

Carl Gerber Verlag

# Kulinarische Weltreise

Erzählt von Armin Schikora



Rezepte von Fernsehkoch Max Inzinger,  
überarbeitet von Küchenmeister Jochen Grill



# Kulinarische Weltreisen

Erzählt von Armin Schikora

Rezepte von Fernsehkoch Max Inzinger,  
überarbeitet von Küchenmeister  
Jochen Grill

## Zwei dicke Freunde



Max Inzinger und Armin Schikora 1971 bei der Buchvorstellung: "Inzingers Anti Dracula Steaks, Hexensalat und Frutta d Amore"

# Eine kulinarische Zeitreise – mit Max Inzinger & Armin Schikora

**M**ax Inzinger war einer der bekanntesten Köche seiner Zeit ein kulinarischer Weltenbummler, der es verstand, nicht nur den Gaumen, sondern auch die Fantasie zu beflügeln.

Seine Abenteuer führten ihn von Ruhpolding nach Finnland, von Botschafterdinnern bis auf die Märkte Dalmatiens – und seine Geschichten machten ihn zu einer Legende.

Beide sind heute nicht mehr unter uns, doch ihre Leidenschaft, ihr Humor und ihre Liebe zur Küche wirken weiter.

Dieses Buch ist eine Einladung, sich mit ihnen noch einmal an den Tisch zu setzen – bei einem Glas Wein, inmitten von plaudernden Stimmen, Lachen, Anekdoten und Rezepten, die Seele und Gaumen berühren.

Dieses Werk ist weit mehr als ein Kochbuch. Es ist eine sinnliche Reise durch Länder und Küchen, voller Humor, Lebenslust und unvergesslicher Begegnungen.

Bereits 1971 erschien es erstmals unter dem Titel „Inzingers Anti-Dracula-Steak, Hexensalat und Frutta d'Amore“, 1984 folgte die Neuauflage „Die Blutwurst oder Wie man als Koch unter die Unsterblichen kommt“.

Nun kehrt es in modernem Gewand zurück – als Hommage an Max Inzinger und Armin Chikora als Einladung, den Charme seiner Reisen und Rezepte neu zu entdecken.

Für diese besondere Edition konnte der Carl Gerber Verlag eine herausragende Persönlichkeit gewinnen: Jochen Grill, der Max Inzinger auf vielen seiner Kochevents begleitete, der jahrzehntelang als Gastgeber und kulinarischer Botschafter die „Windbeutelgräfin“ führte und zu einem der bekanntesten Genussziele im Chiemgau machte.

Mit seiner Erfahrung als Küchenmeister wurden die Originalrezepte von Max Inzinger behutsam überarbeitet – ohne den Zauber der Vergangenheit zu verlieren.

Ein wertvoller Beitrag war zudem das Mitwirken von Norbert Bock, Inhaber der Agentur Werbung & Druck in Traunstein, der das Lektorat übernahm und seine Erfahrung bei der Gestaltung einbrachte.

Darüber hinaus flossen bislang unveröffentlichte Aufzeichnungen ein – Dokumente, die Daniel Schikora, Sohn von Armin Schikora, in Salzburg wiederentdeckte und die von Armins Witwe Mara zur Verfügung gestellt wurden.

Gemeinsam mit den persönlichen Erinnerungen und Anekdoten von Jochen Grill bereichern diese Ergänzungen die Texte. Sie eröffnen neue Blickwinkel und lassen den Leser teilhaben, als säße er selbst mit am Tisch – bei einem Glas Wein, mitten in Gesprächen und kulinarischen Entdeckungen.

Das Ergebnis ist ein Buch, das gleichermaßen Nostalgie und Frische atmet:

Rezepte, die Tradition und Zeitgeist verbinden. Geschichten, die zum Schmunzeln, Staunen und Träumen einladen. Bilder, die den Duft und die Farben der Länder spürbar machen.

Wir erzählen diese Geschichten so, als säßen Max Inzinger und Armin Schikora noch immer in der Küche – mit einem Glas Wein in der Hand, aus der Vergangenheit plaudernd, lachend, diskutierend.

Ihre Kochkunst und ihre Begeisterung für das Leben leben in diesen Seiten weiter.

Wer Max Inzinger erlebt hat, weiß, dass es bei ihm nie nur ums Essen ging – es ging um Lebensfreude, Begegnungen und das große Abenteuer der Küche.

Und genau so wollen wir ihn und Armin Schikora in Erinnerung behalten: als Männer, die die Kulinarik zu einem Erlebnis machten und uns lehrten, dass gute Küche immer auch eine gute Geschichte erzählt.

© Urheber Copyright 2025

Begründet durch Autor: Armin Schikora – Text und Idee

Überarbeitet in 2025

Text- und Kochrezepte: Jochen Grill Küchenmeister

Lektorat: Norbert Bock - Agentur Werbung & Druck in Traunstein

Layout und Gestaltung: Carl Gerber Verlag GmbH

Bildmaterial: iStock, xxxxx

1. Auflage 2025

Alle Rechte vorbehalten.

### **Herausgeber – Distributed 2025**

Carl Gerber Verlag GmbH,

Lilienthalstraße 19

85296 Rohrbach

Umschlaggestaltung: Carl Gerber Verlag GmbH

ISBN: 978-3-87249-xxx-x

Artikelnr.: xxxxxx

### **Hinweis zum Urheberrecht**

Dieses Werk ist in all seinen Teilen urheberrechtlich geschützt.

Jede Nutzung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne vorherige schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig.

Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen jeglicher Art, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen oder die öffentliche Zugänglichmachung der Inhalte.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie.

Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar unter: <http://dnb.dnb.de>

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	x	<b>Kapitel 7</b>	
<b>Kapitel 1</b>		<i>Italien:</i> .....	xx
<i>Finnland:</i> .....	x	• „Saltimbocca“	
• Chateaubriand „Diplomaten Art“		• Kalbsleber nach „Veroneser Art“	
• Crêpes „Suzette“		• Seeviecherl „Quatro Corsari“	
• Kalbsrückensteak „Ambassador“		<b>Kapitel 8</b>	
<b>Kapitel 2</b>		<i>Österreich:</i> .....	xx
<i>Die finnische Küche:</i> .....	xx	• Topfen - Palatschinken mit Marillenmarmelade	
• „Kalaukko“		• Wachauer Marillenknoedel	
• Flusskrebse im Dillsud.		• Zwetschgenknoedel mit Zimtsahne	
• <b>Wirsingroulade mit Dorschfilet</b>		• „Hollerkücherl“ mit Gänseblüm- chen	
<b>Kapitel 3</b>		<b>Kapitel 9</b>	
<i>Russland:</i> .....	xx	<i>Ungarn:</i> .....	xx
• Bigosch		• „Székely Gulyás“	
• Boeuf „Stroganoff“		• Rumpsteak „Knofi“	
• Kaukasische Bauernsuppe		• „Geknofelte“ Rahmsuppe mit Brennesselkuchen	
<b>Kapitel 4</b>		<b>Kapitel 10</b>	
<i>Frankreich – das Elsaß:</i> .....	xx	<i>Tschechoslowakei:</i> .....	xxx
• Elsässer „Matelote“		• Ochsenbackerl in Bier – Kümmelsauce,	
• Huhn „Marengo“		• Gebratene Gänsebrust mit Kartoffelgemüse	
• <b>Gefüllte Hendlbrust „Elsässer Art“ mit Graupenrisotto.</b>		• Kotelett vom Borstenvieh mit Bierzwiebeln	
<b>Kapitel 5</b>		<b>Kapitel 11</b>	
<i>Kochkunst für Herz &amp; Sinne:</i> .....	xx	<i>Bulgarien:</i> .....	xxx
• Languste mit Liebesperlen		• „Raznjici“	
• Fabiennes Cocktail		• „Lukanka“	
• Nusskuchen „Concubare“		• Geschmorte Lammhaxen	
<b>Kapitel 6</b>			
<i>Spanien:</i> .....	xx		
• Fischeintopf „Mateo“			
• „Gazpacho“			
• Lachstatar mit Fenchel			

## Kapitel 12

**Türkei:** .....xxx

- CPilaw mit Lammfleisch
- Türkische Lammhacksteaks
- Wirsingsalat

## Kapitel 13

**Griechenland:** .....xxx

- Hase „Daniel“
- Dolmades „Dimitros“
- „Psari sti skala“ Fisch am Spieß

## Kapitel 14

**England:** .....xxx

- Fish and Chips“
- „Welsh Rarebit“
- Erdbeeren mit Waldmeister

## Kapitel 15

**Grusselgeschichten:** .....xxx

- Knoblauch – Gugelhupf mit Sauerampfersauce
- Sauerampfersauce
- Blutwurst – Bratäpfel
- Anti „Dracula – Steak“

## Kapitel 16

**Kannada:** .....xxx

- „Hirschkeule „Banff Style“ mit Kornelkirschen
- Kornelkirschen
- Gingerbread Pancake
- Lebkuchenhalbgefrorenes nach Art der „Himmelsbräute“

## Kapitel 17

**Mexico:** .....xxx

- Hähnchenbrust in Chili – Schoko – Sauce
- „Ceviche“ vom Kabeljau.
- Red Snapper in Koriander – Basilikumsauce mit Paprikanocken

## Kapitel 18

**Sportküche:** .....xxx

- Tournedos mit Kartoffel – Birnen – Rösti
- Seezunge „Müllerin“ mit Blüten-salat
- „Pflanzerl“ vom Hendl mit Honigsauerkraut

## Kapitel 19

**Hallertau - Bayern:** .....xxx

- „Zwiebelsalat
- Salat „ Baron von Vaerst“
- Kräutersalat „scheenes Lieserl“
- Zweierlei „Obazda“
- Gekräuterte Hopfenkrapfen
- Hopfensprossen mit Nüssen

## Kapitel 20

**Weihnachten in Bayern:** .....xxx

- Spitzbuben.
- Kokosbussler
- Haselnussplutzerl
- Kaiserschmarrn mit Rhabarberkompott
- Rhabarberkompott

# Mein Land, meine Stadt der Träume

*Finnland – Helsinki*



Die beiden jungen Herren in den dunkelgrauen Maßanzügen schüttelten höflich ihre diplomatisch gescheitelten Köpfe: „Wir sind eine Handelsvertretung und kein Arbeitsamt. Und wenn wir jeden Deutschen aufnehmen wollten, der bei uns nach Arbeit fragt, dann hätten wir längst ein Asyl zusammen! Wenn Sie hier nicht zurechtkommen, dann fahren Sie halt wieder heim. Das Fahrgeld strecken wir Ihnen vor. Das ist aber auch das einzige, was wir für Sie tun können...“

Es war der Augenblick, in dem alle Träume meiner Jugend zu einem faden Nichts zerflossen; in Helsinki, am 17. August 1963 der längste Moment eines siebzehnjährigen Lebens. Mit den nächsten vier Worten begann meine Karriere. Ich ließ es mutlos gekränkt und doch resigniert heraus, nur eben, um alles gesagt zu haben: Ich sagte

*„Ich bin aber Koch!“*

Die beiden Herren ließen jäh das diplomatische Lächeln fallen und blickten menschlich interessiert. Am gleichen Abend servierte Generalkonsul Dr. Heinrich Böx, der später Botschafter der Bundesrepublik in Warschau war, seinen Gästen Leberwursthappen und Kaviar („à la *Walewska*“); „*bardinieres*“, also im Speckmantel geschmortes Mastochsenfilet, Bohnen, Pfifferlinge, Champignons, Kartoffelbällchen mit Mandeln („à la *Berry*“) nebst „Diplomatencrème, einer hastigen, aber erfolgreichen Erfindung von mir. Jedenfalls kam der Generalkonsul nach dem Essen in die Küche und sagte: „Sie können weitermachen. Suchen Sie sich aus meinem Privatweinkeller ein paar gute Flaschen aus...“ Seit diesem Tag setze ich auf Außenpolitik – imit dem Kartoffel!

Erlauben Sie mir, dass ich mich Ihnen vorzustellen: Max Inzinger, Jahrgang 1945.

Wer in lukullischen Kategorien denkt, kennt dieses als vorzügliches Weinjahr – nichts weiter. Ich komme aus einer Familie, die sich seit drei Generationen der Gastronomie verschrieben hat – in München, Salzburg und in Ruhpolding, meinem Geburtsort, in den ich nach siebenjähriger gastronomischer Irrfahrt nun zurückgekehrt bin.

Von diesem Hause bin ich als kaum vierzehnjähriger Dreikäsehoch ausgezogen, das Kochen zu lernen – nach Bad Kohlgrub zu Hans Jochims, dem einstigen Küchenchef des Uhlenhorster Fährhauses in Hamburg, als es noch seine glanzvolle Rolle für die Hamburger Gesellschaft spielte. Er leitet heute das Kurhaus Ludwigsbad in Murnau. Drei Jahre lang hat er mir alles, was zu Küche und Keller gehört, so nachhaltig beigebracht, dass ich danach die Münchner Hotelfachschule kostenlos besuchen durfte, als Stipendiat. Zu dieser Zeit war ich „satt“ des kochens.

Wenn man den ganzen Tag umgeben ist von Pfannen, Gewürzen und keineswegs immer angenehmen Düften, satt von Menschen ... Tatsächlich leiden viele meiner Berufskollegen unter ihrer Anonymität, keinen Kontakt zu denjenigen zu haben, für die sie ihre Kunst ausüben, kaum einmal Beifall oder Kritik hören. Kurz und gut, ich wollte nicht mehr so weitermachen, sondern etwas Neues kennenlernen. Der Wind wehte mich nach Finnland, ein Land das mir am ehesten nach Abenteuer zu riechen schien nicht ganz ganz weit weg war. Für einen Bayern, wissen Sie...

Das große Abenteuer bestand zunächst darin, dass ich zunächst drei Monate in einem Vorort von Helsinki Unkraut jätete, Tomaten polierte und Kraut hackte – als Hilfsarbeiter in einer Gärtnerei. Jeden Tag musste ich die Zähne ein bisschen fester zusammenbeißen um durchzuhalten: bloß noch umgeben von Gemüse, Gemüse. Abends studierte ich mit meinen langsam zunehmenden Kenntnissen der Landessprache die Stellenanzeigen in der Zeitung, am Wochenende fuhr ich heimlich auf

Arbeitssuche: nichts! Eines Tages entdeckte ich im redaktionellen Teil der Zeitung eine Notiz, der „Club der Deutschen“ würde sich immer sonntags um 13 Uhr am Tisch 13 des Palace Hotel treffen. Am Sonntag darauf war ich dort.

