

Ein dunkler Raum, nur von einem einzigen Oberlicht erhellt, umgeben von massiven Steinmauern aus dem 11. Jahrhundert – hier befindet sich das Herzstück des derzeit angesagtesten Restaurants Armeniens, des „Tsaghkunk Restaurant & Glkhatun“ im gleichnamigen 1000-Seelendorf in den Bergen im Norden des Landes: Zwei Bäckerinnen, Gohar Gareginyan und Anna Yesayan, bereiten im Minutentakt frisch gebackenes Lavash zu, das meterlange Fladenbrot, dessen Herstellung von der UNESCO zum immateriellen Kulturerbe erklärt wurde. Der Teig wird ausgerollt und kunstvoll durch die Luft gewirbelt, dann auf eine Art Kissen gespannt. Vor dem Backen segnet eine der beiden das Brot. Dann klatscht sie den Teig gegen die Wand des Ofens im Boden. Nach wenigen Sekunden zieht sie das heiße Fladenbrot mit einem Haken wieder heraus und legt es auf einen Stapel. Das „Tsaghkunk“ besinnt sich zurück auf Traditionen und interpretiert die armenische Küche neu – das zieht Gourmets aus der ganzen Welt an.



2

Armenien, kaum größer als Brandenburg und zwischen Georgien, Aserbaidschan, der Türkei und Iran gelegen, macht vor allem durch den schwelenden Bergkarabach-Konflikt Schlagzeilen. Vor Ort ist die politische Lage immer Thema und die Geschichte gegenwärtig, vor allem der Genozid an den Armeniern 1915. Bei einer Reise durch das Land begeistert Armenien aber vor allem mit seiner reichen (Ess-)Kultur. Beeindruckend auch die zahlreichen Klöster des ersten Landes der Welt, das im Jahr 301 das Christentum als Staatsreli-

gion annahm, darunter das abgelegene Tatev im Süden, das erhaben über einer Schlucht thront. Eindrucksvoll die schier endlose Weite von Tälern, wo sich links und rechts karge Felsformationen auftürmen. Und nicht zuletzt: die herzliche Gastfreundschaft der Armenier. Keine Wanderung ohne spontane Einladung zum Barbecue, kein Spaziergang durchs Dorf, ohne dass einem die Bewohner frisch gepflücktes Obst schenken. Auch unter Feinschmeckern gewinnt die lokale Foodszene international immer mehr an Bedeutung. Seit

letztem Jahr gibt es das erste aufwendig recherchierte deutschsprachige Kochbuch über die armenische Küche und Kultur, „Yerevan“. Das Werk der Autorinnen Anna Aridzjanjan und Marianna Deinyan ist der Hauptstadt des Landes gewidmet und versammelt die wichtigsten armenischen Rezepte.

Im „Tsaghkunk Restaurant & Glkhatun“ servieren Küchenchefin Arevik Martirosyan und ihr Team Köstlichkeiten wie knusprig gebratenen Chechil-Käse, fluffige Ponchik-Bällchen gefüllt mit Choratan – einer Art getrocknetem Joghurt, der wieder mit Wasser verdünnt wird – und Bergkräutern oder wilden armenischen Sauerampfer, eingewickelt in Fruchtleider mit Walnüssen. Martirosyan holt ein grünes Bündel aus der Küche: „Das ist Aveluk, das wächst hier überall.“ Und fügt hinzu: „Wenn ich ein armenisches Rezept neu interpretiere, verwende ich immer armenische Produkte, damit es für die Gäste nachvollziehbar bleibt.“ Was einst eine sowjetische Bauernkantine war, erstrahlt heute als moderner Gastraum mit minimalistischen

BILDER:

- 1 Das „Tsaghkunk Restaurant & Glkhatun“ gilt als angesagtestes Restaurant des Landes
- 2 Traditionelle Lavash-Zubereitung mit Ofen im Boden
- 3 Fruchtbar: Das Land besticht durch Artenreichtum
- 4 Ponchiki-Bällchen gefüllt mit Choratan, einer Art getrocknetem Joghurt
- 5 „Gagarin Project“: Anbau von Biogetreide und Hülsenfrüchten
- 6 Einst Bauernkantine, heute Gastraum des „Tsaghkunk Restaurant & Glkhatun“



