf. Zehn Jahre nach Abschluss ihrer Lehre stellte sie fest, dass sie eine Mehlstauballergie hat - und zwar so sehr, dass sie den Beruf, welchen sie mit Leidenschaft ausgeübt hatte, an den Nagel hängen musste. Ein schwieriger Moment in ihrem Leben. Sie musste sich beruflich neu orientieren. Und erst sieben Jahre später konnte sie dann ihren Beruf zum Hobby machen: «Früher wäre dies aufgrund der Allergie gar nicht möglich gewesen.»

## Das richtige Ersatzprodukt finden

Die Aargauerin, die in Biberist lebt und dort einen Kursraum führt, begann sich im Alter von sieben Jahren vegetarisch zu ernähren. «Ich war eine Exotin», erzählt sie. Noch mehr zur Exotin wurde sie, als sie sich vor zehn Jahren dazu entschloss, auf tierische Produkte zu verzichten. Heute ist vegane Ernährung nicht mehr aussergewöhnlich. Vegane Produkte müssen nicht in Spezialläden oder über das Internet gekauft werden, sondern man kriegt diese fast überall, und die Auswahl ist gross. Aber nicht jedes gewohnte Rezept funktioniert auf Anhieb ohne weiteres. Ei-Ersatzprodukte sind zum Beispiel ganz unterschiedlich - genau so unterschiedlich wie die Wirkung von Eiern in Backerzeugnissen: «In manchen Rezepten hat das Ei eine bindende Funktion, dann wiederum ist es für die Luftigkeit des Teiges zuständig und hier und da ist das Ei vor allem für die Farbe ausschlaggebend.»

Doch wie findet man das richtige Produkt? An diesem Punkt kommt Ursi Lüthy wieder ihre berufliche Vergangenheit zu Hilfe. Sie weiss, welche Zutaten zusammen passen, welchen Geschmack sie haben müssen, welchen Einfluss sie auf das Endprodukt haben. Sie tüfelt, probiert und wenn sie mit dem Ergebnis nicht zu-



Ursi Lüthy hat Backrezepte von veganen Leckereien in einem selber gestalteten Backbuch zusammengefasst.

HANSPETER BÄRTSCH

**«Erst wenn das Resultat geschmacklich und optisch funktioniert, schreibe ich das Rezept auf.»**

Ursi Lüthy

frieden ist, fängt sie einfach wieder von vorne an. «Erst wenn das Resultat geschmacklich und optisch funktioniert, schreibe ich das Rezept auf.» Eine Herausforderung war zum Beispiel die Herstellung einer Aargauer Rüeblitorte: «Meine Grossmutter war die strengste Kritikerin und wies zig Versuche zurück.» Doch dann schaffte sie es: «Kurz vor ihrem Tod habe ich eine Torte kreiert, von der meine Grossmutter behauptete, sie sei sogar besser als das Original.»

## Vegane Osterhasen

Nun hat sie erste Backrezepte im Buch «Vegane Traumbäckerei» zusammenge-

fasst. Das Buch hat Lüthy, die 1978 zur Welt gekommen ist, in Eigenregie gestaltet und über eine Online-Druckerei anfertigen lassen. Einen «richtigen» Verlag konnte sie nicht für sich gewinnen. Was erstaunt, wenn man sieht mit welcher Professionalität die Rezepte entstanden sind. Was das Buch vor allem zudem auszeichnet: Lüthy verwendet in erster Linie Zutaten, die man bei den bekanntesten Schweizer Grossverteilern kaufen kann. Wer trotzdem Mühe hat Produkte zu finden, wird auch da von ihr unterstützt: «Ich biete Einkaufstouren durch Solothurn an und kann so zeigen, wo man was kriegt.»

Die Ideen gehen ihr nicht aus, sie tüfelt zurzeit an Kochrezepten, welche sie auch in einem Buch zusammenfassen wird. Zudem steht sie oft in der Backstube, um Kundenwünsche umzusetzen. Sie macht vegane Torten, Apéros und, was vor allem in den vergangenen Wochen viel Zeit beanspruchte, vegane Osterhasen.: «Ganze 20 Kilogramm Schokolade habe ich verarbeitet», mehr lag nicht drin. «Ich habe ja neben meinem grossen Hobby auch noch einen Job im Spital als diplomierte Expertin Anästhesiepflege.»

Infos zu Buch, Back- und Kochkursen und Rezepten: [www.backenmitursi.ch](http://www.backenmitursi.ch)