



37

MMH, REHSCHNITZEL

Es herbstet, und in den Restaurants ist wieder Wild angesagt. Natürlich kann mans auch zu Hause machen, aber unser Kochprofi bevorzugt klar die Beiz. Lesen Sie, weshalb und wo genau er den Teller mit dem Rehschnitzel serviert bekam.

43

FÜR KÖRPER UND GEIST

Vielen mag sie kein Begriff sein, andere wiederum schwören auf sie: Die Psychomotorik kann gerade Kindern helfen, sich selbstsicherer durch die Welt zu bewegen. Morgen wird sie erstmals europaweit gefeiert.

44

WUNDERMITTEL SAUNA



Regelmässige Saunabesuche dienen nicht nur der Entspannung, sie beugen unter anderem auch grippalen Infekten vor und können das Herz stärken. Das zeigen Studien aus neuerer Zeit.

«Ich bin ein Genusssegler»

PRIVAT Kommissar Flückiger alias Stefan Gubser verrät uns vor dem 11. Luzerner «Tatort» das Geheimnis seiner 20-jährigen Ehe und weshalb er es besser fände, wenn wir uns früher mit dem eigenen Tod beschäftigen würden.

INTERVIEW JULIA STEPHAN
julia.stephan@luzernerzeitung.ch

Stefan Gubser, Sie sind gerade aus Ihren Griechenland-Ferien zurückgekehrt. War das Boot mit dabei?
Stefan Gubser: Nein, diesmal nicht!

Ich frage deshalb, weil Ihre Passion fürs Segeln den Luzerner «Tatort» von Anfang an mitgeprägt hat. Hand aufs Herz: Sind Sie mehr der Genusssegler oder der Sportsegler?

Gubser: Eindeutig der Genusssegler! Ich segle eigentlich nur auf dem Meer. Natürlich gefällt es auch mir, wenn der Wind einen vorantreibt. Aber mir geht es nie darum, möglichst schnell von A nach B zu kommen. Ich lebe einfach gern auf dem Wasser, das hat für mich etwas Leichtes und Freudvolles. Ich liebe es, abends in einer Bucht zu ankern und etwas zu kochen. Für einen guten Zweck segle ich aber ab und an auch Regatta.

Seglern sagt man nach, sie seien unglaublich gelassen. Kein Wunder, man muss auf wechselnde Winde jederzeit flexibel reagieren. Wie ist das bei Ihnen?

Gubser: Man hat gar keine Wahl. Man muss sich dem hingeben, was ist. Ist die Wetterprognose schlecht, kann man nicht auslaufen. Wobei es schlechtes Wetter nicht gibt – nur schlechte Kleidung!

2014 unternahmen Sie eine Weltreise mit Ihrer Frau, um einem drohenden Burn-out zu entkommen. Was geht einem so alles durch den Kopf, wenn man so lange unterwegs ist?

Gubser: Wir waren während dieser Zeit auch zwei Monate auf dem Wasser, bei der Inselgruppe Tonga im Südpazifik. Dort gibt es quasi keinen Tourismus, das war Erholung pur. Wir waren die einzigen Segler vor Ort, die dort lebenden Menschen waren allzeit informiert, wo sich die beiden Schweizer gerade aufhielten. Wir haben oft an einer der über 180 Inseln angelegt, um dort Holz zu suchen, haben Fische gefangen und grilliert.

Als ich mir Ihren neuen Luzerner «Tatort: «Freitod» zum Thema Sterbehilfe angeschaut habe, fühlte ich mich ein wenig an den Kinofilm «Hello, Goodbye» (2007) erinnert. Dort spielen Sie einen krebserkrankten Vater, der sich wünscht, dass seine Tochter die Rolle der Sterbebegleiterin übernimmt. Konnten Sie auf alten Erfahrungen aufbauen?

Gubser: Mir hat es sehr geholfen, dass ich mich vor zehn Jahren schon einmal so intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt habe. Wir hatten das Drehbuch damals selbst entwickelt, basierend auf einer wahren Geschichte. Ich hatte mich damals auch mit Mitarbeitern von Exit unterhalten und mit Menschen gesprochen, die mit dieser Organisation aus dem Leben scheiden wollten.

Den Film drehten Sie damals in Ihrem eigenen Haus. Würden Sie das heute wieder tun?

Gubser: Auf gar keinen Fall! Uns stand für den Film damals sehr wenig Geld zur Verfügung. Das bisschen, das wir hatten, wollten wir in den Film investieren und nicht in irgendeine teure Location. Als Produzent sagte ich spontan: Lasst uns das hier bei mir machen. Aber eigentlich sagt jeder Filmschaffende, der schon lange im Geschäft ist: Man kann überall drehen, nur nicht bei sich zu Hause.