4



5

Holztischen und bodentiefen Fenstern, die den Blick auf das Bergpanorama freigeben. Durch die Straßen des Dorfes knattert ein alter Lada, nebenan grasen Kühe. Martirosyans Ehemann, Grigor Grigoryan, beliefert das Restaurant mit frischem Obst und Gemüse, vor allem aber mit Getreide und Hülsenfrüchten aus biologischem Anbau. „Wir sind hier auf einer Höhe von etwa 2000 Metern, wie ein Drittel Armeniens. Landwirtschaft hier ist nicht einfach, auch wegen des Wassermangels, aber lokale Produkte sind ein weltweiter Trend, da wollen wir mitziehen.“ Er ist Teil des „Gagarin Project“, das die Region nördlich des Sewanesees durch den Anbau von Bioprodukten wiederbeleben will. Die Felder lagen 30, 40 Jahre brach. Inzwischen bewirtschaften wir um die 200 Hektar und wollen zeigen, dass es möglich ist.“

Der größte Markt Jerewans ist der „GUM Market“. Führerin Nane Khachatryan erklärt: „Der GUM Market ist das zentrale Handelszentrum hier, nicht nur eine Attraktion für Besucher.“ Schon bald werden wir eingeladen, eine getrocknete Kaki zu probieren, an einem anderen Stand sollen wir mit einem Gläschen selbst gebranntem Wodka anstoßen. Schließlich betreten wir eine riesige Halle, in der es Lavash in allen Variationen gibt, von Weizenmehl bis Vollkorn. Wir halten an einem farnefrohen Gemüsestand voll frischer Kräuter wie Estragon und Koriander. „Das sind die Grundpfeiler der armenischen Küche“, erklärt Khachatryan und hält ein Büschel lila Basilikum



6

in die Luft. Keine Mahlzeit in Armenien, bei der nicht ein Teller mit Kräutern auf dem Tisch steht. Ein Verkäufer weist stolz auf eine Kiste prall gefüllter Aprikosen – die ersten des Jahres. Armenien ist berühmt für seine goldgelben Früchte, die in den höheren Lagen des Landes einen besonders intensiven Geschmack entwickeln. „Immer wenn man eine Frucht zum ersten Mal im Jahr probiert, darf man sich etwas wünschen“, weiht uns Khachatryan in den armenischen Brauch ein.

Nachmittags in der Saryan-Straße, auch „Weinstraße“ genannt. Menschen sitzen in der Sonne vor „In Vino“, der ersten Weinbar der Stadt, die seit ihrer Eröffnung 2012 die Szene entscheidend verändert hat. Mariam Saghatelyan, Mitinhaberin der Bar, schenkt ein Glas „6100“ aus dem eigenen Weingut „Trinity Canyon Vineyards“ ein, das als erstes in Armenien biozertifiziert wurde. „Der Name erinnert daran, dass in dieser Region nachweislich seit über 6000 Jahren Weinbau betrieben wird.“ 2011 wurden in der Höhle „Areni-1“ im Süden des Landes die Überreste des ersten Weinkellers der Welt gefunden. Mehr als 400 ver-



3



1

Text+ Fotos
JESSICA JUNGBAUER

Wo die Fladenbrote kunstvoll fliegen

Traditionsbewusst in die Zukunft: In Armenien begeistert eine neue Generation von Köchen, Bauern und Gastronomen die internationale Foodszene



7



8

BILDER:

7
Das „Arm Food Lab“ erforscht armenische Esskultur

8
Der „GUM Market“ ist der größte Markt Jerewans

9
Kandierte Walnüsse im „Arm Food Lab“, oft Bestandteil von Desserts

10
Mariam Saghatel-yan vor „In Vino“, der ersten Weinbar Jerewans, auf der Saryan-Straße, auch „Weinstraße“ genannt

11
Die „Mikayelyan Family Farm“ ist eine der wenigen handwerklichen Käseereien hier

schiedene einheimische Rebsorten soll es hier geben. Traditionell wurde der Wein in Armenien in Amphoren hergestellt, die hier Karas heißen. Doch all das sei zu Sowjetzeiten verloren gegangen, erzählt Saghatel-yan. „Wir galten als das Land des Brandys, aber der war ziemlich teuer, also tranken die Leute vor allem Wodka.“

