

Die Fragen des Monats

Questions of the month



36 **Wo ist die schönste neue Ferieninsel?**
Which island is best for relaxation rituals?



46 **Warum gruseln wir uns gern?**
Why are we addicted to fear?

54 **Wer findet die leckersten Algen?**
How do you find the tastiest seaweed?

64 **Was ist in Bayern los?**
Who caught Bavaria on him?



Badegästen ein Graus, Feinschmeckern ein Schmaus: Wir gehen auf Seetang-Safari an der schottischen Küste und entdecken ganz unerwartete Geschmacksnoten

Wer findet die leckersten Algen?

Where does the tastiest seaweed grow?

Swimmers take fright, foodies delight: a seaweed safari on the Scottish coast reveals some surprising flavours

Rein in die Gummistiefel und auf zur Algenernte an der Küste vor Edinburgh
Jayson Byles ready for the seaweed hunt on the Edinburgh coast

Text: Dörte Nohrden
Fotos: Jenny Rose Anderson

I

Ist man mit Jayson Byles am Kingsbarns Beach an Schottlands Ostküste verabredet, trägt der sympathische Hüne nicht Neopren und Surfbrett, sondern Gummistiefel und Wathose. Denn wenn am Nordseestrand nahe Edinburgh Ebbe ist, geht der 49-Jährige dort mit Workshopgästen auf Schatzsuche. Mit Eimer und Schere in der Hand balanciert er konzentriert voraus in die unwegsame, felsige Gezeitenzone. Glitschige braune und grüne Gewächse legt das zurückweichende Meerwasser dort dann frei. Als Badegast würde man wohl eher einen Bogen um sie machen. Doch Jaysons Gesicht, umrahmt von Dreadlocks und Kinnbart, strahlt. „Prima Zutat für ein leckeres Essen, probiere mal“, ruft der gelernte Koch und streckt mir ein Stückchen hellgrünen, wabbeligen Meeressalat entgegen. Fein und gemüsig schmeckt dieser und nicht, wie befürchtet, nach fauligem Fisch.



Die Ebbe legt Blasentang (oben) und Co frei
At low tide the water recedes and the search begins



Jayson Byles erntet Lappentang, aus dem er Linguine macht
Brown dulse seaweed is the base for a linguine-style dish

EN – When Jayson Byles meets visitors on Kingsbarns beach on Scotland's East Coast, the friendly giant comes equipped with welly boots and waders instead of wetsuit and surfboard. Low tide on this North Sea beach near Edinburgh is when Jayson embarks on a treasure hunt with his workshop guests. With a bucket and scissors in hand, the 49 year old carefully picks his way through the rocky tidal zone ahead. The retreating seawater reveals slippery brown and green marine algae. Swimmers generally give it a wide berth but the sight of it makes Jayson beam between his dreadlocks and goatee. "Great basis for a delicious meal, try it," calls the trained chef as he holds out a piece of pale-green wobbly sea lettuce. Its flavour is delicate and vegetable-like, not the rotten-fish sensation I'd feared.



Jayson möchte Neugier auf dieses wilde Lebensmittel wecken
Jayson wants people to get to know this archaic wild food

► Noch überraschender die nächste Kostprobe, eine Pinselbüschelalge. Im Herbst erreicht sie ihre volle Länge und wirkt mit ihrem borstigen Aussehen zunächst eher unappetitlich. Umso verblüffender ist ihr Trüffelaroma.

„Das ist der Grund, warum ich es liebe, mein Wissen zu teilen. Die Teilnehmer sind erstaunt und ich möchte sie dazu ermächtigen, dieses wilde, archaische Lebensmittel kennenzulernen und zu nutzen“, schwärmt der Wahlschote und Gründer von East Neuk Seaweed, seiner Firma für Workshops über Küstenschutz und Algen.

Am Meer fühlt sich Jayson mit seiner Heimat verbunden. Er stammt aus Neuseeland. Seine Vorfahren waren Maori, die Ureinwohner dieses Inselstaates. In der Kindheit lehrten ihn seine Großeltern das Foraging, das Sammeln wilder Früchte oder Samen. „Später brachten mir dann Arbeitskollegen, Maori-Älteste, alles über das Meer bei“, erzählt Jayson, den die Liebe vor 20 Jahren nach Großbritannien verschlug.

Seine Kenntnisse hat er seither erweitert, war bis 2018 auch erfolgreich in der kommerziellen Algengenernte tätig und erklärt, dass rund um Schottland über tausend Großalgen gedeihen – allesamt essbar. 14 Arten jedoch seien besonders schmackhaft. Und mehr noch: Die roten, grünen und braunen Makroalgen stecken voller Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium, Zink und vor allem Jod. Sushi-Fans kennen Algen längst; auch als „Superfood“ sind sie bekannt und werden zu Nahrungsergänzungsmitteln verarbeitet.

Doch Großalgen frisch aus dem Ozean zu ernten, scheint in nördlichen Breiten eher ungewöhnlich. Dabei gehörte das Meeresgemüse über Jahrtausende in nord-europäischen Küstenregionen zu den wichtigsten Lebensmitteln, ob roh, gegart oder getrocknet.

► The next tasting sample is even more surprising: truffle weed, which reaches its full length in autumn. Its brush-like appearance looks unappetising – and makes its truffle-like flavour even more astonishing. „That’s the reason I love sharing my knowledge. Participants are amazed, and I want to empower them to get to know and use this wild, archaic food,” says the Scotland-based founder of East Neuk Seaweed, which runs workshops about coastal conservation and algae.