Wieder eine Enttäuschung! Der „Club“ bestand aus fünf gepflegten pickfeinen Herren zwischen fünfzig und sechzig, meist norddeutscher Abstammung, die in Finnland irgendwelche größeren Geschäfte betrieben und sich maßvoll über mein altbayerisches Idiom amüsierten. Sie waren sehr verständnisvoll, konnten aber auch nichts tun... bis einem einfiel: In der deutschen Handelsvertretung, die in Finnland die Botschaft ersetzt, sei doch der Küchenchef gegangen! Ich trollte mich. Koch? Nein! Und polierte wieder Tomaten, bis ich völlig mit den Nerven herunter war. Am 17. August betrat ich die Handelsvertretung der Bundesrepublik Deutschland in Helsinki, Fredrikinkatu 61. Den Rest der Geschichte kennen Sie.

Dabei fängt es jetzt eigentlich erst an. Nach zwei oder drei Menüs wie jenem ersten, das halt einfach aus „gewöhnlicher“, internationaler Hotelküche bestand, ließ mich der Generalkonsul rufen und sagte: „Max, ich erwarte heute abend wichtige Gäste zum Dinner: Botschafter, ein paar Handelsräte, kleiner Kreis, aber anspruchsvoll. Sie könnten sich etwas einfallen lassen!“ Ich ließ mir alles einfallen, was ich einmal gelernt hatte, und verwarf es wieder. Gut, aber bieder. Langweilig. Kalt!

Kalt war es inzwischen in Finnland geworden. Kalt – also etwas Sonniges, Südliches! Das war der Gedanke, naheliegend, ganz simpl. Aber was? Es sollten Leute aus Ost und West kommen, also etwas dazwischen: Jugoslawien – das kannte ich vom Urlaub mit meinen Eltern, Dalmatien! Da hatte ich mein Konzept! Es sollte etwas sein, das an die Küche dieses Landes verweist. Typisch, traditionell aber abgewandelt in internationalee Küche.

Ich mußte jugoslawischer kochen als die Jugoslawen selbst, Geriuchte zubereiten, die einen anspruchsvollen Esser, die Sonne und die Düfte der Adriaküste auf den Teller zaubert – das war mein Anspruch!

An diesem Abend gab es im Hause des Generalkonsuls einen Holzspieß mit vielerlei Lendchen, dazu einen bunten Reis aus 36 Zutaten mit fünf Gewürzen, flambiert mit Slibowitz und garniert mit Früchten, begleitet von einer so genannten „Sauce Dalmatine“, von mir auf dem Grundrezept der Hollandaise aufgebaut und geschärft. Die erlesenen Gäste fraßen wie die Scheuendrescher. Am allermeisten angetan war – der Vertreter Jugoslawiens, ein Kroate. Entgegen aller diplomatischen Etikette kamen mehrere der Gäste um mich zu loben und mich um meine Rezepte zu bitten. Ich konnte es selbst noch kaum glauben – mein Konzept hatte eingeschlagen. Von diesem Abend an war ich „in(zinger)“ im diplomatischen Kreis der finnischen Hauptstadt.

Mein nächstes Menu kochte ich in der französischen Botschaft, zu Ehren eines scheidenden schwedischen Diplomaten – Hauptgang: ein „Chateaubriand“ *Rezept auf Seite XXX*, dazu verschiedene Gemüse und ein Kalbsrückensteak „Ambasserdor“, *Rezept auf Seite XXX*, danach Crêpes Suzette *Rezept auf Seite XXX* mit etwas zuviel Cognac, was nachteilige Folgen ausgerechnet für das Wohlbefinden des Ehrengastes hatte.

Meine nächste Station war die Gesandtschaft der Schweiz, in der ich mich mit einem Weihnfundue einführte. Die Schweden wollten es zu meiner Freude einmal bayerisch und bekamen Schweinshaxen mit Semmelknödel und Krautsalat mit Speck, die Italiener Piccata Milanese nach meiner Art, mit vier Käsesorten anstatt einer. Der Riesenerfolg in der amerikanischen Botschaft war mein „Bourbon Toast“: ein Ochsenfilet, begleitet von einer aufgeschlagenen Buttersauce mit amerikanischem Whiskey, serviert auf Toast. Es war immer das, was man sich unter der Küche des jeweiligen Landes vorstellte, und eigentlich ein bisschen mehr.

Längst residierte ich in einem vorzüglichen Hotel, ließ mich genüßlich in den Botschafter-Cadillacs und Rolls-Royces zur Markthalle chauffieren, um einzukaufen. Ich hatte die Nationen an den Küchen ihrer Botschaften einzuschätzen gelernt, am runden Herd der Franzosen, der vollmechanisierten Einrichtung

der Amerikaner, der unendlichen Kästchen- und Schübchenwirtschaft der Schweizer – und doch war der Höhepunkt dieser Entwicklung für mich die Einladung einer Fluggesellschaft, ihr für die Vorstellung der jeweiligen internationalen Reiseziele auf Pressekonferenzen das passende Menu dazu zu zaubern. Es war mein Anschluß an die Touristik.

So, wie Sie es auch in Ihrer Küche nachempfinden können, möchte ich nun mit Ihnen auf lukullische Reise gehen. Und damit gleich in Finnland bleiben, dem Land, das mir zur zweiten Heimat geworden ist, dem Land, in dem es begann...

Ich eröffnete mir damit die Möglichkeit, durch diese Reisen eine Vielzahl von Länderküchen kennen zu lernen und diese in der Folge nach meiner Art zu interpretieren und zu präsentieren. Aber auch, nun meine ursprüngliche These zu untermauern, dass Touristik und Küche einen viel größeren Beitrag zur Zusammenführung der Völker und dessen Kulturen leisten, als Diplomatie dies jemals erreichen könnte

# Châteaubriand

## „Diplomaten Art“

### ZUTATEN

#### FÜR 4 PERSONEN:

- 1000 Gramm Rinderfilet, Mittelstück, gut abgehangen, pariert
- 100 Gram fetten Speck, in dünne Scheiben geschnitten
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Küchengarn
- Öl
- verschiedene Gemüse, je nach Jahreszeit, besonders geeignet sind: Karotten, Sellerie, Blumenkohl, weiße Rüben, Rosenkohl, Bohnen, Erbsen, Petersilienwurzeln, Blattspinat, Schwarzwurzeln, Spargel, Romanesco, Broccoli

### ANRICHTEN:

Rinderfilet in dicke Scheiben schneiden, anrichten und mit den Gemüsen umlegen.  
Mit Madeirasauce und gebackenen Kartoffeln servieren.

### ZUBEREITUNG:

- Rinderfilet würzen, mit den Speckscheiben umwickeln, mit Küchengarn festbinden
- In heißem Öl von allen Seiten kurz anbraten und bei 180 Grad circa 40 bis 45 Minuten im vorgeheizten Ofen garen
- Mehrmals wenden und mit dem Bratenfond übergießen. Fleisch soll rosa gebraten sein
- Rinderfilet aus dem Ofen nehmen, Küchengarn und Speckscheiben, die ein Austrocknen verhindert haben, entfernen
- Fleisch in Alufolie wickeln und bis zum Servieren warm halten
- Vom vorbereiteten Gemüse, es sollen mindestens vier verschiedene, farblich abgestimmte Sorten sein, jeweils 250 Gramm einzeln kochen, würzen, in Butter schwenken, mit gehackten Kräutern bestreuen und warm stellen

# Crêpes

## „Suzette“

### ZUTATEN:

- 250 Gramm Weizenmehl, gesiebt • 100 Gramm Puderzucker, gesiebt
- 6 ganze Eier • 0,75 Liter Milch • abgeriebene Zitronenschale
- Butter zum Ausbacken

### ZUBEREITUNG:

- Mehl mit Milch, Eier, Zucker und Zitronenschale gut durchschlagen. Sollten sich Klümpchen gebildet haben, den Teig durch ein Sieb gießen.
- Kleine hauchdünne Crêpes (Eierkuchen) von circa 15 cm. Durchmesser backen

### ZUTATEN – ZUM FLAMBIEREN:

- 3 Orangen • 1 Zitrone • 10 Zuckerwürfel • 50 Gramm Zucker
- 4 cl. Cognac • 50 Gramm Butter

### ZUBEREITUNG:

- Orangen und Zitronen gründlich waschen, mit den Zuckerwürfeln abreiben bis sich diese völlig mit dem Aroma vollgesogen haben. Früchte auspressen. Butter in einer Flambierpfanne erhitzen, Zuckerwürfel und Zucker zugeben, schmelzen lassen, mit Orangen – und Zitronensaft ablöschen, unter rühren etwas einkochen. Grand Marnier oder Cointreau beifügen
- Crêpes erst zur Hälfte und dann zu einem Viertel einschlagen und in der Fruchtsaft,-Zucker,-Alkoholmischung kurz erwärmen, einige Male wenden damit die Flüssigkeit in die Crêpes einziehen kann, dann den erwärmten Cognac darüber gießen, flambieren bis der Alkohol völlig verdunstet ist

**TIPP: SOFORT SERVIEREN!**

# Kalbsrückenstek

## „Ambassador“

### ZUTATEN:

- 4 Kalbsrückensteaks, je 200 Gramm • Salz, gemalener Pfeffer  
• 12 frische Jakobsmuscheln • 0,125 Liter Saure Sahne • 1 kleiner Bund Blatt Petersilie, fein gehackt • 40 Gramm Kräuterbutter • 12 - 16 Stück, getrocknete, eingeweichte und gegarte Morcheln • Salz, gemahlener Pfeffer

### ZUTATEN – FÜR DIE SAUCE „AMBASSADOR“:

- 0,375 Liter Weißwein • 4 cl. Estragonessig • 4 Schalotten, fein gewürfelt • 6 Eigelb • 50 Gramm Krebsbutter, zerlassen • 150 Gramm warme geklärte Butter • Salz, gemahlener Pfeffer • Saft von einer Zitrone • klein gehackte eingelegte Estragonblätter • 1 cl, Whisky

### ZUBEREITUNG:

- Die saure Sahne mit der Petersilie mischen. Jakobsmuscheln mit Rogen aus der Schale lösen, in der sauren Sahne 6 Stunden marinieren
- In die Kalbsrückensteaks seitlich eine Tasche einschneiden, mit Kräuterbutter ausstreichen
- Jakobsmuscheln abtropfen, abtrocknen und in die Tasche legen.
- Die Hälfte der Morcheln in Stücke schneiden und zwischen die Muscheln stecken
- Für die Sauce Weißwein und Essig mischen und erhitzen, Schalottenwürfel in der Wein-Essigmischung 15 Minuten garen
- Die entstandene Reduktion in eine Metallschüssel oder Schneekessel passieren. Schüssel mit der Reduktion auf ein Wasserbad setzen, Eigelb unter die Reduktion rühren. Langsam die zerlassene Krebsbutter und die geklärte Butter unterrühren. Estragonblätter zufügen und die Sauce cremig aufschlagen
- Die restliche Morcheln feinhacken, mit dem Whisky in die Sauce geben.
- Steak würzen, von beiden Seiten anbraten und im Ofen bei 200 Grad ca. 10 Minuten fertig garen
- Steaks mit der Sauce servieren



iStock™  
Credit: SMar

Crêpe Suzette

# Die finnische Küche

*Aus Seen & Wäldern  
auf den Teller*



iStock™  
Credit: ezoom

**H**erra Jumala! – „Kalakukkao“! das ist auf Deutsch: „Himmlicher Vater!“ rief der Tourist Aksel Saarinen aus Jyväskylä plötzlich mitten in Paris aus, „hätte ich doch nur ein Stück vom guten warmen Kalakukko“! Das ist eine finnische Geschichte, die wahr sein muß, weil sie so echt ist.

Denn sie kennzeichnet nicht nur die Einsamkeit des Finnen in seiner Sprache und seinem Gefühl, sondern auch seine Heimatbezogenheit und die symbolische Rolle der finnischen Nationalküche darin. Kalakukko, wörtlich übersetzt Fisch-Hahn, ist ein Kuchen aus Brotteig, gefüllt mit sprossenähnlichen „Muiko“-Fischen aus dem Bottnischen Meerbusen, Schweinefleisch, Schinken und Rote Rüben. *Rezept auf Seite XXX* Man genießt ihn zu kalter Milch oder warmer Brühe. „Mahlzeit“!, werden Sie sagen, bis Sie es zum erstenmal gegessen haben. Dazu ist allerdings die kleine Reise nach Finnland erforderlich. Wie so vieles Typische aus der Nationalitätenküche läßt sich dieses Gericht eigentlich nur am Ursprungsort genießen, wo von den frischen Zutaten bis zu den klimatischen Umständen alles „stimmt“. Und in Finnland ist fast alles anders als bei uns.

Ich habe den Kalakukko zum erstenmal zaghaft gekostet, als ich mich seinerzeit bei Helsinki als Tomatenpolierer betätigte. Die Gärtnersleute aßen ihn fast jeden Tag und ich habe lange gebraucht, um hinter seinen Wohlgeschmack zu kommen. Die marinieren Pilze die dazu gegeben wurden haben dabei geholfen. Andererseits: Die Sikka, die es dort alle zwei Tage gab, schmeckt mir noch immer nicht –Buchweizengrütze mit Preiselbeeren. Immerhin habe ich mit der Kochkunst der Gärtnerin, ganz unbewußt, Grundlagenforschung über die finnische Küche betrieben.

Finnland, so weisen es Landkarte und Statistik aus, ist umgeben von Wasser: 4.500 Kilometer lang ist seine Küste, fast 70.000 Süßwasserseen gibt es im Landesinneren, und aus Meer und See gewinnen die Finnen reichlich Fische und Schalentiere.

So wächst dem „Finnen“, der Küchenzettel buchstäblich zu. Mit der bedächtigen Hand ihres Stammes – die Finnen sind wie ihre Brüder, die Esten, und ihre Vettern die Ungarn, vermutlich von hunnischer Herkunft – bereiten sie die Speisen auf möglichst natürliche Weise zu. Frischer Lachs, auf Holzkohlen gegrillt, dazu grobes Bauernbrot; „Uutispuuro“, ein Brei aus frischem Roggen mit Weizen und grünen Erbsen. Rentierfleisch, auf schwelendem Torf-feuer geräuchert – die raffiniertesten Einfälle der französischen Küche übertreffen nicht den Wohlgeschmack dieser einfachen Genüsse. Freilich, das obligatorische Glas Milch dazu ist für den bayerischen Chronisten ein kaum zu verschmerzendes Handicap.