«Manchmal habe ich den Eindruck, ich kenne Luzern schon besser als mancher Luzerner»: Stefan Gubser während unseres Interviews im Kornsilio Zürich.

Bild Dominik Wunderli

Weil dann der Kühlschrank zum Selbstbedienungsladen wird?

Gubser: Das wäre noch das kleinste Problem! Da schleppt dann eine 40-köpfige Crew tonnenweise Material ins Haus und wieder raus. Und dementsprechend siehts danach dann auch aus. Ich musste nach dem Dreh den Boden abschleifen lassen und die Wände neu streichen.

Was dieser «Tatort» zum Thema Sterbehilfe neben den vielen moralischen Dilemmas, in die man sich bei diesem Thema verstricken kann, aufzeigt: die Hilflosigkeit unserer Gesellschaft im Umgang mit dem Tod. Hat Sie das über die Dreharbeiten hinaus beschäftigt?

Gubser: Das Thema beschäftigt mich schon länger. Je früher man sich mit dem eigenen Tod auseinandersetzt, desto besser für einen selbst. Der Tod wird in unserer Gesellschaft verdrängt. Jeder macht alles, damit er möglichst lange lebt. Ich halte das für den falschen Weg.

Würden Sie Sterbehilfe in Anspruch nehmen?

Gubser: Im Moment denke ich, der Tod ist etwas Natürliches, er gehört zum Leben dazu, und man soll ihn auch natürlich geschehen lassen. Aber eigentlich kann man das erst sagen, wenn man wirklich vor der Entscheidung steht. Bei den Vorbereitungen für den Film «Hello, Good-

Einer wie Flückiger

ZUR PERSON jst. Als Bösewicht trat Stefan Gubser (59) bereits 2001 in einem Schweizer «Tatort» in Erscheinung. Doch erst über sein Techtelmechtel mit der Konstanzer Kommissarin Klara Blum schloss ihn das «Tatort»-Publikum voll ins Herz. Seit 2011 verkörpert Stefan Gubser den Luzerner Kommissar Reto Flückiger, an dessen Erfindung sich der Schauspieler, Theater- und Filmproduzent selbst beteiligt hatte. So manchen Charakterzug teilt er mit seiner Figur, etwa die Leidenschaft fürs Segeln.

Bekannt wurde Gubser über die Polizeiserie «Eurocops», viele TV-Filme und diverse Kinofilme. Seit 20 Jahren ist er mit der Unternehmerin Brigitte Gubser verheiratet. Aus erster Ehe ging Tochter Stefanie hervor, die im Musikbusiness unterwegs ist. Gubser lebt mit seiner Frau in der Nähe von Zürich.

bye» habe ich einen Mann kennen gelernt, der hatte Lungenkrebs im Endstadium. Er hat mir die Wahl des Freitods so begründet: Er wolle sich von seinen Liebst- in einem würdevollen Zustand ver-

abschieden. Ich konnte diesen Entscheid nachvollziehen. Ich finde es gut, dass es die Sterbehilfe gibt. Jeder soll ein Anrecht darauf haben, über seinen Tod selbst zu bestimmen.

Welchen Umgang mit dem Tod würden Sie sich in unserer Gesellschaft wünschen?

Gubser: Man sollte mehr kommunizieren und das Thema nicht auf die Seite schieben. In afrikanischen Gesellschaften gehört der Tod ganz natürlich zum Leben dazu. Indem man das Thema tabuisiert, wird es letztlich viel grösser, als es ist.

Zurück zum Leben: Wo halten Sie sich denn am liebsten auf, wenn Sie in Luzern sind?

Gubser: Ich fühle mich am Wasser am wohlsten, und Luzern hat da mit einem Fluss und zwei Seen viel zu bieten. Der Rotsee ist mir sehr ans Herz gewachsen. Man braucht genau eine Stunde, um darum herumzulaufen. Das mache ich gerne morgens vor dem Dreh, wenn ich noch Zeit dazu finde. Dort ist einfach Ruhe, ich geniesse das. In den letzten Jahren habe ich viele Facetten von Luzern kennen gelernt. Manchmal habe ich den Eindruck, ich kenne Luzern schon besser als mancher Luzerner. Bei den Dreh-

Beste Aussichten auf die wilde Zeit

GENUSS Die Wildsaison hat begonnen. Unser Fachmann konnte sie kaum erwarten. Aber nur im Restaurant, wie etwa dem «Sonnenberg» ob Kriens. Zu Hause dagegen lässt er die Finger davon.