The coast is where Jayson feels most connected to his home country of New Zealand. His ancestors were Maori, the island nation’s indigenous people. As a child his grandparents taught him the art of foraging to gather wild fruits and seeds. „Later on my work colleagues, Maori elders, taught me all I know about the sea,” explains Jayson, who came to Britain for love 20 years ago.

He’s since expanded his knowledge and successfully worked in commercial seaweed harvesting until 2018. Jayson explains that more than a thousand seaweeds thrive around Scotland – all of them edible. Yet 14 species are especially tasty, he explains. These red, green and brown algae are also packed with protein, vitamins, and minerals such as potassium, calcium, zinc and especially iodine. Sushi fans have long been familiar with certain seaweeds, which are known as a superfood and used in nutritional supplements. Yet harvesting seaweed fresh from the sea is fairly unusual in northern climes nowadays. In fact, these marine plants were a key foodstuff in northern European coastal regions for millennia – eaten raw, cooked or dried.

”

Maori-Älteste brachten mir alles über das Meer bei
Maori elders taught me all I know about the sea





Sägetang (oben) und Utensilien für die Algenernte (unten)
Serrated wrack (above) and seaweed harvesting tools (below)

► „Mit dem Beginn der Landwirtschaft sind sie in Vergessenheit geraten, allein in Irland gab es eine längere Tradition“, weiß Jayson. Einst Armenspeise, avancierten Makroalgen in den letzten Jahren zunehmend zur Delikatesse; französische Gourmetköche gar suchen Jaysons Rat.

Unsere Seetang-Safari hält weitere Schätze bereit: rot-braunen Kraussterntang, feinen Flügeltang und grünbraune „Meeresspaghetti“, knackig frisch und mit nussigem Aroma. Auch einen breiten Strang des Lappentangs schneidet Jayson ein gutes Stück über ihrem Haftorgan ab. „Das ist sehr wichtig, damit die Algen nachwachsen können“, so der Experte. Tabu indes sind angeschwemmte Algen am Küstensaum, da man nicht wissen kann, wann sie vom Meeresboden abgetrennt wurden. Sie könnten verdorben sein.



Kenne deinen Tang: Welche Algen wie genutzt werden

Know your seaweed: the best uses for algae

In der Wanne

Die Braunalge *Fucus vesiculosus* mit ihren typischen Schwimmbläschen enthält Alginat, bestimmte Zucker mit kosmetischer Wirkung. Die Stränge eignen sich ideal als Badezusatz.

In the bath

Brown bladder wrack (*Fucus vesiculosus*) with its distinctive air bladders contains alginate compounds which have cosmetic uses. Its strands are an ideal addition to bathwater.

Für den Husten

Über Jahrhunderte stellten vor allem die Iren aus dem Gemeinen Knorpeltang *Chondrus crispus* in Verbindung mit Kraussterntang (*Mastocarpus stellatus*) Hustensaft her.

For coughs

For centuries, the Irish made cough syrup out of algae called Irish moss (*Chondrus crispus*) combined with the algae false Irish moss (*Mastocarpus stellatus*).

An der Bar

Die breite, geflügelte Braunalge *Saccharina latissima* wird zur Destillation von Algen-Gin verwendet, etwa auf der schottischen Isle of Harris.

At the bar

Wide, winged brown sugar kelp (*Saccharina latissima*) is used to make gin, including on Scotland's Isle of Harris.

► „With the dawn of agriculture they became forgotten. Ireland alone had a longer tradition,” explains Jayson. Once a poor man's food, seaweed has increasingly become a delicacy in recent years. French gourmet chefs even seek Jayson's advice. Our seaweed safari has other treasures in store such as reddish-brown false Irish moss, fine dabberlocks and green-brown "sea spaghetti", which is crisp and fresh with a nutty flavour. Jayson cuts off a wide strand of dulce seaweed just above its holdfast. "That's very important so the algae can regrow," says the expert. Meanwhile, any seaweed washed up on the coast is off-limits because it's impossible to know when it came away from the seabed. It might have gone off.

► Zurück am Strand zelebriert Jayson das Finale: die Zubereitung seiner delikaten Funde über offenem Feuer. Je nach Saison kocht er die Ausbeute etwa mit Zwiebeln, Pilzen oder anderem Gemüse; feiner Flügeltang eignet sich zum Umwickeln von Fisch oder anderer Zutaten. Der braune Lappentang, zu schmalen, langen Streifen gestutzt, wird im sprudelnden Wasser zu grüner, bissfester Pasta. Das Algenmenü ist eine erstaunliche kulinarische Erfahrung. Und der Ausflug ein unvergessliches wie lehrreiches Schottlanderlebnis.



Gemüse oder Muscheln passen prima zu Algengerichten
Vegetables or mussels go well with seaweed dishes



► Back on the beach, Jayson finishes with a flourish. He cooks his foraged finds over an open fire, pairing the marine delicacies with onions, mushrooms and other vegetables depending on the season. Fine dabberlocks seaweed is ideal for wrapping around fish and other ingredients. Brown dulse seaweed trimmed into long thin strips transforms into al dente green pasta once boiled. This algae-based menu is an incredible culinary experience. And the seaweed safari is an unforgettable and educational taste of Scotland.

EASTNEUKSEAWEEED.COM

→ Edinburgh



Frisch am Strand zubereitet schmecken Algen gleich noch besser
Prepared over an open fire seaweed becomes a delicious meal