Der Einfluß der mehr oder minder geliebten großen Nachbarn, von denen Finnland jahrhundertlang besetzt gehalten war, ist spürbar. Russisch sind die Piroggen, der Borschtsch, der Wodka auf dem Tisch der Finnen, schwedisch oder doch mit Schweden gemeinsam das Ritual des Krebsessens in den hellen Nächten des Mittsommers.

Ich habe es in Karelien erlebt, in der Gegend von Joensuu, der seit 1944 zwischen Rußland und Finnland zweigeteilten Waldprovinz am Ladogasee. Die Landbewohner dort schöpfen aus mythischen Gemütstiefen, sie sind schwerblütiger als die modernen Südfinnen, die sie darum auch spöttisch die „Tiroler Finnlands“ nennen. Schon am Tag dekorieren sie dort die Häuser mit Tüchern und Lampions in der Farbe des Krebses: rot. Und wenn die Sonne ein bisschen dämmrig wird, um neun oder zehn in der Nacht, legen sie unter Beschwörungen die Reusen aus, während sich die Häuser schon mit dem herben Geruch des Dills aus der kochenden Krebsbrühe füllen. Kaum dass der Krebs geerntet ist versammeln sich Gäste in der Sauna zur Reinigung vor dem feierlichen Mahl, das schließlich kurz vor Mitternacht in großem Ernst vollzogen wird: Krebs aus der

heißen Dillbrühe *Rezept auf Seite XXX* und viel Schnaps, Koskenkorva. Genuß und Genugtuung in einem Zeremoniell, das mich lehrte, wie weit bei den Finnen auch die Heimatliebe durch den Magen geht.

# „Kalakukko“

## *Finnisches Fischbrot*

ZUTATEN – FÜR 6 - 8 PERSONEN

FÜR DEN BROTTTEIG:

- 450 Gramm Weizenmehl, Type 550 • 150 Gramm Roggenmehl, Type 1150
- 0,4 Liter lauwarmes Wasser • 1 cl. Essig • 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 Prise Zucker • 1 Prise Salz • 1 bis 2 Eigelb und zerlassene zum Bestreichen

FÜR DIE FÜLLUNG:

- 1000 Gramm grätenfreies Fischfilet, z.B. Kabeljau, Rotbarsch, Dorsch, Heilbutt oder Seelachs • Saft von 2 Zitronen • Salz • gemahlener schwarzer Pfeffer • 400 Gramm Räucherspeck oder Schweinebraten in dünne Scheiben geschnitten • 400 Gramm rote Bete, in dünne Scheiben geschnitten

ZUBEREITUNG:

- Für den Brotteig die Trockenhefe mit dem Zucker und 4 bis 5 El. vom lauwarmen Wasser verrühren. Die Mehlsorten sieben, die Hefe, das restliche Wasser, Salz und Essig beifügen und zu einem glatten Teig verkneten
  - Teig mit einem Tuch abdecken und 30 Minuten an einem warmen Ort "gehen" lassen. Backofen auf 150 Grad vorheizen
  - Fischfilets salzen, pfeffern mit Zitronensaft beträufeln
  - Den Brotteig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche fingerdick ausrollen
  - Die Fischstücke nun mittig, abwechselnd und schichtweise mit dem Speck oder dem Schweinebraten und rote Bete aufschichten, dabei aber die Ränder freilassen so dass genügend Brotteig übersteht um den Teig darüber klappen zu können
  - Form soll wie ein Brotlaib aussehen
  - Ränder mit einer Gabel fest andrücken
  - "Kalakukko" mit verquirltem Eigelb bestreichen, auf das Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad ca. 3 bis 4 Stunden backen
  - "Kalakukko" immer wieder mit zerlassener Butter bestreichen
  - Zum Servieren eine Öffnung in den "Kalakukko" schneiden, die Füllung und die Kruste aufteilen
- Dazu gibt's natürlich Koskenkorva, einen klassischen finnischen Vodka.

# Krebse

## *im Dillsud*

### ZUTATEN

FÜR 6 -8 PERSONEN:

- 5 Kilo lebende Flusskrebse
- Salz
- Zugedeckt ca. 1 Minute kochen
- Krebse herausnehmen, in eine Schüssel geben
- 3 Zitronen, in Scheiben geschnitten
- 100 Gramm Zucker
- 2 Bund Dill, vorzugsweise mit Dillkronen gehackt
- 1 Bund Blattpetersilie, gehackt
- 120 Gramm grobes Meersalz
- Lorbeerblätter
- Pfefferkörner, zerdrückt
- 1 Liter Weißwein oder Bier

### ZUBEREITUNG:

- In einem sehr großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen, Krebse nach und nach in Teilmengen kopfüber und gleichzeitig hineingeben
- 9 Liter Wasser mit dem Wein oder dem Bier, den Zitronenscheiben, Zucker, Dill, Petersilie, Meersalz und den Gewürzen aufkochen
- Krebse hineingeben
- 10 Minuten sieden lassen
- Die Krebse im Sud lauwarm abkühlen lassen und servieren

# Wirsingroulade mit Dorschfilet

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 800 Gramm Dorschfilet
- 1 Kopf jungen Wirsing, Struk ausschneiden, Blätter einzeln abnehmen
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Zitronensaft
- 50 Gramm Senf
- 0,5 Liter Sahne
- 1 Ei
- 100 Gramm Butter
- 2 Schalotten, sehr fein gewürfelt,
- 2 cl. Noilly Prat \*
- frischer Dill, gehackt

\* Noilly Prat: Traditioneller Wermut aus Frankreich, der wegen seines besonderen Aromas gern zum Kochen (zum Beispiel für das Verfeinern von Soßen) verwendet wird. Noilly Prat wird aus ausgewählten südfranzösischen Weißweinen hergestellt und reift in Eichenfässern.

Was ist vergleichbar mit Noilly Prat?

Roter Vermouth

Carpano Antica Formula.

Lustau Red Vermouth.

Noilly Prat Rouge.

Cocchi Storico Vermouth di Torino.

La Quintinye Vermouth Rouge.

## ZUBEREITUNG:

- Wirsingblätter blanchieren, in Eiswasser abschrecken, abdrocknen und ausbreiten
- vom Dorsch 4 Filets von jeweils 100 Gramm schneiden, würzen, mit Zitronensaft beträufeln
- restliche Fische mit Ei und der Hälfte der Sahne pürieren, Würzen
- Wirsingblätter auslegen, mittig mit Fischfarce bestreichen, Gewürzte Fischfilets auslegen, mit Fischfarce bestreichen
- Wirsingblätter einrollen. Gut festdrücke
- In einem Bradgeschirr Butter zerlaufen lassen, Schalottenwürfel anschwitzen
- Wirsingrouladen einlegen und bei 220 Grad bei ca. 10 Minuten garen. Herausnehmen, warmstellen
- Den Senf in das Bratfett einrühren, mit Sahne und Noilly Prat auffüllen, etwas reduzieren, Dill einstreuen, abschrecken
- Sauce beim Anrichten über die Wirsingrouladen gießen



iStock™  
Credit: ulkan

Flusskrebse gekocht

# Eine spröde Geliebte

*Russland* – *Leningrad*



Die russische Küche ist wie eine spröde Kurtisane: Sie erschließt sich einem spät, aber dann mit um so größerer Leidenschaft.

Mir erschloß sich diese Küche an einem Dezemberabend vor sieben Jahren, nach dem sechsten Wodka in einem ukrainischen Hafenlokal von Leningrad, brachte ich die ganze Nacht mit ihr zu. Ich werde sie nie vergessen, diese raffinierte Naive, säuerlich Kühle und lodernnd Heiße, diese Sanfte und Verschlagene, die Kaiser und Kutscher ebenso in ihren Bann gezogen hat wie Kommunisten und Kolchosniki.

Weil ich das Festmenü in der finnischen Botschaft anlässlich des Unabhängigkeitstages bereiten sollte, sind mein Freund Pertti Asikainen und ich, über die „Schnapsgrenze“ gekommen.

Diese wurde 1963 erstmals geöffnet und verbindet das „trockne“ Finnland mit dem „feuchten“ Russland.

Das 3000-Betten-Hotel „Oktobrskaja“ gegenüber dem Moskauer Bahnhof hatte uns aufgenommen. Ein Touristenhotel, ziemlich leer um diese Zeit, mit einer Bar, in der eine einheimische Band im gepflegten Glenn-Miller-Stil westliche Musik. Ein Umstand, der uns sofort auf die Straße trieb, um e der erstbeste Taxifahrer und brachte uns über ein Gewirr von Brücken und Kanälen zum Hafen, in eine wahrhafte Kneipenstraße, wo auf Pfahlbauten nebeneinander lauter hölzerne Lokale mit dem Namen der Unionsrepubliken stehen: „Grusinia“, „Usbekistan“, „Kasachstan“. Wir entschieden uns für „Ukraina“.

Es war ein kleiner, überfüllter, von beißendem Tabaksqualm durchzogener Raum. Wir zwängten uns an ein Tischchen mit zwei freien Stühlen und warteten – eine halbe Stunde lang vergebens, während uns keiner der Kellner eines Blickes würdigte, die Gäste in der Nachbarschaft aber mit offenbar steigendem Interesse unserer deutsch geführten Unterhaltung zuhörten. Auf einmal schob ein Kellner einen großen Servierwagen an unseren Tisch und begann auszubreiten: Stör, Kaviar, Butter, Wurst, marinierte Äpfel, saure Pilze, mehrere Sorten Brot, zwei oder drei Flaschen Wodka, Mineralwasser, Zigaretten der Marken „Laika“ und „Sputnik“. Uns gingen die Augen über! Darauf Pertti auf russisch zum Ober: „Das haben wir gar nicht bestellt!“ Der Ober, mit dem Arm ins Lokal weisend, in perfektem Deutsch: „Natürlich, Sie nicht – aber Ihre Freunde hier alle!“ Und „die Freunde alle“ standen vergnügt grinsend auf und prosteten uns mit Wodka zu. Nach dem sechsten „Stogram“-Glas überfiel uns das Bedürfnis, etwas zu essen, etwas Kräftiges zu essen. Es erschien Mischa, der Koch, und empfahl „Pfefferfleisch, ukrainiski, mit alle Wirrze von Cheimat“ Im stummen Einverständnis folgte ich ihm in die Küche.

So etwas hatte ich noch nie gesehen! Mischa nahm offenbar lange abgehangenes Rindfleisch aus einem Metallkorb, schnitt es mit einem Eisendraht anstelle eines Messers in Stücke, brachte allerlei Gewürze aus gerollten Zeitungsblättern zum Vorschein, holte Öl und rahmähnliche Flüssigkeiten in undefinierbaren Gefäßen aus verborgenen Ecken hervor und zauberte daraus ein Gericht von einem so feinen und würzigen Wohlgeschmack, dass ich die ganze Schüssel allein aufaß. Ich musste es auch, denn Pertti hatte inzwischen mit unseren russischen Freunden draußen weitergetrunken und war keiner menschlichen Regung mehr fähig – außer den beiden Worten, die er in regelmäßigen Abständen mechanisch hervorstieß: Sa sdarówje!

So wurde es eine höchst anregende Nacht, die damit, dass ich im Hotel „Oktobrskaja“ auf den falschen Knopf am Lift drückte

und zusammen mit dem schnarchenden Pertti zwischen zwei Etagen in der Kabine aushaaren mußte, bis uns im Morgengrauen ein Mechaniker befreite. .

Die russische Küche ist, zwischen den Sakuskij und dem Kulitsch, mit Kascha und Kapusta, Wodka und Samowar, die natürlichste, die unverfälschteste Küche Europas – das spürt man am besten, wenn man eines jener köstlichen, „Bublitschki“ genannten Brötchen heiß aufbricht und den reinen Weizengeschmack dieses Gebäcks schnuppert. Sie hat dem internationalen Speisezettel das „Bœuf à la Stroganoff“ *Rezept auf Seite XXX* beschert und das Schaschlik, das eigentlich aus den Wirbelstücken der georgischen Fettschwanzhammel besteht. Und die Pirotschki, diese feinen Pasteten zur Suppe, mit Hackfleisch oder Kohl oder Reis und Ei gefüllt. Meine persönlichen Leibspeisen aus diesem Teil der Erde aber sind „Blini“, zarte, fast fettlos gebratene Pfannküchelchen, mit Kaviar und Sauerrahm gefüllt, und die „Passcha“, eine süße Fastenspeise aus Quark mit Safran, Mandeln und Rosinen: Gerichte freilich, die viel Erfahrung erfordern und einen Haufen Arbeit machen. Lieber erzähle ich Ihnen noch von einem Rezept, das von meiner Hochzeitsreise stammt.

Sie führte mich, vier Jahre nach dem „Schlüsselerlebnis“ am Hafen, wiederum nach Leningrad – in ein zum Jahrestag der Oktoberrevolution total überfülltes Leningrad, das nur in der „Valuta-Bar“ noch ein bisschen Platz bot, einem Lokal, das nur westliche Währung in Zahlung nimmt und den Einheimischen deswegen versperrt bleibt. Vor der Bar standen Dutzende junger Russen, die alles mögliche – vor allem Bernstein – zum Tausch gegen Devisen anboten, nur um mit einem Whisky oder einem Cocktail drinnen den Hauch der großen, weiten Welt verspüren zu können. Ich wollte ihren Bernstein nicht und bot statt dessen Drinks für originelle Rezepte. Der große Erfolg dieses Angebots war ein junger Kaukasier – dieser Volksstamm bringt traditionell die besten Köche Rußlands hervor –, der mir für zwei Martini Cocktails (Gegenwert acht Mark) das Rezept für

meine weitaus erfolgreichste Suppe aufschrieb. Ich habe sie „Kaukasische Bauernsuppe“ *Rezept auf Seite XXX* genannt und ein klein bisschen auf westliche Art zurecht gekocht. Sie muss ja schließlich auch den Martinis Ehre machen.

Apropos Cocktail in Rußland trinkt man gerade so gern wie man isst, quer durch alle Völker, Kasten und Bildungsgrade – wenigstens in der Küche herrscht in der Union wirkliche Demokratie. Das einschlägige Sprichwort müsste dort lauten: „Dummheit und Intelligentsia fressen und saufen!“ Warum dann die Russen nicht dicker sind als andere Leute?

Fragen Sie Radio Eriwan.