HERBERT HUBER
piazza@luzernerzeitung.ch

Ich liebe Wildspezialitäten – allerdings statt zu Hause viel lieber auswärts, am herbstlich geschmückten Tisch in einem auf Wild spezialisierten Restaurant, wo das Wildbret aus heimischer Jagd stammt und mit klassischen Beilagen und Garnituren serviert wird.

Fix und fertig

Der Grund für meine Auswärts-Vorliebe liegt in meiner Kochlehre, damals im «Continental» an der Morgartenstrasse in Luzern, das zu den wilden Pilgerstätten gehörte. Deren Patrons waren total vom Jagdfieber infiziert. Meistens dann, wenn die Uhr für die Zimmerstunde schlug, führen die Jäger mit ihrer Beute im Kofferraum vor. Der Burkhard Hans vom «Vogelsang» in Eich, seinerzeit mein Unterstift, durfte den ganzen Nachmittag den Rehen und Hasen das Fell (die Decke) abziehen und unter kundiger Anleitung des Oberstifts die Tiere fachgerecht zerlegen. Marinieren für den Pfeffer. In Öl die Stücke für Schnitzel und Rehrücken einlegen. Dann diese Bütz mit diesen hausgemachten Spätzli, bis einem die Handballen schmerzten! Und Tag für Tag Äpfel ausstechen und auf den Punkt köcheln. Schön weiss mussten sie sein. Glasierte Marroni, Rotkraut und Rosenkohl gehörten ebenfalls dazu. Weder das eine noch das andere gab es damals als Fixfertig-Produkt. Fixfertig waren nur wir Stifte.

Auf hohem Niveau

Das ist hängen geblieben, und ich ziehe bis heute eine Beiz für den Wildschmaus vor. Gute Adressen gibt es so einige. Auf Empfehlung eines Freundes fuhr ich hinauf zum Hotel-Restaurant Sonnenberg ob Kriens, wo die Wildsaison letzten Dienstag eröffnet wurde (www.hotelsonnenberg.ch). Mein Gott, was für eine herrliche Panoramaaussicht dort oben! Ein paradiesisches Naherholungsgebiet samt Bahn, die hinaufführt (www.erlebnis-sonnenberg.ch).

Speziell ist auch der Betrieb: Seit bald zehn Jahren wird er durch den Verein The Bütz geführt. Angeleitet von Profis in allen Bereichen (Küche, Service, Ho-



Robin Fraser, seit neun Jahren Küchenchef im Hotel-Restaurant Sonnenberg ob Kriens, mit klassisch und perfekt angerichtetem Rehschnitzel. Das Wild stammt aus nächster Nähe.
Bild Boris Bürgisser

tellerie), bietet er stellensuchenden Menschen zwischen 16 und 50 Jahren ein Sprungbrett, um wieder im ersten Arbeitsmarkt Fuss zu fassen. «Eine Erfolgsgeschichte», fasst Direktor Ron Prêtre zusammen, «in all den Jahren fanden rund 300 Leute dank uns wieder eine Stelle in einem anderen Betrieb.»

Pfeffer, Schnitzel, Geschnetzeltes

Gearbeitet wird im Hotel-Restaurant Sonnenberg nicht nur aussichtsmässig auf hohem Niveau, sondern auch in der Küche unter dem kanadischen Küchenchef Robin Fraser (nach der Wildzeit gibts übrigens vom 1. bis 27. November kanadische Wochen).

Wie wir damals kocht Robin Fraser den Rehpfeffer, das Geschnetzelte und die Schnitzel klassisch. Letztere werden ganz zuletzt kurz in der Pfanne gebraten und ruckzuck auf die bereits garnierten warmen Teller gehievt. Das muss so zackig gehen, sonst würden die Schnit-

zel schnell mal trocken, doppelt Robin nach. Auch die Saucen werden nach alter Manier «gsüderlet». Kein Rehrücken? Doch, aber nur einmal während der Saison an einem speziellen Anlass.

Wild vor der Haustüre

Woher stammt das Wild? Aus nächster Nähe! Von der «Sonnenberg»-Terrasse sieht man sogar einen Jäger-Hochsitz. Er gehört der Jagdgesellschaft Sonnenberg. Es seien ausschliesslich Sommerböcke, klärt mich Jagdleiter Hans Stähelin auf. Seine Augen leuchten, wenn er von seinem Revier spricht. Das benachbarte Gigeliwäldli und der Gütschwald gehören zum Schutzgebiet der Stadt Luzern.