Bei der Eröffnung von „In Vino“ seien die Menschen noch erstaunt gewesen, dass es hier nur Wein gibt. Nun wird der traditionelle Orange Wine auch international immer beliebter. Sie ist in Jerewan geboren, aber in den USA aufgewachsen. „Es ist schwer, hier zu leben. Während des Krieges 2020 haben wir eine ganze Generation junger Männer verloren“, sagt sie. „Jedes Mal, wenn ich eine Flasche Wein von 2020 sehe, erinnere ich mich daran, wie die Männer an der Grenze kämpften und die Frauen die Weinlese gemacht haben ...“ Heute sind die Cafés und Restaurants der Stadt voll. Und das zu jeder Tageszeit, egal an welchem Wochentag. „In Vino“ hat gerade einen weiteren Laden eröffnet. „Wir versuchen, im Augenblick zu leben. Denn wir wissen wirklich nicht, was morgen sein wird.“

Mit dem Auto verlassen wir die Stadt, immer den majestätischen



9



10



11

Ararat im Blick, den heiligen Berg, das Nationalsymbol Armeniens. Das „neue“ kulinarische Armenien findet sich weniger in der Hauptstadt, mehr im Rest des Landes. An den Straßen reihen sich Verkaufsstände voller Aprikosen, Schafe und Kühe ziehen gemächlich vorbei. Ziel ist das Städtchen Dilidschan im gleichnamigen Nationalpark. Es gilt als die aufstrebende Food-Destination Armeniens.

Wer das „Tava“ betritt, taucht ein in die bunte Welt der Köchin Varda Avetisyan, die Einrichtung besteht aus Secondhandmöbeln. Eine Holzterrasse gibt den Blick frei auf die umliegenden Wälder. „Dilidschan ist der vielfältigste Ort Armeniens“, erzählt sie und meint damit die Studenten der Universität, Künstler und Kreative, die dem Trubel Jerewans entflohen sind, um hier ein naturverbundenes Leben zu führen. Sie selbst lebte mehrere Jahre in den USA, bevor es sie wieder nach Armenien zog. „Es geht hier um das Spiel mit Altem und Neuem“, erklärt Avetisyan das Konzept. Alle Gerichte werden in gusseisernen Pfannen über Holzfeuer zubereitet. „Ich möchte diese Kultur wiederbeleben und den Menschen zeigen, dass es im Norden Armeni-

ens schon immer einen Backsteinofen gab, in dem gekocht wurde.“ Für sie selbst als Armenierin sei das eine Überraschung gewesen. „Die neue armenische Küche bedeutet für mich, armenische Zutaten neu zu kombinieren.“ Zum Beispiel Pilze, für die Dilidschan bekannt ist, mit Khashil, geröstetem Weizenschrot, oder Lamm mit Estragonpesto und getrockneten Aprikosen. Der Nachtisch wird in einer Hütte im Garten zubereitet. Gata, ein klassischer armenischer Kuchen, der mit Streuseln aus Butter und Zucker gefüllt ist, ist meist



12

kunstvoll verziert und wird vor allem um das Kloster Geghard am Straßenrand verkauft. Bei „Tava“ faltet die Bäckerin nun den Teig wie üblich und drückt vorsichtig die Füllung hinein. „Aber wir backen sie ohne Deckel, damit sie schön knusprig werden“, sagt Avetisyan. Nach nur wenigen Minuten im Steinofen kommen die frisch gebackenen Gata noch warm auf den Tisch, in so ungewöhnlichen Geschmacksrichtungen wie Blaubeere und Zitrone oder Käse und Estragon.