Doch was mir aus dieser Zeit am besten in Erinnerung geblieben ist – manchmal schmecke ich’s noch richtig auf der Zunge, ist Bigosch, *Rezept auf Seite XXX* eine der alten überlieferten bäuerlichen Rezepte.

Dieses Rezept verriet mir ein russischer, gut deutschsprechender ehemaliger Oberst, der wohl eigentlich ein Pole war und sich vielleicht darum als hundertprozentiger Russe gab und den ich im Kaukasus kennenlernte.

Bigosch ist für mein Verständnis die höchste Veredelung dessen, schon immer in Russland das wichtigste Grundnahrungsmittel ist – das Weißkraut.

Die deutschen Armeen haben es unter dem russisch – polnischen Namen „kapusta“ von der Weichsel bis nach Sibirien kennen und fürchten gelernt. Der Kohl war, wie der mir freundlichst zugetane Oberst verriet, auch bei der deutschen Wehrmacht ungeheuer beliebt, freilich nur bei denen, die den Küchenzettel machten und selber meist besseres aßen.

Da wurden die Kohlblätter mit viel Kümmel gekocht (wegen der Verdauung!) und das daraus fabrizierte Gericht hieß bei den Soldaten infolgedessen „Fußlappen mit Flöhe“

Nun, das Bigosch das ich mit dem Oberst zubereiten konnte war weit entfernt von solch „kulinarischem“ Elend.

Wir haben reichlich frisches Weißkraut und Sauerkraut mit Schweinefleisch, magere Räucherspeck und Knoblauchwurst vorbereitet. Kraut und Fleisch sollen sich etwa die Waage halten. Dann gab der Oberst noch getrocknete Pilze, Zwiebeln, rote Paprikaschoten und jede Menge Gewürze dazu, vor allem Paprika und zerdrückten Knoblauch. Außerdem Tomatenmark, Fleischbrühe und etwas Wein zum Abrunden des Geschmacks.

Ich kann Ihnen versichern, das schmeckt einfach nur gut und ist eine Gaumenfreude ohnegleichen. Und hat so garnichts mit dem Kohl der einfachen Soldaten gemein.

Aber russische Obristen haben sich's halt nie schlecht gehen lassen.

# „Bigosch“

## ZUTATEN

### FÜR 8 PERSONEN:

- 500 Gramm Schweinefleisch aus der Keule ohne Schwarte, in Würfel geschnitten
- 6 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Paprikapulver, Majoran
- 300 Gramm Räucherspeck, gewürfelt
- 500 Gramm Knoblauchwurst, in Scheiben geschnitten
- 800 Gramm frisches Weißkraut, in dünne Streifen gehobelt
- 500 Gramm Sauerkraut
- 3 rote Paprikaschoten, entkernt, in grobe Würfel geschnitten
- 20 Gramm getrocknete Pilze, geschnitten, eingeweicht
- Lorbeerblätter, Wacholderbeeren
- 100 Gramm Tomatenmark
- Öl zum Anbraten
- Fleischbrühe zum Auffüllen
- Rotwein zum Abrunden des Geschmacks

## ZUBEREITUNG:

- Schweinefleisch würzen, von allen Seiten in Öl anbraten
- Zwiebeln, Räucherspeck, Knoblauchwurst, Paprikaschoten und Pilze zugeben
- Weißkraut und Sauerkraut unterrühren, Gewürze und Tomatenmark beifügen
- Einige Minuten schmoren, mit Fleischbrühe und Rotwein bedecken
- Zugedeckt circa 2 Stunden bei niedriger Temperatur und öfterem Umrühren im Ofen garen. Falls erforderlich Brühe und Rotwein nachgießen

# Boeuf

## „Stroganoff“

### ZUTATEN

#### FÜR 4 PERSONEN:

- 800 Gramm Rinderfilet, gut abgehangen, in ein 1 cm. breite Streifen geschnitten
- Öl zum Anbraten
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 2 bis 3 Schalotten, fein gewürfelt
- 200 Gramm frische Champignons, in Scheiben geschnitten
- 10 Gramm edelsüßen Paprika
- 0,7 Liter Kalbsfond oder Kalbssjus
- 0,2 Liter Rotwein
- 200 Gramm Creme fraiche
- 1 marinierte rote Bete in Streifen geschnitten
- 2 Essiggurken, in Streifen geschnitten
- 50 Gramm Dijon Senf
- 1 Bund glatte Petersilie, gehackt

### ZUBEREITUNG:

- Filetstreifen in Öl kurz und scharf anbraten. Fleisch soll innen noch blutig sein. Filetstreifen herausnehmen. Salzen, pfeffern, warm stellen
- Im Bratfett die Schalotten und Champignons goldbraun braten. Paprika einstreuen, kurz mit-schwitzen, mit dem Kalbsfond oder der Kalbssjus und Rotwein ablöschen
- Bei reduzierter Hitze einige Minuten köcheln
- Dann Creme fraiche, rote Bete, Essiggurken, Dijon Senf und gehackte Petersilie unterrühren
- Abschmecken, die Rindfleischstreifen mit dem abgesetzten Bratensaft zugeben. Falls erforderlich mit etwas Mehlbutter binden
- Das Fleisch in der Sauce nicht mehr kochen

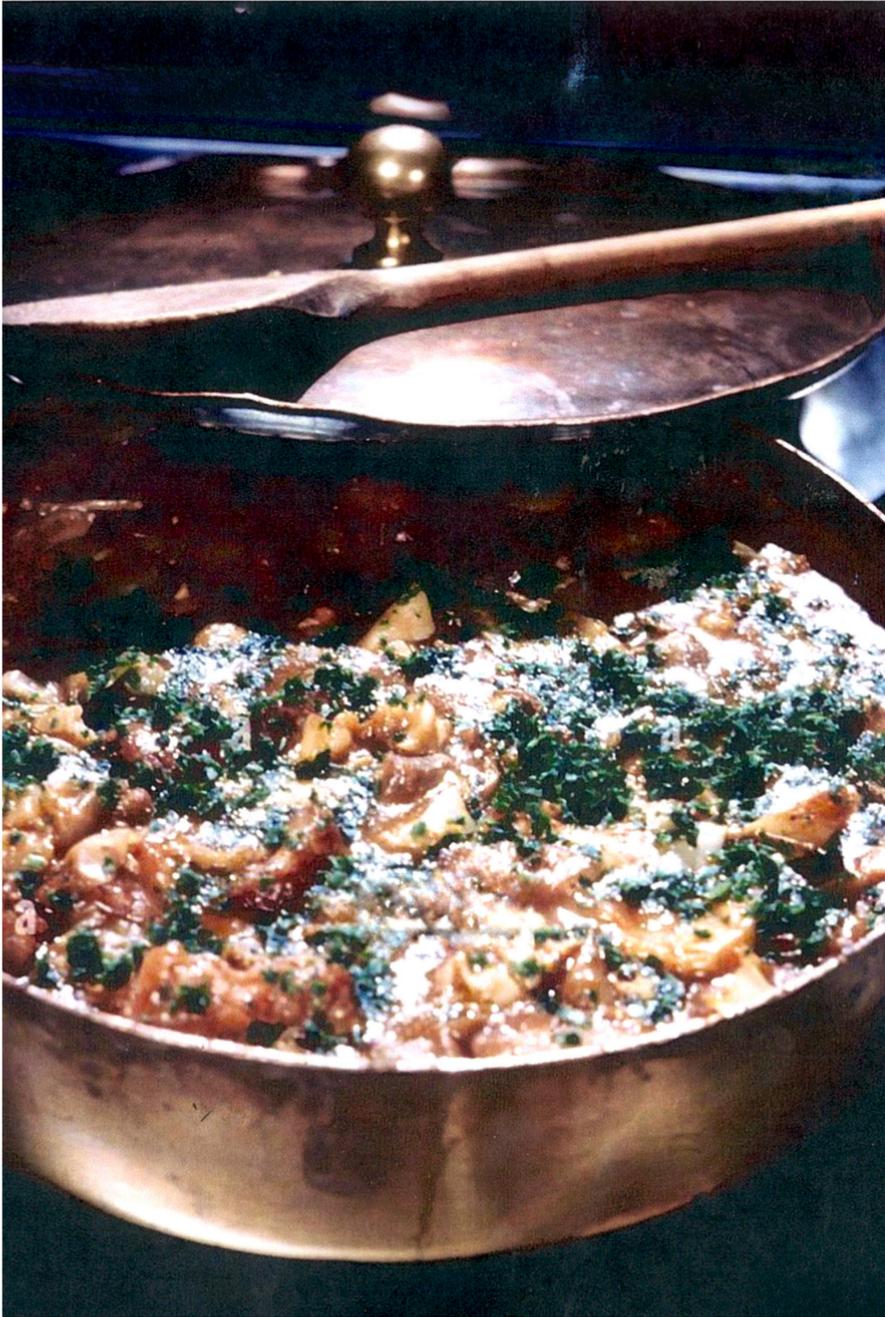
# Kaukasische Bauernsuppe

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 1000 Gramm geputzte und geschnittene Waldpilz, z.B. Steinpilze, Pfifferlinge, Rotkappen, Maronen, Waldchampions, Parasol
- 1,5 Liter Fleisch – oder Gemüsebrühe
- 0,1 Liter Rotweinessig
- 1 Gemüsezwiebel, in feine Würfel geschnitten
- Grünes von einer Lauchstange
- 50 Gramm Rauchspeck, in feine Würfel geschnitten
- 1 Bund Blattpetersilie, fein gehackt
- 1 Bund Schnittlauch
- 100 Gramm Zucker
- 2 Lorbeerblätter
- Wacholderbeeren, Salz, gemahlener Pfeffer
- Öl zum Anbraten
- Creme Fraicne

## ZUBEREITUNG:

- Speck, Zwiebelwürfel und Gemüsewürfel anschwitzen, Pilze zugeben, würzen
- Mit Brühe aufgießen und die Hälfte vom Essig, Gewürze beifügen und circa 30 – 40 Minuten köcheln
- Restlichen Essig zufügen, abschmecken, gehackte Kräuter unterrühren, anrichten
- Einen Löffel Creme Fraicne obenauf geben



Bigosch

# Eine Region zum Kosten & Staunen

*Frankreich – das Elsass*



Also zuerst hat sich, 1648, Frankreich das Elsass einverleibt. Nach längerer Pause – die Deutschen kriegten ihr Nationalgefühl mit Verspätung, dann aber gleich mit Gewalt – wurde das Elsass, 1871, dem Deutschen Reich angegliedert. 1918 wurde es der Republik Frankreich zugeordnet, 1940 wiederum dem inzwischen zu „Großdeutschland“ avancierten Nachbarstaat. Endlich, 1945, hat sich Frankreich das Elsass erneut zurück erobert. Und damit soll Schluss sein mit dem politischen Missbrauch dieser harmlosen Vokabel. Ich jedenfalls habe mir im Elsass am liebsten Gänseleberpastete, Sauerkraut und Riesling einverleibt.

Einander angrenzende Länner sind immer interessant, auch was ihre Küche betrifft, und das Elsass vor allem. Hier sind die Früchte einer besonders gesegneten Landschaft, Wein, Korn, Tabak, Hopfen und wertvolles Vieh, von zwei ganz widerstreitenden Denk- und Geschmacksweisen so lange hin- und her interpretiert worden, bis sie die höchste Spitze erreichten. Das konnten nur wirkliche Genießer sein, die derbe alemannische Bauernküche und gallisches Geschmacksraffinement so köstlich zusammen schnalzen ließen – und so ist das Land zwischen Rhein und Vogesen zu einer der großen gastronomischen Provinzen Frankreichs geworden. Für meinen persönlichen Geschmack sogar die größte.

Es war wahrscheinlich die schwärzeste Nacht, die ich je erlebt habe. Fessenheim, zwischen Breisach und Basel, im Oktober 1968. Das Unwetter jedenfalls, das etwas später in dieser Nacht vom Himmel herunterging, war das schwerste am Oberrhein seit Menschengedenken.

In dieser dunklen Nacht schritten wir zu dritt westwärts vom Rheinufer auf der Landstraße aus, dorthin, wo wir das Dorf Fessenheim vermuteten. „Als wir nach Frankreich zogen, wir waren unser drei...“ sang Kurt Hepperlin, der Schauspieler, laut und zutreffend vor sich hin. Aber Heinrich Firmbach, der Kapitän – wir waren mit ihm und seinem Motorschiff „Frankenland II“ von Würzburg mainauf- und danach rheinabwärts gefahren, um der Binnenschifffahrt unsere Reverenz zu erweisen der Kapitän also unterbrach ihn und meinte, deutsche Soldatenlieder wären hier wohl nicht so besonders beliebt. Es sollte sich zeigen, dass er unrecht hatte.

Inzwischen waren wir, ohne es überhaupt zu bemerken, im Dorf angekommen. Erst als ich über ein ausgestrecktes Bein stürzte und danach dessen Besitzer ertastete, fanden wir uns wieder zurecht. Elsässer Bauern saßen in vollkommener Dunkelheit auf der Erde vor ihren Häusern und warteten auf das Wetter. „Guede Obend“, wünschte uns der Besitzer des verhängnisvollen Beins in seinem kehligen Deutsch und wies uns ein: „De beschte Wei’, de gibsch beim Schwei!“ Etwas weiter im Dorf fand sich dann auch die Andeutung einer Straßenbeleuchtung, und mit den ersten Regentropfen langten wir gerade noch im Wirtshaus des Monsieur Gerard Schwein an (kein ungewöhnlicher Name in den Kreisen zwischen Münchhausen und Blödelsheim).

Monsieur Schwein – man musste von der Dorfstraße drei Stufen zu ihm hinuntersteigen – schenkte einen vorzüglichen Riesling aus, einen und dann gleich noch einen. Die Männer im Lokal, die bei unserem Eintritt verstummt waren, betrachteten das sichtlich mit Wohlgefallen, rückten langsam näher. Aus einer Musikbox erscholl, etwas kratzend, ein Männerchor: „Wer hat dich, du deutscher Wald...“. Ein weiterer Riesling. Stimmung kam auf, und Appetit. Monsieur Schwein erbot sich zur Herstellung eines „Backoffe“, eines Brühtopfes aus Schwein und Hammel, mit Kartoffeln und Zwiebeln – da tat es einen Donnerschlag, der Männerchor stellte jaulend seine Tätigkeit ein, das Licht erlosch.