Ab 1. Mai ist jeweils die Jagd für Sommerböcke, also nur für männliche Tiere, eröffnet. Aber erst, nachdem die zum Abschuss freigegebene Zahl im April fein säuberlich registriert wurde und mit verpflichtender Meldung an

Förster und Jagdverwaltung. Sommerböcke werden mit der Kugel erlegt. Im Gegensatz zur herbstlichen Gesellschaftsjagd (1. Oktober bis 15. Dezember), wo dann auch noch weibliche Tiere inklusive Rehkitze auf dem Abschussplan sind. Dann ist nur Schrot toleriert.

Zehn erlegte Tiere wurden heuer bislang in den «Sonnenberg» gebracht. Danach kamen die ausgenommenen Rehe zu Metzger Sepp Rüssli nach Schwarzenberg. Nach fünfjährigem Abhang werden dort die Stücke für Schnitzel, Geschnetzeltes und Pfeffer vorbereitet, vakuumiert und subito schockgefroren. Bis sie nun vom «Sonnenberg» abgerufen werden können.

Von den guten Resten werden unter anderem fantastische Wildwürste und Raviolifüllungen produziert. Unter anderem Leberli, Herz, Lungen, Niere gehören dem Erleger. Das ist das sogenannte kleine Jägerrecht, wie Hans

Stähelin berichtet. Der Jagdhund erhält zur Belohnung die Milz.

Kein «Pfännligestürm»

Auf dem «Sonnenberg» stimmt es: Einheimischer geht es wirklich nicht mehr. Da sitze ich gerne dazu – und die Kostprobe hat mich echt überzeugt. Deshalb noch einmal: Warum den Chrapf zu Hause haben, wenn das Glück so nahe liegt, auf dem «Sonnenberg» wie in anderen einschlägigen Wild-Beizen? Das zu Hause zu machen, ist und bleibt ein Chrapf, mit einem Materialverschleiss par excellence. Selbst wenn es viel Vorgekochtes gibt heute: Das Pfännligestürm und präzises Timing bleiben trotzdem.

Wer das nicht scheut, bitte schön, dagegen ist selbstverständlich nichts einzuwenden. Ich dagegen bleibe dabei und wähle für einmal den Weg des für mich geringsten Aufwandes. Dafür habe ich mehr Zeit zum Geniessen.

Fortsetzung von Seite 15

«Ich bin ein Genusssegler»

arbeiten komme ich an Orte, wo man normalerweise nie hinkäme. Etwa auf die Museggmauer und in den Männliturm oder in die Werft der Schifffahrtsgesellschaft des Vierwaldstättersees.

Es ist ja zum Volkssport geworden, den «Tatort» – im Speziellen den Luzerner – zu kritisieren. Wie gehen Sie damit um? Lesen Sie Kritiken?

Gubser: Nein. Früher habe ich Schauspielern, die mir gegenüber behauptet haben, so etwas würden sie nicht lesen, nie geglaubt. Heute bin ich genauso. Der «Tatort» hat in unserer Gesellschaft einen ähnlichen Stellenwert wie eine Fussballübertragung. Vor der sitzen dann unzählige versteckte Trainer und Schiedsrichter, nach einem «Tatort» melden sich versteckte Autoren, Regisseure und Schauspieler zu Wort. Wenn eine niveauvolle Zeitung wie die deutsche «FAZ» uns mit Lob überhäuft, steht anderswo ein Verriss drin und umgekehrt. Klar, kann eine fundierte Kritik wertvolle Hinweise liefern. Aber am wichtigsten ist, dass man selbst sein Bestes gibt. Würde ich die Fahne jedes Mal nach dem Wind drehen, der gerade aus dem Blätterwald kommt, wäre ich nur noch verwirrt.

In der Schweiz gibt es nicht viele Menschen, die einfach so auf der Strasse erkannt werden. Hat der Prominentenstatus grossen Einfluss auf Ihr Leben?

Gubser: Nein, eigentlich nicht, ich bin genau derselbe geblieben wie seit eh und je und lasse mich auch nicht davon abbringen. Wer meint, er sei etwas Besseres, nur weil man ihn kennt, befindet sich auf dem Holzweg.

Noch vor Ihrer Fernsehfilmkarriere waren Sie Ensemblemitglied in angesehenen Häusern wie dem Burgtheater in Wien oder dem Residenztheater in München. Traumjobs in der Theaterwelt. Warum wars nicht Ihrer?

