

Schlank durchs Leben

Nick Beglinger setzt sich für eine ökologische, schlanke Wirtschaft ein, und die Schweiz soll dabei Vorreiter sein. So wie er selbst, wenn er marinierten Tofu mit der «Saisonküche» isst.

Wir sind nachhaltig und liberal. Wir stehen weder links noch rechts. Wir sind direkt, und wir haben nur wenige Regeln, dafür die richtigen», sagt Nick Beglinger (41), Präsident des Wirtschaftsverbandes Swisscleantech. Klingt gut. Nur, wer ist Nick Beglinger?

Wer sich seriös mit Nachhaltigkeit befasst, weiss, wer er ist. Und wenn es um Cleantech, also um nachhaltiges Wirtschaften (weniger Emissionen und weniger Ressourcenverbrauch) geht, steht Nick Beglinger im Zentrum der schnell wachsenden Schweizer Szene. Er,

der Präsident des vor knapp zwei Jahren ins Leben gerufenen Wirtschaftsverbandes Swisscleantech ist zugleich Geschäftsführer der Zürcher Stiftung für Globale Nachhaltigkeit FFGS. Ein Leben für eine nachhaltige Zukunft? Es scheint so. «Ich hatte schon immer einen starken Bezug zur Natur», sagt Nick Beglinger. Klare Positionen, die er auch beim Essen bezieht: «Lokal oder regional und Bio sind bei mir wichtige Faktoren, was und wo ich einkaufe oder welches Restaurant ich aufsuche. Ich esse wenig Fleisch, und wenn, dann aus artgerechter Haltung».

Kochen mit der «Saisonküche»

Nick Beglinger und «Saisonküche-Köchin»-Andrea Pistorius beim Oraklen über die Leichtigkeit vegetarischer Gerichte. Fazit des Gesprächs: Mariniertes Tofu, roh gegessen, ist eine gesunde Knabberlei.





Nachgefragt bei Nick Beglinger

- **Was haben Sie immer auf Vorrat?**
Milch, Honig, Bio-Haferflocken und Züri-Tirggel, mein Lieblingsgebäck.
- **Wie oft kochen Sie pro Woche?**
Einmal in der Woche. Und nur für Gäste. Alleine begnüge ich mich mit meinen Bio-Haferflocken vor dem TV.
- **Kochen ist für Sie ...**
... Abwechslung und Kreativität.
- **Was würden Sie nie im Leben essen?**
Innereien. Fleisch esse ich nur wenig.
- **Mit wem würden Sie gern mal essen gehen?**
Mit dem UN-Generalsekretär Ban Ki-moon.



UMWELT: In Zürich ist das Velo für Nick Beglinger unentbehrlich. Auch beim Einkauf.

WANDEL: Vegetarisch essen liegt im Trend. Tofu sowieso.

CLEANTECH: Smart, sportlich und engagiert: Mr. Swissteleantech Nick Beglinger.

WERKPLATZ: In der Küche ist die Schiefertafel unentbehrlich. Nick Beglinger verwendet sie täglich: Als Einkaufszettel, Pendenzenliste, Ideensammler und mehr.



➔ Sowieso. Genuss ist nicht an Fleisch gebunden, was «Saisunküche»-Köchin Andrea Pistorius mit ihrem Salat von Linsen und Tofu beweist. «Schmeckt gut», wird das Fazit von Nick Beglinger sein. Doch zuerst schneidet er den Tofu in Dreiecke und erzählt: «Die Schweiz ist Weltmeister in Bio-Ernährung. Dazu trägt auch die Migros bei. Und wenn wir erreichen, dass die Chinesen oder Amerikaner bei der Schweiz nicht nur an Schokolade, sondern auch an Cleantech denken, dann sind wir am Ziel.»

«Das die Richtung stimmt, beweisen die 170 Firmen, die bei Swisscleantech Mitglied sind, also zur Nachhaltigkeit stehen», sagt Beglinger und probiert den marinierten Tofu.

«Unser Land hat ein gewaltiges Potenzial als Cleantech-Vorreiter. Wir sind wettbewerbsfähig, innovativ und führend in diversen Cleantech-Bereichen», sagt er. «Das zeigt sich besonders gut beim nachhaltigen Bauen - mit über 20'000 Zertifizierungen haben wir mit Minergie nicht nur die höchsten Baustandards im internationalen Vergleich, sondern auch die grösste Verbreitung.»

Gestern in Masdar, heute in der Schweiz

«Für Freunde lege ich mich am Herd gerne ins Zeug, wie ich mich beruflich täglich für eine attraktive Schweiz einsetze», sagt er. «Appropos Nachhaltigkeit. Schön wäre es, wenn die Migros Mitglied bei Swisscleantech werden würde. Denn die Migros steht intensiv für Nachhaltigkeit ein.»

Vorerst findet der Endspurt in der Küche statt. Mit nachhaltiger Beschallung: «Es war ein tolles Erlebnis, drei Jahre als Strategieberater der Regierung Abu Dhabs für die Ökostadt Masdar tätig zu sein.» Einst war Masdar eine Utopie, heute ist die Stadt angehende Realität.

«Wir sind langsam auf dem richtigen Weg», sagt er und setzt sich mit dem Salat von Tofu und Linsen der «Saisunküche» auseinander. Auch eine gute Idee.

Text Martin Jenni

Bilder Daniel Aeschlimann

www.swisscleantech.ch; www.ffgs.org

Salat mit Linsen und Tofu

Hauptgericht für 4 Personen

Zubereitung etwa

30 Minuten + 1 Stunde

marinieren. Pro Person

ca. 27 g Eiweiss

29 g Fett

34 g Kohlenhydrate

2100 kJ/510 kcal



ZUTATEN

- 1 Zitrone
- 5 EL Olivenöl
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 TL Curry Madras
- Salz, Pfeffer
- 500 g Tofu
- 2 dl Gemüsebouillon
- 160 g rote Linsen
- 150 g Rotkohl
- 2 Äpfel
- Olivenöl zum Braten
- 125 g Nüsslisalat

ZUBEREITUNG

1 Zitrone auspressen. Saft und Öl verrühren. Knoblauch dazupressen. Mit Curry, Salz und Pfeffer abschmecken. Tofu in Scheiben schneiden, quer halbieren, so dass Dreiecke entstehen. Tofu in der Marinade 1 Stunde ziehen lassen.

2 Bouillon aufkochen, Linsen dazugeben und während 10 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Pfanne vom Herd ziehen. Linsen einige Minuten ziehen lassen. Rotkohl in feine Streifen, Äpfel in feine Scheiben hobeln. Tofu aus der Marinade heben und abtropfen lassen. In Öl rundum goldbraun braten. Inzwischen die Apfelscheiben in die Marinade legen.

3 Tofu, Linsen, Apfelscheiben, Kohl und Salat auf Tellern anrichten und mit der restlichen Marinade begiessen.

Tipp

Dazu passt Brot.

Speziell

Nick Beglinger kauft die verwendeten Zutaten wenn möglich in Bio-Qualität oder aus der Region.



Jetzt an Ihrem Kiosk für Fr. 4.90 oder unter www.saison.ch im Jahresabonnement, 12 Ausgaben für nur Fr. 39.-