Das Unwetter war losgebrochen! Wie schwer es war, wurden wir erst gewahr, als wir unten bis zu den Fußknöcheln im Wasser saßen, oben aber standhaft beim Riesling blieben (die Sortenreinheit der Weine, die im Elsaß so selbstverständlich ist, erhöht die Bekömmlichkeit sehr). Außer dem Wein und ein paar Bissen Brot gab es nichts in jener Nacht.

Gerard Schwein war zufällig auch noch der Ortskommandant der Feuerwehr und infolgedessen sehr beschäftigt. Kaum, dass er uns zwischen den Einsätzen ein paarmal Riesling nachschenken konnte, im vollen Ornat und mit goldenem Helm. Doch das Elsass hat sich mir damals beinahe mehr erschlossen als später etwa in den berühmten „Aux Armejs de France“ in Ammerschwihir. Und billiger war er obendrein.

Die wichtigste Erfahrung war, dass man nach der großen Flut, gegen vier Uhr morgens, zusammensaß unter den verstaubten Veteranenbildern an der Wand und gemeinsam sang. Nein, nicht „Als wir nach Frankreich zogen“, aber „Oh du schöner Westerwald“, was ja schließlich aufs gleiche heraus kam. Nationale Empfindungen waren dabei nicht im Spiel. Aus den inbrünstigen Stimmen der Sängers sprach neben der Freude über das ausgestandene Malheur vor allem die Qualität des Weins. Und das unverdorbene Gemüt eines Volksstammes, der es als erster gewagt hat, ganz gewöhnliches Sauerkraut mit kostbarem Champagner aufzugießen um so Frankreich und der Welt eines seiner besten Rezepte zu schenken.

Ja, von der Krebsuppe bis zum Kugelhopf, von der Gänselebr zum Hasenpfeffer mit Bandnudeln, vom Hechtfilet bis zum „Coq au Riesling“, vom Straßburger Bier bis zum Gewürztraminer: wenn Sie das nächste Mal das Wort „einverleiben“ hören, dann denken Sie ans Elsass, das Land, wo man den ganzen Tag essen und trinken möchte – auch, wenn's wettet. „À la vôtre ! Merci vielmohl!“

Die Elsässer sind ja ursprünglich – naja, vielleicht sagt man es besser ein bisschen verklausuliert, von germanischer Herkunft.

Aber Deutsche wollen sie keine sein nicht zuletzt durch viele schlechte Erfahrungen, und Franzosen, na ja.... Ein älterer Elsässer, den ich bei meinen Streifzügen durch die Weinberge kennenlernte meinte, auf die gemeinsame germanische Abstammung hin angesprochen: „Mir möge die Schwobe net, und mir möge a de Franze net!“ Wobei mit „Schwobe“ wir Deutschen im Allgemeinen gemeint sind.

Alemannische Stur – und Querschädel sind die Elsässer schon immer gewesen, aber sie haben sich aus den Ländern, zwischen denen sie ein paar Jahrhunderte lang hin – und her geschubst wurden, einfach das Beste zu eigen gemacht, besonders was ihre Küche betrifft.

Und, ganz im Vertrauen, gab mir die Frau meines neuen Bekannten, der sich als Maire herausstellte – also als Bürgermeister der nächsten Gemeinde – beim Mittagessen das Rezept für das vorzügliche Champagnerkraut weiter, das mit Andouille – Würsten serviert wurde und zu dem ich herzlich eingeladen wurde.

Gottseidank erfuhr ich erst später, dass diese eigentlich recht wohlschmeckenden geräucherten Würste aus geschnittenem Schweinedarm und Schweinemagen hergestellt werden. Ich bin mir nicht ganz sicher, ob mein Appetit dann noch genauso groß gewesen wäre.

Das Sauerkraut wird genauso gekocht wie bei uns. Aber durch verschiedene Gewürze und Verwendung von reichlich Riesling wurde es eine besondere Elsässer Spezialität, mit der sie sich vor allem in Paris so beliebt gemacht haben.

Mit einem Schmunzeln erzählte mein Gastgeber, dass die Deutschen von den Amerikanern früher spöttisch „Krauts“ genannt wurden und nun werden wir, die Elsässer, von den Franzosen als „Krauts“ bezeichnet.

Aber in Frankreich ist das sicher ein Ehrenname.

Und die Sauerkraut - Philosophen unter ihnen sagen auch heute noch: „Unser Sauerkraut ist wie das echte Leben –

manchmal sauer, manchmal mild, aber immer ein bisschen würzig. Aber manchmal auch so scharf, dass man Tränen in den Augen hat!“

Die Liebe zum Sauerkraut geht ja so weit, dass auf einem Dorfplatz im Elsass eine Statue steht, die einen Elsässer zeigt, der einen riesigen Teller mit Sauerkraut in der Hand hält.

Jetzt aber zum Rezept. Das mir vorgesetzte Sauerkraut war ein bisschen stärker gewürzt als ich es von der anderen Rheinseite gewohnt war. Nelken, Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Pimentkörner und Lorbeerblätter werden zusammen mit Speckschwarten und Rauchfleischresten in einer Art Aromabeutel eingebunden und im Kraut mitgekocht.

Nicht fehlen darf ein guter Schuss Elsassier Riesling, um das Ganze abzurunden. Zum Schluss kommen kleingeschnittene Äpfel und Kartoffeln zur Bindung des Krautes mit in den Topf.

Das alles gibt dem Gericht ein zartes, leicht süßliches Aroma und als Krönung des Genusses wird vor dem Servieren der entstandene Sauerkrautsaft abgegossen und stattdessen mit der entsprechenden Menge Champagner aufgefüllt.

Und selbstverständlich tranken wir zu diesem köstlichen Mahl einen vorzüglichen Riesling und ein Gläschen eisgekühlten Champagner. Zum Abschied lud mich mein Gastgeber noch zum alljährlichen Sauerkrautfest nach Krautergersheim ein. Das „Sürkrütfest“ im Elsass ist eines der jährlichen Festhöhepunkte, auf das sich alle Sauerkrautfans besonders freuen.

Mir blieb nichts anderes übrig als mich mit: „C’etait une marque de gentillesse!“ zu bedanken. Mit der Adresse seines Bruders versehen, der ein Stück rheinaufwärts in der Nähe von Colmar ebenfalls das Amt eines Maire versieht, machte ich mich auf den Weg.

Der Bruder, Gabriel mit Vornamen, begrüßte mich höchst erfreut und bedankte sich recht herzlich für das „Sauerkraut – Mitbringsel“, das ihm seine Schwägerin eingepackt hatte.

Gabriel war einer der wenigen Bauern im Elsass der keinen Wein, sondern Äpfel und Birnen anbaute, um daraus „Cidre“ herzustellen. „Cidre“ ist ein leichtes alkoholisches Getränk, das traditionell nicht aus Gläsern sondern aus Porzellanhaferl getrunken wird.

Und der nahe Rhein lieferte, man will es heute kaum mehr für möglich halten, zu dieser Zeit auch noch Fische in großen Mengen. So gab es als Begrüßungessen für den umherziehenden Koch eine exzellente „Matelote“ *Rezept auf Seite XXX*, ein traditionelles Fischgericht aus der Region, bei der verschiedene Fische, an diesem Tag waren es Barsch, Zander, Hecht und Aal, in Riesling und Sahne gedünstet wurden.

ch kann Ihnen sagen: „Es war sensationell!“

Das küchentechnische Improvisationstalent ist überhaupt eine besondere Begabung der Franzosen, sie sind offenbar in ihrem Geschmack so sicher, dass sie aus zufällig vorhandenen Zutaten, die auf den ersten Blick so gar nicht zusammenpassen wollen, im Handumdrehen die schönsten Gerichte zaubern können.

Nach einigen Stunden fröhlicher Zecherei vertraute mir Gabriel die Geschichte eines seiner Vorfahren an. Dieser mit Namen Simon Legrand nahm als Mitglied einer Kavallerieeinheit an der Schlacht bei der italienischen Stadt Marengo teil, in der die Streitmacht des großen Korsen Napoleon Bonaparte im Jahr 1800 die Habsburger besiegte.

Gabriel meinte, wahrscheinlich zu Recht, dass diese Schlacht wohl längst vergessen wäre, hätte es da nicht ein besonderes Ereignis gegeben, das den Namen „Marengo“ bis heute in Feinschmeckerkreisen unvergessen macht.

Als der Leibkoch des Kaisers, ein berühmter Feinschmecker, ihm nach der Schlacht ein Siegesmahl vorsetzen sollte, bemerkte er zu seinem Entsetzen, dass sein Vorratswagen gestohlen worden war. Er blickte sich in seiner Küche um und entdeckte an noch verbliebenen Resten ein Huhn, ein paar Krebse, einige Tomaten und Champignons, Knoblauch, mehrere Eier und Weißbrotscheiben. Weißwein war sowieso immer da.

Aus diesen Ingredienzien zauberte er nun ein dem Kaiser angemessenes Festmahl. Der Imperator lobte den Koch und so fand dieses unter dem Namen „Huhn Marengo“ *Rezept auf Seite XXX* seinen triumphalen Weg in viele Küchen und in die große Küchenliteratur.

Und die Pointe zu der Geschichte: Nachdem der Vorfahr aus diesem Krieg zurückkam, musste alljährlich an seinem Geburtstag ein „Huhn Marengo“ zubereitet werden und auch heute noch ist es Tradition in der Familie: Einmal im Jahr gibt es „Huhn Marengo!“

Ich verließ schließlich das Elsass mit einem Gefühl von Zufriedenheit und der festen Überzeugung, dass ich einen der ehrlichsten und authentischsten Teile Frankreichs kennengelernt hatte.

Es ist ein Landstrich, der sich treu bleibt, unabhängig von den politischen Mächten die ihn beherrschen wollten und immer noch wollen.

P.S. Die Zubereitung für das „Huhn Marengo“ notierte ich mir damals und bereitete das Gericht Jahre später in einer meiner Fernsehsendungen zu und hatte die Ehre, dass der wunderbare Schauspieler Siegfried Rauch es präsentierte.

# Elsässer Matelote

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 800 - 1000 Gramm gemischte frische, entgrätete, geschuppte Fischfilets, z.B. Aal, Forelle, Zander, alle Barscharten, Schleie und Hecht
- Mindestens 4 verschiedene Sorten
- Zitronensaft
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Olivenöl
- 1 Bund Dill, fein geschnitten
- 1 Bund Blatt Petersilie, fein gehackt
- 100 Gramm Butter
- 3 kleine Schalotten, in feine Würfel
- 250 – 300 Gramm frische Champignons, in dünne Scheibchen geschnitten
- 0,5 Liter Elsässer Riesling
- 0,3 Liter Fischfond
- Lorbeerblätter
- 15 bis 20 Gramm warme Butter
- 30 bis 40 Gramm gesiebes Mehl
- Butter und Mehl verkneten als Mehlbutter zur Bindung des Sudes
- 0,3 Liter Sahne
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten
- 1 Bund Kerbel, Blätter gezupft

## ZUBEREITUNG:

- Fische in Stücke schneiden, mit Zitronensaft, Salz, gemahlenem Pfeffer, gehackten Kräutern und Olivenöl marinieren
- Schalotten in Butter anschwitzen, Champignons beifügen, kurz dünsten
- Mit Riesling ablöschen aufkochen
- Fische in den Rieslingsud geben, bei mäßiger Hitze 15 bis 20 Minuten ziehen lassen
- Fische und Champignons aus dem Sud nehmen, abdeckt warm halten
- Zum Rieslingsud den Fischfond und die Lorbeerblätter geben
- Fond zur Hälfte einkochen, passieren. Hälfte der Sahne in die Sauce geben, mit Mehlbutter, die in kleinen Portionen unter ständigem Rühren zugegeben wird, binden
- Einige Minuten köcheln, Schnittlauch und Kerbel beifügen. Restliche Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren unter die Sauce ziehen
- Sauce abschmecken
- Fische und Champignons anrichten und mit der Sauce übergießen

# „Huhn Marengo“

## ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

1 Hähnchen, oder Poularde, circa 1200 bis 1500 Gramm schwer • Salz,  
• Pfefferkörner • Wacholderbeeren • Lorbeerblätter • 1 Rosmarinzwieg,  
• 1 Karotte, kleingeschnitten • 1/2 Lauchstange, kleingeschnitten,  
• 1 kleines Stück Knollensellerie, klein geschnitten • 4 Knoblauchzehen,  
zerdrückt • Butter zum Anschwitzen der Hühnerknochen und der Gemüse  
• Salz, gemahlener Pfeffer • Öl zum Anbraten • 3 Zwiebeln, gewürfelt  
• 10 Tomaten, enthäutet, halbiert und entkernt • 0,125 Liter Weißwein  
• 300 Gramm Champignons, geputzt und halbiert • 8 Flusskrebsschwänze,  
gekocht • 4 Scheiben Weißbrot • Butter zum Ausbacken der Weißbrot-  
scheiben • 4 Eier • 1 Bund Blattpetersilie, gezupft • 0,5 Liter Öl zum Aus-  
backen der Eier und zum Frittieren der Petersilie

## ZUBEREITUNG:

- Hähnchen zerteilen in Brüste, Flügel und Keulen
- Knochen entfernen und kleinhacken. Mit Gemüsen, Gewürzen, Rosmarinzwieg und Knoblauchzehen in Butter anschwitzen, würzen, mit kaltem Wasser auffüllen und circa 0,5 Liter Hühnerbrühe davon kochen
- Gewürzte Hähnchenteile in Öl anbraten
- Halbgar herausnehmen, zur Seite stellen
- Zwiebelwürfel im Bratfett anschwitzen
- Tomaten zugeben, dünsten, mit Wein ablöschen
- Hühnerbrühe zugeben, 20 – 30 Minuten zugedeckt köcheln
- Champignons in Butter dünsten. Würzen.
- Hähnchenteile und Champignons in die Sauce geben, circa 20 Minuten zugedeckt schmoren
- Weißbrotsscheiben in Butter von beiden Seiten anrösten, herzförmig zuschneiden oder ausstechen
- Öl erhitzen, Eier einzeln in eine Suppenkelle geben, ins heiße Fett gleiten lassen
- Ausbacken. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen
- Petersilie in heißem Fett frittieren, abtropfen
- Krebsschwänze in Butter anschwitzen
- Hähnchenteile anrichten, mit der Sauce übergießen, Krebsschwänze, gebackene Eier und frittierte Petersilie anlegen
- Mit Herzcroutons dekorieren