Gubser: Mit einem Theaterengagement verpflichtet man sich zu dreissig bis fünfzig Vorstellungen. Da kommt es sehr darauf an, mit wem man spielt. Stimmt die Chemie unter den Schauspielern nicht, ist das ganz furchtbar. Kommt hingegen eine gute, kreative Energie zum Fliessen, macht das unheimlich Spass. Seitdem ich Theaterstücke selbst produziere, kann ich mich mit Menschen zusammen tun, mit denen die Zusammenarbeit wirklich Spass macht. Wenn ich mit dem «Tatort» abgeschlossen habe, will ich das gerne wieder tun.

Ist dieses Autonomiebestreben, diese Möglichkeit, selbst die Rahmenbedingungen der eigenen Arbeit zu gestalten, der Grund, warum Sie neben

der Schauspielerei auch Produzent geworden sind?

Das Produzieren bereitet mir sehr viel Freude, weil ich gerne Menschen zusammenbringe, die gut zusammenpassen. Wenn es zwischen diesen Menschen dann funkt, hinterlässt das bei mir ein unglaublich gutes Gefühl. Und natürlich bedeutet mir sehr viel, dass ich dabei selbst bestimmen kann und nicht einfach nur Befehlsempfänger bin. Je älter ich werde, desto konkreter werden meine künstlerischen Vorstellungen. Als Produzent kann ich mir diese Träume und Ziele erfüllen.

Fehlt in so einem Arbeitsumfeld dann nicht die manchmal auch produktive Meinungsverschiedenheit?

Gubser: Ein Korrektiv hat man immer. Egal, ob Theater oder Film, es bleibt eine Teamarbeit. Mir geht es in erster Linie darum, in meinem Arbeitsumfeld eine gute Atmosphäre herzustellen. Anderen Menschen ist das überhaupt nicht wichtig, mir hingegen schon. Meine Arbeitszeit ist meine Lebenszeit, da möchte ich mich nicht mit Menschen herumschlagen, mit

denen die Chemie einfach nicht stimmt.

Apropos Chemie: Sie sind seit 20 Jahren mit derselben Frau verheiratet. Verraten Sie uns das Geheimnis einer guten Beziehung!

Gubser: Man sollte nie den gegenseitigen Respekt verlieren. Sobald man anfängt, sich zu beschimpfen, ist das der Anfang vom Ende. Streiten ist in Ordnung, aber mit Respekt und auf Augenhöhe. Und man sollte aufrichtig miteinander kommunizieren. Das heisst: auch ehrlich diejenigen Dinge ansprechen, die einem nicht passen. Klar, manche Menschen haben bei der Paarung etwas mehr Glück als andere. Aber ich finde, man kann auch sehr viel für sein eigenes Glück tun.

Auch bei Reto Flückiger scheint nach längerer Durststrecke wieder eine Frau ins Kommissarenleben zu treten – in den letzten Episoden simste er fleissig mit einer Unbekannten. Im neuen «Tatort» erfahren wir endlich ihren Namen. Wann bekommen wir die Unbekannte endlich zu Gesicht?

Gubser: Etwas Geduld muss man noch aufbringen. In der übernächsten Folge ist es dann so weit. (lacht)

Sind Sie froh darüber, dass Ihre Figur wieder mehr Profil gewinnt?

Gubser: Auf jeden Fall. Ich kann auch nur das spielen, was ich im Drehbuch finde. Ich glaube, dass gewisse menschlich-private Anteile in so einer Kommissarenfigur, die ja doch Reihencharakter hat, nötig sind, damit sich die Zuschauer mit ihr identifizieren können. Ich bin deshalb sehr froh, dass beim SRF gerade daran gearbeitet wird.

Sie scheinen mir jemand zu sein, der seinen Weg bis jetzt konsequent verfolgt hat. Welche Pläne haben Sie für die Zukunft?

Gubser: Ich würde mich sehr gerne mal drei Monate auf Wanderschaft begeben. Es gibt eine Route, die durch Neuseeland führt. Über 3000 Kilometer. Jeden Tag 25 Kilometer über drei, vier Monate. Das würde mir gefallen. In der Natur zu sein, fördert bei mir schaurig viel Kreativität, mir kommen da die besten Ideen. Auch das Produzieren reizt mich wieder. So lange ich «Tatort»-Kommissar bin, steht das nicht zur Diskussion. Und ich bin gerne «Tatort»-Kommissar. In diesem Format ist noch ganz vieles nicht ausgerechnet, da gibts noch vieles zu entdecken.

«Tatort: (Freitod)». Heute So, 18. September, 20.05, SRF 1.