Am Straßenrand parken immer wieder alte Ladas, während Menschen in den Wiesen eifrig Kräuter pflücken. Armenien gilt als eines der biologisch vielfältigsten Länder der Erde. Von den weltweit vier wilden Weizensorten gedeihen allein drei in Armenien. Niemand weiß das besser als Ani Haroutiunian, die 2019 in Dilidschan das „Arm Food Lab“ ins Leben gerufen hat – ein Studio, das sich den heimischen Kräutern und Getreidesorten widmet. „Ich bin stu-

dierte Kunsthistorikerin, deshalb ist Forschung für mich sehr wichtig“, sagt sie und zeigt auf den Tisch vor sich, der mit frisch zubereiteten Speisen gedeckt ist. „Das ist passierter Matsoni, eine Art armenischer Joghurt, mit gebackener Aubergine. Und hier haben wir Chechil-Käse, der ähnlich wie Mozzarella hergestellt wird, aber in langen Streifen.“ Dazwischen liegen kandierte Walnüsse, die oft zu Süßspeisen gereicht werden. Haroutiunian will herausfinden, wie die Armenier früher gegessen haben, nach welchen Rezepten und mit welchen Zutaten. Doch: „Ich frage mich auch, was wir essen werden, wenn wir beispielsweise von der Welt isoliert sind?“

Im Jahr 2021 eröffnete sie die Bäckerei „Ooteli“, mit der sie dazu beitrug, den Sauerteigbrotrend im Land zu verbreiten. Auch für ihr Brot verwendet sie ausschließlich lokale Biogetreidesorten wie Emmer oder Roggen, die ebenfalls aus dem „Gagarin Project“ bei Tsaghkunt stammen. Ihre neueste Idee: eine Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern in Gjumri, um die Bakterien und die Hefevielfalt in Sauerteigstartern in ganz Armenien zu erforschen.

Kleine Käsebällchen, umhüllt von rotem Chili und lilafarbenem Basilikum, reihen sich in den Regalen neben Käselaibe in den unterschiedlichsten Größen und Formen. Betritt man den Vorräum des Käse-Humidors der „Mikayelyan Family Farm“, empfängt einen sofort ein betörender Duft. Sie ist nicht nur eine der ersten, sondern auch eine der wenigen handwerklichen Käseereien in einem Land, in dem es oft nur zwei, meist industriell gefertigte Käsesorten auf den Tisch schaffen: Lori oder Chanakh. Doch hier, in dem Dorf Artsvakar unweit des Sewanesees, experimentieren die Käserin Marina Shaqaryan-Mikayelyan und ihr Mann Arman mit neuen Käsevarianten aus Kuhmilch. „Wir reiben den Käse täglich mit Brandy ein“, erklärt Shaqaryan-Mikayelyan, während sie die edlen Tropfen aus der renommierten Ararat-Brandy-Kellerei auf die Käselaibe träufelt und sie mit geübten Handgriffen behutsam einarbeitet. Danach holt sie einen weiteren Käse hervor,



13



14

über den sie vorsichtig dickflüssigen Granatapfelsirup kippt. Manche der Käsesorten reifen drei bis zu fünf Jahren lang. Bei der Verkostung im Garten liegen gleich zehn verschiedene Sorten nebeneinander, von einer Variante mit frischer Minze bis hin zu einem Käse, der in Areni-Rotwein eingelegt war.

Nach der Käseverkostung im Garten wirft Mikayelyan noch einen Blick auf ihre Blumen, ein paar Hühner laufen über den Hof. Die Familie hatte genug von dem hektischen Treiben in der Hauptstadt und sehnte sich nach einem ruhigen Leben auf dem Land. Wie man Käse macht, haben sie sich hauptsächlich aus Büchern selbst beigebracht. Heute strömen Feinschmecker aus dem In- und Ausland zu ihnen. Ihr Käse ist nicht für den Export bestimmt. Er wird nur in ausgewählten Läden in Jerewan und hier im Hoffladen verkauft. „Wir wollen bewusst klein bleiben, keine große Fabrik werden und Investoren haben, sondern unsere Freiheit behalten, das tun zu können, was wir wollen“, erklärt Arman Mikayelyan. Wer ihren experimentellen Käse kosten möchte, muss sich also auf den Weg machen – hinaus aufs Land in Armenien. ♦

BILDER:

12
Hier wird mit neuen Käsevarianten experimentiert

13
Pilze aus Dilidschan mit Khashil, geröstetem Weizenschrot: die neue armenische Küche im „Tava“

14
Das „Tava“ der Köchin Varda Avetisyan gehört zu den besten Restaurants Dilidschans