# Gefüllte Maishendlbrust

## *Elsässer Art mit Graupen - Risotto*

ZUTATEN – FÜR 6 - 8 PERSONEN

FÜR DAS GEFÜLLTE MAISHENDEL:

- 4 ausgelöste Maishendlbrüste, mit Haut und kurzem Flügelknochen,  
• Salz, gemahlener Pfeffer • einige Rosmarinzwige • 200 Gramm Kalbsbrät • 1 Ei • 1 Bund Petersilie, fein gehackt • Salz, gemahlener Pfeffer  
• Paprika, Curry • Öl zum Anbraten

FÜR DIE SAUCE:

- 2 Karotten, gewürfelt • 1 Petersilienwurzel, gewürfelt • 1 Stück Sellerie, gewürfelt • Grünes von 1 Stange Lauch, gewürfelt • Butter zum Anbraten  
• 20 Gramm Tomatenmark • 10 Gramm Preiselbeeren, passiert • 0,2 Liter Sahne • 0,5 Liter Elsässer Riesling • 20 Gramm eingelegte grüne Pfefferkörner, zerdrückt, • Salz, gemahlener Pfeffer

FÜR DAS GRAUPENRISOTTO:

- 1 große Gemüsezwiebel, klein gewürfelt • Butter zum Anschwitzen,  
• 200 Gramm Graupen • 0,25 Liter Elsässer Riesling • 0,25 Liter Gemüsebrühe, 0,125 Liter Sahne • 50 Gramm Parmesan, gerieben • Salz • gemahlener Pfeffer

ZUBEREITUNG:

- Backofen auf 180 Grad vorheizen. In jede gewürzte Maishendlbrust ein Tasche einschneiden. Kalbsbrät mit der Petersilie vermengen, Ei und Gewürze zufügen, Brüste damit füllen. Ränder zudrücken
- Öl erhitzen, Brüste und Rosmarinzwige anbraten
- Topf abdecken, die Brüste im Ofen 20 – 30 Minuten garen
- Warm stellen, Rosmarinzwige heraus nehmen
- Gemüsewürfel im Bratensatz anschwitzen, Tomatenmark und Preiselbeeren zugeben, Gemüse mit Wein und Sahne aufgießen, 10 Minuten kochen
- grünen Pfeffer zufügen, abschmecken
- Hendlbrüste einlegen und einige Minuten köcheln
- Für das Graupenrisotto Zwiebel in Butter glasig anschwitzen. Graupen zugeben, mit Wein und Gemüsebrühe auffüllen und unter häufigem Umrühren weich kochen
- Sahne und Parmesan untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen
- Hendlbrüste in der Sauce anrichten. Graupenrisotto extra dazu servieren



iStock

Credit: Luiz Henrique Mendes

Huhn "Marengo"

Kochkunst  
für Herz & Sinne  
*Für Tisch & Bett*



„An eines Mahls besetztem Tisch die Liebschaft zu beginnen, das empfiehlt bereits Ovid – jener Römer Publius Ovidius Naso, der schon vor 2000 Jahren Treffliches über die Liebe schrieb und damit heute noch Primanern zu schaffen macht.

Primanern eben, die es übersetzen müssen.

Was er da anspricht, ist das heikelste und amüsanteste Kapitel der Kochkunst, die Küche für die Liebe.

Und so ist der alte Ovid auch keineswegs der erste gewesen, der sich mit dem Problem beschäftigte, wie Damen geneigter und Männer munterer zu machen seien.

Er schrieb es mir geradezu auf den Leib, was ich aus meiner kurzen Erfahrung zu diesem erregenden Thema beizutragen habe (denn ich bin ja Koch, nicht Apotheker):

*... 's gibt Hexen, die das Knabenkraut (ein schädlich Zeug) empfehlen.*

*Ich aber halts für Gift und rat, es nicht zu wählen!*

*Mit Nesselsamen untermischt, wird Pfeffer auch verschrieben,*

*Desgleichen: gelbes Bertramkraut in altem Wein verrieben.*

*Doch so lässt sich Frau Venus nicht zu ihren Freuden drängen...*

Recht hat er! Und was es da neuerdings noch so „unter der Hand“ gibt von Spanischer Fliege über Yohimbinwurzeln zu Französischen Tropfen, das macht höchstens Bauchweh und verfällt auch dem Verdikt des Ovid:

*Im Liebesleben taucht nicht viel*

*Medeas Hexenküche...*

Nein, wirklich nicht. Aber was der gelehrte Römer danach lobt, das lob' ich mir auch, und es entspricht vollkommen den Erkenntnissen moderner Ernährungsphysiologie:

*... Was Megara in Griechenland an  
weißen Zwiebeln sendet,  
Der Sellerie erregend Kraut, das Dir  
der Garten spendet,  
Die nimm! Auch Eier, Honigseim,  
der vom Hymettos fließt,  
Sowie die Frucht der Pinie,  
die unter Nadeln sprießt!*

Nur vollständig ist die Liste nicht. Was ich mir einmal in Jordanien aufschrieb, wo ich geradezu ein Ritual der „Sexküche“ erlebte, in Marseille, in Rom und mancher Hafenkneipe, das erweitert diese Aufzählung von ätherischen Ölen, Vitamin E und Fruchtzucker noch um das leichtverdauliche Eiweiß des Meeresgetiers. Und tatsächlich genießen Austern, Krabben, Langusten und Fische auch schon seit Ovids Zeiten den Ruf, das Liebesverlangen zu stimulieren.

Vom Kaviar, mit dem die bekanntlich ganz ausg'schamte Katharina die Große von Rußland ihre Liebhaber geradezu gemästet hat, erzählt man sich überhaupt Wunderdinge – wie etwa die Geschichte von dem Herrn, der eines Tages im Delikatessgeschäft 100 Gramm davon kaufte, am nächsten Tag 200, am dritten 300, und so fort, bis ihn die Verkäuferin verwundert fragte: „Soviel Kaviar? Der muß Ihnen doch einmal widerstehen...“ Worauf der Mann sie böse ansah und sprach: „Eben nicht!“ Schließlich stehen in den alten Kochbüchern auch noch Trüffeln, Vanille, Majoran, Koriander und Chilipfeffer als von zärtlicher Wirksamkeit verzeichnet; das mit den Trüffeln hat sogar mein großer Kollege Brillat-Savarin überliefert. Und auch bei Goethe hat's die Frau Marthe einmal recht angelegentlich mit den „Liebstropfen“ – wer's genau wissen will, kann die Gelegenheit nutzen und seinen Faust wieder einmal durchaus studieren; ich höre jetzt wieder auf davon. Denn wenn sie mich fragen, ich glaube, dass der kleinste Teil der Liebe vom Essen

kommt – und wenn das Sprichwort sagt, sie gehe durch den Magen, so ist das höchst indirekt gemeint.

Lieber sehe ich's so: Ein kleines, superbies Diner bei Kerzenschein, das allein stimmt schon freundlich füreinander, es schließt so mein Kronzeuge Ovid, „die Herzen auf“. Wenn dann noch ein paar Löffelchen Kaviar dabei sind, Langustenschwänze oder Trüffel ... Und natürlich ein Glas Wein oder Champagner! Ein Glas und nicht viel mehr – denn was unser römischer Freund hierzu zu sagen hat, gilt als Regel fürs Maßhalten in dieser ganzen galanten, aber doch nicht schlüpfrigen Küchenecke:

*Es regt der Wein zur Liebe an,  
mit Mäßigkeit genossen.*

*Jedoch das Herz wird stumpf und dumpf  
mit zuviel Wein begossen.*

Schließlich ist ja immer ein bisschen Zauber dabei; eine Gebrauchsanweisung lässt sich nicht geben. Damals in Jordanien, in dem Städtchen Jenin, servierte man mir köstlich geschmorte Hammelhoden; man isst sie dortzulande mit dem gleichen symbolischen Hintersinn, wie die Afrikaner früher Löwenherzen verzehrten in der Annahme, sie machten mutig. Nun, ich kann das nicht weiterempfehlen, schon wegen der strengen Bestimmungen auf deutschen Schlachthöfen. Aber die Rezepte, die ich Ihnen aufgeschrieben habe, sind in ihren Bestandteilen ebenso historisch und symbolisch – man muß nur ein bisschen daran glauben und einfach mitspielen. Wie sagt Ovid?

*Kein Spiel verstehn, macht unbeliebt.  
Der Spiele gibt es viele.*

*Und Merke Dir's: die Liebe kommt  
gar oft herbei im Spiele!*

Bei einem Fußmarsch entlang des heiligen jordanischen Berges Nebo, des Berges, von dem aus Moses angeblich das gelobte Land sah, machte ich bei einer Rast in einem nahegelegenen Franziskanerkloster die Bekanntschaft einer

italienischen Reisegruppe. Reiseleiter war ein glänzend aussehender junger Jordanier. Angeblich ein Prinz von haschemitischem Geblüt, der dem König Abdallah sehr nahe stehen soll.

Wie die schockierten Damen dieser touristischen Karawanenreise mir mit leisem Schaudern zuflüsterten, hatte sich im Verlauf ihrer mehrwöchigen Reise durch Nordafrika herausgestellt, dass ihr Betreuer Mohamed, sie nannten ihn „Momi“, sich als großer Weiberheld entpuppen sollte. Angeblich soll er keine Gelegenheit ausgelassen haben, sich dem weiblichen Geschlecht zu nähern. Ob blond oder braun, schlank oder gut gepolstert, jung oder schon stärker gereift, verführt er Frauen jeder Sorte wie weiland der berühmte Don Juan, dem Mozart seine schöne „Register-Arie“ gewidmet hat:

„In Italien hundertneunundneunzig, in Deutschland dreihundertneunundsechzig. Aber in Spanien eintausendunddrei“!

Was nun der Wahrheit entsprach oder ob es bloß Gerüchte waren oder böse Redereien der von „Momi“ verschmähten Damen konnte ich nicht herausfinden, aber er hatte schon das gewisse Etwas an sich, bei dem Damen aller Altersgruppen weiche Knie bekamen. Das konnte man schon an seinen Blicken mit dem er die Damen taxierte und „einordnete“, erahnen.

„Wie macht der Kerl das bloß“ fragte ich mich. Vielleicht weil ich Koch bin kam mir plötzlich die Frage in den Sinn: Ist das nun eine Sache der Konstitution oder der Lebensweise? Oder liegt es an etwas anderem?

Da fiel mir das alte Sprichwort ein: „Die Liebe geht durch den Magen“, wobei der Magen zunächst mal das wichtigere ist, kommt er zu seinem Recht, dann ergibt sich alles andere leicht von selbst.

Wie Theorie und Praxis doch manchmal eng zusammenhängen erfuhr ich einige Tage später, als ich „meine“ Italienerinnen kurz vor ihrer Heimreise in einem Hotel der Hafenstadt Akaba wiedertraf. Die junge Witwe eines italienischen Generalstabsoffiziers, die mich in ihr Herz geschlossen hatte, vielleicht

war „Momi“ achtlos an ihr vorüber gegangen, hatte mit dem Küchenchef des Hotels ausgemacht, dass sie einen Abend für mich kochen dürfte.

Und so begann ein ganz besonderes Abenteuer für mich.

Unter ziemlicher Geheimhaltung ließ sie vom naheliegenden „Souk“ alle Zutaten besorgen, schloss sich mit dem Küchenchef in der Küche ein und bereitete mir ein vorzügliches Gericht zu, dass sie mir augenzwinkernd als „Calzone dell' amore“ servierte und beteuerte: „Jede Zutat in diesem Gericht steht für die Zuneigung, die ich für Dich, mein junger Teutone, empfinde. Möge dieses Mahl Dich immer an mich erinnern!“

Ich kann sagen, es hat nicht nur vorzüglich geschmeckt, es hat auch seine Wirkung nicht verfehlt.....

Leider habe ich diese „Lustige Witwe“ später nie wiedergesehen.

Der Küchenchef, versehen mit einem reichlichen „Bak-schisch“, verriet mir später Einzelheiten und Zutaten dieses „Liebesmahls“. Es waren gebratene „Langustenschwänze mit Gemüseperlen“, *Rezept auf Seite XXX* die sie als „Liebesperlen“ bezeichnete und vor allem war es ein Safransud, in dem die Zutaten gegart wurden.

Bei einem späteren Besuch in Akaba konnte ich feststellen, dass der Küchenchef des Hotels das Gericht in seine Speisekarte aufgenommen hatte.

Ebenfalls in Jordanien machte ich in der Nähe der berühmten Felsenstadt Petra, dem wohl berühmtesten Ort in diesem Land, die Bekanntschaft eines deutschen Gymnasialprofessors. Schon vor Jahren entdeckte er, dass mit Bildungsreisen für Studienräte, Geschichtslehrerinnen, Arztgattinnen, Professorenwitwen und anderen Bildungsbeflissenen viel mehr Geld zu verdienen sei als im deutschen Schulsystem.

Er reist seitdem durch die ganze Welt und interessiert sich außer an Museen vor allem an Mädchen und jungen Frauen aller Rassen und Hautfarben.

Nach einer Flasche Arrak, die wir im Innenhof eines Hotel in der Stadt Wadi Musa genüsslich zu uns nahmen, kamen wir ins Philosophieren und zu der Erkenntnis, dass es heutzutage in unserer Gesellschaft doch recht monoton zugehe und ich meinte, dass es zu Zeiten der alten Römer sicher nicht so fad gewesen sei.

Beim Stichwort „Römer“ blitzten die Augen des Professors regelrecht auf, er erhob sich, holte aus seinem Rucksack eine abgegriffene Kladde heraus und zitierte aus der Beschreibung eines römischen Gastmahls: „Als aber Rom an Macht und Reichtum zunahm und seine Einwohner wollüstig und weichlich zu werden begannen, fingen sie an, auf Polstern, Ruhebetten oder weichen Matratzen um den Esstisch herum zu liegen. Wohl blieben die Weiber aus Schamhaftigkeit noch eine Zeitlang bei ihrer Manier, auf Stühlen oder Sesseln zu sitzen. Die Männer aber, besonders die Reichen und Wollüstigen, führten diese Sitte schnell durchgehend ein...“

Und richtig in Schwung gekommen dozierte mein neuer Freund weiter: „Weißt Du, wie sie diese liegende Essensweise nannten? Concubare! Und weißt Du auch, was sie danach taten, trotz der angeblichen Schamhaftigkeit ihrer Weiber? Dann, mein lieber Küchenkünstler, übersetz‘ mal, concubare! Ja, das heißt, „zusammenliegen!“ Und natürlich davon kommt ja auch die „Konkubine.“ Und dazu hab ich ein **Rezept für Dich auf Seite xxx**

Kurz darauf kam die Diskussion auf, ob unsere Nahrungszufuhr Einfluss auf unser Liebesleben haben kann. Auch das war dem Professor wieder einen Ausflug in die Geschichte wert: „Natürlich haben die alten Römer schon sehr viel gewusst von der Liebesküche, die Chinesen und die Griechen sicher noch mehr, aber die haben’s halt nicht aufgeschrieben!“ Aber bekannt ist, dass schon die Sumerer und die Ägypter Hammelhoden zerstoßen und mit Honig gemischt zu sich genommen haben, in der Annahme, das fördere die Potenz.

Als er hörte, dass ich aus Bayern sei, verriet er mir, dass er einige bayerische Metzger kenne, die auch heute noch ihren männlichen Nachwuchs, damit er besonders groß und stark werde, mit gerösteten „Stierbeuteln“ fütterten, die doch eigentlich zu den Schlachtabfällen gehörten.

Schließlich vertraute mir mein gelehrter Trinkgenosse an: „Man hat ja schon immer nach Wundermitteln und Zaubertränken gesucht. Auch Ovid erwähnt, dass Knabenkraut, Bertramwurzeln, Nesselsamen mit schwarzem Pfeffer vermischt konsumiert wird und sagte aber auch gleich dazu: „Ich aber halt's für Gift und rate, es nicht zu nehmen!“

„Da ist überhaupt viel Unsinn getrieben worden, auch mit Yohiminrinde und Spanischer Fliege und solchen Sachen – möchte nicht wissen, wie viele damit statt zur Liebeserfüllung zu Tode gekommen sind...!“

Mit erhobenem Zeigefinger, fuhr er fort: „Denk an das Mittelalter wo neben dem Stein der Weisen und künstlichem Gold ja auch immer nach Mitteln für ungebremste Erotik gesucht wurde!“

Hatte doch der türkische Sultan Saladin, der später vor Wien geschlagen wurde, schon eine „Standhaftigkeitsprobe“ an zwei besonders keuschen Derwischen ausprobieren lassen. Er ließ sie zwangsweise mit scharf gewürztem Fleisch füttern, um ihre Manneskraft anzustacheln, tagelang und vergebens – aber dann gab er ihnen Krustentiere als Mittagsmahl und prompt fielen die frommen Männer sinnlicher Lust anheim.

Besonders schlau zu machen gedachte es auch Frankreichs „Sonnenkönig“ Ludwig XIV., der anlässlich seiner Hochzeit mit Maria Theresia von Spanien hundert Austern verzehrt haben soll, in der Hoffnung auf eine besonders bewegte Hochzeitsnacht. Sie wurde dann auch bewegt, freilich anders, als seine Majestät sich das vorgestellt hatte. Sein Inneres griet in Aufruhr. Außen herum aber tat sich nichts...

Leicht schmunzelnd befand mein Professor, dessen Name „Waldemar Freiherr von Benary“ ich inzwischen kannte: „Er

hätte es vielleicht mit Kaviar probieren sollen!“ Bekannterweise fördert Kaviar als Zinklieferant die Testosteron-Produktion so die Männlichkeit.

Aber, mein lieber Küchenschlingel sagte er auf meine berufliche Profession anspielend, ich verrate Dir jetzt mal, wie man Kaviar wirklich zu sich nehmen sollte.

Mit lebhaften Gesten unterstrich er die Erklärung für sein persönliches Wunderrezept das schnell zubereitet ist und zu jeder Gelegenheit passt, bei dem es gilt, eine Dame zu verführen.

Man braucht dazu ganz dünne Brotscheiben, am besten eignet sich dunkles Roggenbrot, behelfsweise geht es auch mit frisch getoastetem Weißbrot. Auf das Brot wird so dick wie möglich vorbereitetes Tartar oder Beefsteakhack, wie's halt bei Ihnen zuhause heißt, gehäuft.

Dazu nimmst Du, wir waren uns inzwischen, wohl beflügelt durch den Arrak, freundschaftlich zugetan, schönes fettfreies Rindfleisch von der Schulternaht, der Blume oder auch vom Rinderfilet, wenn's schön mürbe ist. Nun drehst Du das aber nicht durch den Fleischwolf, wo es nur zu Brei zerdrückt wird, sondern machst es wie die österreichischen Fleischhauer zu Opas Zeiten. Nimm ein zünftiges Wiegemesser und schneide und wiege das Fleisch klitzeklein.

Mancherorts heißt es ja heute noch „Gewiegtes“. Mit Salz und Pfeffer würzen und rührst vorsichtig, je nach Menge des Fleisches, einige Eigelbe darunter und streich's dick auf's Brot. Ja, natürlich gibst Du, so wie Du es vielleicht gewohnt bist, keine Zwiebeln oder Paprika, kein Öl oder Cognac dazu, denn das würde die erhoffte Wirkung zerstören.

Und dann, mein lieber Junge, kommt der Clou! Du hast Dir's sicher schon gedacht – das Fleisch wird auf die Brotscheiben gestrichen und der Kaviar, möglichst so dick wie das Fleisch, darauf aufgetürmt. Kaviar natürlich von der besten Sorte, also Beluga Malossol.

Auch hier weder Zwiebeln, Zitronensaft oder sonst was darüber geben! Das machen nur die Barbaren!

Am frühen Morgen, die ersten Sonnenstrahlen streiften bereits das Hoteldach, zogen wir uns auf unsere Zimmer zurück und verabredeten uns für den nächsten Abend.

Ich dachte mir, wenn mein schlaues Professorlein schon so viel über die „Liebeserwecker“ wusste sollte er aber auch über die berüchtigten „Liebestöter“ Bescheid wissen.

Beim Abendessen gab es typisch jordanisches „Mansaf“, also viele Fleischsorten mit Reis, verschiedene Mezzeplatten und als Dessert „Kunafa“, eine warme Süßspeise, wie Käsekuchen und „Baklawa“ und in einem passenden Moment sprach ich ihn darauf an.

„Gemach, gemacht lieber Freund, wir holen uns eine Flasche Arak und ziehen uns wieder in den Hinterhof zurück. Da können wir dann das Thema ein wenig tiefer beleuchten.“

Wir machten es uns in wuchtigen Korbsesseln bequem, gossen kaltes Wasser in den Arak, fügten einige Eiswürfel dazu und warteten bis die erwünschte milchige Trübung eintrat und nahmen einen ersten tiefen Schluck.

Der Freiherr stand auf und ging im schmalen Hinterhof auf und ab, wohl ganz wie er es früher vor seinen Studenten tat und belehrte mich: „Pass auf, mein Jüngelchen“, du erinnerst Dich doch, alt genug bist Du ja inzwischen, an die beiden Skandale, die vor vielen Jahren die Bundesrepublik erschütterten: Nitribitt und Nitrat. Rosemarie Nitribitt war jene Frankfurter Edelnutte, man sagte damals verschämt „Lebedame“, die unter noch heute ungeklärten Umständen ermordet wurde. Besonders peinlich war, dass sie penibel Buch über ihre prominenten „Kunden“ geführt hatte und die Veröffentlichung dieser Notizen ganz schön Staub aufwirbelte und für einige honorige Bundesbürger ziemlich blamabel war.

Zum anderen: Nitrit war jene verbotene Zutat, die Westdeutschlands Fleischer damals in großem Umfang ihren Pökelwaren beifügten, damit sie schneller „durch“ wurden. Ich erinnere mich, sie flogen damals auf, wurden zu hohen Gelstrafen

verurteilt und sind seitdem wohl zu subtileren Methoden übergegangen.

Nun zum springenden Punkt: Nitrit erzeugt in den behandelnden Fleischwaren Salpeter – und Salpeter ist ein berüchtigter „Liebestöter“, den man schon im Mittelalter Gefangenen, Soldaten und Kranken ins Essen tat, um dumme libidinöse Regungen erst gar nicht aufkommen zu lassen.

So waren dann die Nitribitt, die „Liebeserweckende“, und Nitrit das „Liebesverderbende“, kurzfristig in groteske Wortgegensätze verbunden.

Auch heute noch, so wurde mir berichtet, ist Salpeter manchmal in Fleischkonserven, Würstchen und Pökelfleisch vorhanden. Das sollte für Dich, als gelernter Pfannenschwenker, ein Grund sein diese gepökelten Fleischwaren nach Möglichkeit zu meiden.

Als der Mond bereits hell am Himmel stand zogen wir uns an die Bar zurück. Den Professor zog es bereits nach kurzer Zeit ins Bett und prompt geriet ich an eine reizende junge französische Dame, namens Fabienne. Sie war sogar eine echte Pariserin und nicht aus dem Sauerland oder aus Niederbayern, wie die meisten Yvonne und Madeleine, die sonst solche Häuser bevölkern.

Sie war, eine Spezialistin auf ihrem Gebiet, einem Gebiet, das mich natürlich besonders interessierte. Es gibt ja in diesem ältesten Gewerbe der Welt gelegentlich das Thema, dass „Kunden“ das Problem haben, die „Sache“ zu Ende zu bringen und die Liebedienerinnen um ihren Lohn fürchten müssen.

Aber sie schmeichelte mir, sie könne mir doch einen „Pousse l' amour“ machen und dann, na dann sehen wir weiter. Ich war natürlich einverstanden und so machte sie sich ans Werk. Ein großes Glas Cognac vermischte sie mit Kaffeekonzentrat, Weißwein, Marashinolikör und etwas Mokkalikör, verrührte es mit einem Eidotter und schüttelte sich und einen Shaker minutenlang. *Rezept auf Seite XXX*

Mit einem zauberhaften Lächeln kredenzte sie mir den Drink, umarmte mich und flüsterte mir ins Ohr: „Je t’aime de tout mon ame“, also „ich liebe Dich von ganzem Herzen“. Und dass auch die Könige von Frankreich sich auf dieses Getränk verlassen hatten, wenn....

Charmant, charmant!

Der Abend schritt fort, es wurde immer aufregender und frivoler. Fabienne erinnerte mich an einen Spruch ihres Landsmannes Henri Vidal: „Beim Weißwein denkt man an Dummheiten. Beim Rotwein spricht man Dummheiten. Beim Champagner macht man Dummheiten!“

Was soll ich groß rumreden, wir tranken Champagner. ...

Professor von Benary hinterließ mir bei seiner Abreise an der Rezeption noch einen Brief mit einem bemerkenswerten Inhalt. Er schrieb: „Mein kleiner Freund, da Du Dich scheinbar für die Liebe im Allgemeinen und im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme im Besonderen interessierst, ist mir noch folgendes in den Sinn gekommen:

„In Oxford gab es einen Physiologieprofessor mit Namen Dr. Nigel Turner, er hat mit seiner besonders munteren Assistentin namens Sheila länger als ein Jahr alle nur erdenkbaren Nahrungsmittel, Delikatessen, Gewürze und Kräuter ausprobiert und untersucht, welches die Potenz nun wirklich steigert. Nach diesem aufopfernden Versuchen meinte er, das einzig Richtige gefunden zu haben: Anchovis, Knoblauch und Weizenkeime!“

Wenn sie nicht die, speziell für das Liebesleben, so unangenehmen Nebenfolgen hätten, sollten auch grüne Erbsen und frische Bohnen dazugezählt werden.

Diese Topempfehlungen müssen aus früheren Zeiten, ehe sie die heutigen Wissenschaftler erforschten, schon bekannt gewesen sein, denn bereits im 4. Jahrhundert weigerte sich der heilige Hieronymus standhaft, ein Bohnengericht auch nur anzurühren.

Zum Ende meiner guten Ratschläge noch eine höchst amüsante Anekdote des als besonders schüchtern geltenden Musiktitanen Beethoven. Ihm sagte man nach, dass er unbedingt „ein Weibsbild“ zur Gesellschaft benötige um seine berühmten Werke zu komponieren und von ihm stammt das Bonmot:

„ Du meine letzte, neunte Symphonie! Wenn Du das Hemd anhast mit den rosa Streifen – Komm wie ein Cello zwischen meine Knie und lass Dir in die Saiten greifen...!“

Viele Grüße von Deinem väterlichen Freund, vielleicht sehen wir uns ja mal wieder.

P.S. Denk immer daran, ein Mann der gut kochen kann ist ein Glücksfall. Ein Mann der gut lieben kann ist eine beglückende Fügung, beides zusammen ist ein Geschenk der Götter!

# Languste mit Liebesperlen

## ZUTATEN

### FÜR 2 PERSONEN:

- 12 lebende Langusten, je circa 1200 Gramm schwer
- 1 Karotte
- 1 Zucchini
- 1 Kohlrabi
- 1 kleines Stück Knollensellerie
- 2 Schalotten, fein gewürfelt
- 50 Gramm Butter
- 0,1 Liter Noilly Prat
- 0,1 Liter weißen Portwein
- 0,1 Liter Weißwein
- 0.125 Liter Fischfond
- Creme fraiche
- 1 Döschen Safranpulver
- 1 Eigelb
- 0,1 Liter Sahne
- Salz und gemahlener weißer Pfeffer
- Saft von 1 Zitrone
- Kapuzinerkresse

## ZUBEREITUNG:

- Wasser mit Salz aufkochen Langusten mit dem Kopf zuerst in das kochende Wasser geben
- Zugedeckt circa 15 Minuten sieden. Herausnehmen, abtropfen, der Länge nach halbieren, Fleisch herauslösen, in Stücke schneiden
- Gemüse vorbereiten, mit kleinem Kugelausstecher „Perlen“ ausstechen, in Salzwasser pochieren, in Eiswasser abschrecken
- Schalotten in Butter hell anschwitzen
- Noilly Prat, Port – und Weißwein und Fischfond angießen, etwas einkochen
- Creme fraiche und Safran einrühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken
- Gemüseperlen mit Langustenstücken im Safransud erwärmen, herausnehmen, warmstellen
- Aus Eigelb und Sahne Legierung herstellen, Sud damit binden

**TIPP: Nicht mehr kochen. Gerinungsgefahr!**

### **ANRICHTEN:**

Langusten und Gemüseperlen anrichten, mit der Sauce übergießen und mit Blüten von Kapuzinerkresse dekorieren.

# Fabiennes Cocktail

## ZUTATEN

### FÜR 2 COCKTAILS:

- 15 Gramm Zucker
- 3 cl. Wasser
- 10 Gramm Pulverkaffee
- 4 Eiswürfel
- 1 Eigelb
- 1 cl. Cognac
- 1 cl. Maraschino
- 2 cl. Mokkalikör
- 0,2 Liter Weißwein

## ZUBEREITUNG:

- Zucker mit Wasser und Pulverkaffee erhitzen bis sich Zucker und Kaffeepulver aufgelöst haben
- Erkalten lassen
- Eiswürfel, Eigelb, Cognac, Maraschino, Mokkalikör und Weißwein in einen Shaker füllen
- Zucker – Kaffeemischung zugeben
- Mehrere Minuten kräftig schütteln. In ein hohes Becherglas abseihen
- Mit etwas Zimt bestreuen

# Nusskuchen

## „Concubare“

### ZUTATEN – FÜR EINEN KUCHEN:

#### FÜR DEN SUD:

- 0,125 Liter Champagner • 20 Gramm Honig • 6 Gewürznelken
- 6 Pimentkörner • Kardamomsamen gemahlen • Zimt gemahlen
- 6 Stück Sternanis • Abrieb von einer Zitrone und einer Orange

#### ZUTATEN – FÜR DEN TEIG:

- 90 Gramm Walnüsse, gerieben • 50 Gramm Gerstenmalz, mittelstark geröstet und fein gemahlen • Salz • 40 Gramm Biskuitbrösel • 5 Gramm Backpulver • 4 Eier, getrennt in Dotter und Eiweiß • 120 Gramm

#### ZUTATEN – FÜR DIE FORM:

- Butter und Biskuitbrösel

#### ZUTATEN – ZUR DEKORATION:

- Schlagsahne • Pfefferminzblätter • kandierte Veilchen

#### ZUBEREITUNG:

- Zutaten für den Sud aufkochen. Zitronen – und Orangenabrieb unterrühren
- Einige Stunden ziehen lassen
- Walnüsse, Salz, Gerstenmalz, Biskuitbrösel und Backpulver mischen
- Eidotter mit Zucker und Vanillezucker sehr schaumig rühren
- Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen
- Nussmischung und Eischnee abwechselnd unter die Dottermasse heben
- Tarte – oder Springform mit Butter ausstreichen, mit Bröseln ausstreuen
- Kuchenmasse einfüllen, glatt streichen, 40 - 45 Minuten backen
- Sud durch ein Sieb gießen, den warmen Kuchen damit gut tränken
- Erkalten lassen, mit Puderzucker bestäuben, Schlagsahnetupfer aufsetzen
- mit frischer Pfefferminze und kandierten Veilchen dekorieren

# Ein Land voller Temperament

*Spanien – Seine Küche*



Der junge Steward, der mich bei meinem ersten Flug auf die Kanarischen Inseln begrüßte, brachte eine unerwartete Kostprobe der hiesigen Aromen mit – ein einziges „Señor“ genügte, um mich vom überwältigenden Duft des Knoblauchs zurückschrecken zu lassen. Damals ahnte ich noch nicht, dass dieses Land meine Geruchssinne grundlegend verändern würde. Tatsächlich – als der gleiche Steward mich vier Wochen später auf dem Rückflug bediente, nahm ich keinerlei Knoblauchgeruch mehr wahr. Einzig die Erinnerung an die sanfte Würze der Speisen und die würzige, reichhaltige Küche der Inseln blieben mir in Erinnerung. Dabei mag ich Knoblauch nicht einmal besonders, aber auf den Kanarischen Inseln lernt man eben, seine Gewohnheiten und Vorlieben zumindest vorübergehend zu ändern.

Die Kanaren, diese idyllische Gruppe von sieben Inseln, strahlen eine spezielle Atmosphäre aus, die durch das warme Klima und die natürliche, kraftvolle Küche geprägt ist. Knoblauch, Bananen, Tomaten und Fische aus dem Atlantik dominieren die Gerichte, und die Qualität der Zutaten übertrifft oft die Erwartungen. Vor allem der lokale Knoblauch – fleischig und würzig, dabei ohne die beißende Schärfe seiner Verwandten aus anderen Regionen – fand seinen Weg in fast jedes Gericht. Neben dem Knoblauch bildet frischer Fisch eine weitere Hauptzutat, besonders in Form von schmackhaften Eintöpfen und traditionellen Fischgerichten, die einen tiefen Einblick in die kanarische Esskultur gewähren. Die Inselküche ist einfach, aber stets mit Bedacht zubereitet.

Ich machte eine Spazierfahrt auf den höchsten Punkt der Insel, dem Mirador del Pico de Las Nieves, der fast 2000 Meter hoch ist und den man sehr gut mit dem Auto erreichen kann. Nachdem ich das Spektakel des Sonnenuntergangs genossen hatte, nahm ich auf der Rückfahrt einen verwegenen aussehenden Burschen mit, der am Straßenrand stand und den Daumen nach oben hielt.

Sein Auto hatte den Dienst quittiert und es stand qualmend am Rande der Passstraße!

Nachdem einige Fahrzeuge vor mir in hohem Tempo an ihm vorbeirauschten erbarmte ich mich seiner, stoppte und ließ ihn einsteigen. Gestenreich erklärte er mir, er heiße Mateo, sei Cocinero, also Koch, in Las Palmas, sei spät dran und müsse unbedingt zu Beginn der Abendschicht in seinem Restaurant sein und ob ich nicht ein bisschen schneller fahren könnte... Was ich natürlich tat, man kann doch schließlich einen Kollegen nicht im Stich lassen.

Nachdem ich ihn wohlbehalten abgeliefert hatte lud er mich als Dank für meine Hilfsbereitschaft am nächsten Abend zu sich in die „Cofradia Marinea“ ein.

Mit einem Taxi fuhr ich in das verabredete Viertel San Christobal und staunte nicht schlecht, als mich mein Kolege in ein kleines Restaurant an der Meerespromenade führte, das einer Fischereivereinigung gehört.

Mit leuchtenden Augen und voller Stolz erzählte mir Mateo, dass sich das Lokal an einem historischen Ort befindet, denn in alten Zeiten stand hier das „Castillo de San Cristobal“.

Das Lokal war einfach eingerichtet aber, es vermittelte eine Behaglichkeit wie man sie eben nur in alten Gemäuern erleben kann.

Mateo führte mich in die Küche wo ich von seinen Kollegen mit lautem Hallo begrüßt wurde. Nachdem er mich als seinen hilfsbereiten Samariter vorgestellt hatte nahm das Händeschütteln kein Ende. Die ersten Gläser „Tinto de Verano“, einer Mischung aus Rotwein und Zitronenlimo wurden vom Küchenchef spendiert.

Die Kochbrigade versprach mir, als Dank für den „Lift“ des Kollegen, der ja dank meiner Hilfe rechtzeitig zur Abendschicht erscheinen konnte, ein besonderes Fischragout *Rezept auf Seite XXX* zuzubereiten.

Und was mir dann serviert wurde war wahrlich eine Geschmacksexplosion.

Dass frischer Fisch im Hause einer Fischereivereinigung selbstverständlich ist, war mir schon bewusst, aber was die Kollegen da auf den Tisch brachten, stellte alles, was ich bisher an Fischgerichten kannte, weit in den Schatten.

Frische Muscheln, Oktopusse, Scampi und vieles weitere schuppiges Getier, unter anderem Thunfisch, Schwertfisch und Zackenbarsch aber auch Tomaten und Papparikastückerl, türmten sich in einer irdenen Schüssel vor mir auf und ein verführerischer Duft aus Knoblauch, Weißwein und Safran stieg mir in die Nase.

Meine Geschmacksknospen tanzten Flamenco mein uneingeschränktes Lob ging an diese wahren Heroen der Meeresküche.

Obwohl die kulinarische Identität der Kanaren stark von Spanien geprägt ist, bringen die Inseln ihre ganz eigene Note ein. Die berühmte Paella Valenciana und die kühle Gazpacho aus Andalusien sind hier zwar bekannt und geschätzt, aber die Kanarier haben tolle Gerichte entwickelt, die ihren Lebensstil und ihre natürlichen Ressourcen besser widerspiegeln. Die „Papas Arrugadas“, salzige kleine Kartoffeln mit „Mojo Rojo“, einer pikanten Soße, oder „Mojo Verde“, einer milden Variante aus grünen Paprikas und Kräutern, sind beliebte Beilagen und ein echter kanarischer Klassiker. Es ist einfach und doch wunderbar aromatisch – eine Philosophie, die sich durch die gesamte Küche der Kanaren zieht.

Und wie könnte man die Kanaren beschreiben, ohne die Freihafenkultur zu erwähnen! Da in den kanarischen Häfen keine Zölle auf importierte Waren erhoben werden, erfreuen sich auch hochqualitative Importprodukte großer Beliebtheit. So wird schottischer Whisky für die Bevölkerung genauso

erschwinglich wie der einheimische Rum oder der Sherry. Für die vielen skandinavischen Touristen, die die Kanaren ebenfalls zu schätzen wissen, ist dies ein willkommener Vorteil. In Las Palmas auf Gran Canaria, Spaniens größtem Hafen, finden sich Waren aus aller Welt – ein wahres Paradies für Feinschmecker und Genießer.

Der Grund meiner Reise auf die Inseln war jedoch eine spezielle Mission: die Eröffnung eines typisch deutschen Restaurants für Touristen, die deutsches Essen auf den Kanaren schmerzlich vermissten. So entstand das Restaurant „Bei Maxi“, ein kleines Stück Heimat für Deutsche, das tausende Kilometer von Zuhause entfernt „Schweinsbraten nach Großmutter Art“ und „Leberknödel“ servierte. Dieses Restaurant sollte die Sehnsüchte zahlreicher Urlauber erfüllen und zugleich eine Brücke zwischen der Heimat und dem fernen Spanien bieten.

Doch nur ganz allein auf deutsche Urlauber und „Überwinterer“ aus dem kalten Norden Europas wollten sich die Besitzer, langjährige Freunde von mir, mit ihrem gastronomischen Betrieb an der Playa de las Canteras nicht beschränken.

Ich empfahl ihnen einen kulinarischen Mix aus „germanischem“ Essen und inseltypischen Spezialitäten damit auch „Canarios“ den Weg zu ihnen fänden.

Sie fanden den Vorschlag gut und machten sich nun auf die Suche nach einer Mitarbeiterin die den spanischen Part in der Küche übernehmen könne.

Ich versprach zu helfen, hörte und schaute mich um, hatte Glück und so kam ich später nicht mit leeren Händen sondern mit einer jungen Köchin in Las Palmas an.

Kennengelernt hatte ich die junge Dame auf recht ungewöhnliche Weise in Frankfurt.

Das dortige „Deutsche Suppeninstitut“ veranstaltete bundesweit ein Preisausschreiben in dem der beste Spruch zum Thema „Suppe“ gesucht wurde.

Ich hatte die Ehre, Mitglied in der Jury sein zu dürfen und es wurde einstimmig der höchst geniale Slogan zum Sieger gewählt: „Streikt deine Kraft auf Bergeskuppe – Mensch dann iss doch mal, ne Suppe!“

Beim anschließenden Abendessen begegnete ich der Gewinnerin der „Goldenen Suppenkelle“, einer Köchin aus Oberbayern. Sie machte, trotz des Sieges, einen bekümmerten Eindruck auf mich.

Gefragt ob sie Probleme habe, antwortete sie mir: „Probleme direkt nicht, aber starken Liebeskummer!“

Es stellte sich heraus, dass sie sich im Urlaub gewissermaßen unsterblich, in einen „Canaro“, also einen Bewohner der Kanarischen Inseln, verliebt habe und der Trennungsschmerz betrübe sie doch sehr.

Ich sagte ihr, da könne man vielleicht etwas machen und berichtete ihr, dass ich für ein Lokal in Las Palmas eine Köchin suche. Und so kam schließlich „eins zum anderen.“ Sie wurde engagiert und flog mit mir im nächsten Flugzeug auf ihre Trauminsel und zu ihrem Traummann.

So wurden zwei Fliegen mit einer Klappe geschlagen: das „Bei Maxi“ hatte die lang ersehnte Köchin gefunden und das liebende Paar hatte sich wieder.

Sie haben später in der ältesten Kirche von Las Palmas, der Kathedrale Sante Ana, geheiratet, sind immer noch glücklich miteinander und inzwischen stolze Eltern von drei munteren „Zwackerln.“

Aber ich greife vor.

Denn erstmal kam die verliebte junge Dame ein halbes Jahr lang unter die Fittiche von Doña Maria, die sie in die Geheimnisse der Kanarischen Küche einwies.

Das kesse Fräulein stellte sich als äußerst wissbegierig heraus, war unglaublich begabt, lernte schnell und schon Monate später gab es im „Bei Maxi“ nicht nur altbekannte „Teutonische“ Gerichte, sondern auch kanarischen Bohneneintopf, bestehend

aus Kichererbsen, weißen und roten Bohnen, würziger Knoblauchwurst, Tomaten, vielen frischen Kräutern und vor allem gab es an heißen Tagen „Gazpacho“ *Rezept auf der Seite xxx* und ihre Spezialität Lachstattar mit Fechel. *Rezept auf der Seite xxx*

Die Geschichte der „Gazpacho“ einer kalten Suppe, reicht ja weit zurück, erklärte ihr Doña Maria. Schon römische Soldaten hätten sie auf die Kanaren gebracht die von ihnen die „Inseln der Glückseligen“ genannt wurden.

Doña Maria vermutet, dass die Zubereitung der „Gazpacho“ den Legionären wohl einzig allein dazu diente, sich eine kräftigende Unterlage für ihre Saufereien mit saurem Wein zu verschaffen.

Daher auch die Zugabe Brotwürfeln und reichlich Olivenöl.

Für viele Europäer ist die kanarische Küche auf den ersten Blick eine Herausforderung. Die deftigen Bohnen, die kräftigen Eintöpfe und die exotischen Fischgerichte führen bei einigen Touristen zu Unverträglichkeiten. Das bekannte Phänomen „Montezumas Rache“ in Mexiko hat hier ein Pendant, das jedoch mit einem einfachen Hausmittel gelindert werden kann. Die alte Doña Maria, eine erfahrene Wirtin, empfahl mir ein großes Glas Zitronensaft, gemischt mit Maismehl, das in einem Zug getrunken wird. Der Geschmack lässt zu wünschen übrig, aber das Mittel wirkt.

Insgesamt spiegeln die Kanarischen Inseln nicht nur die Vielfalt der Natur wider, sondern auch die einzigartige Mischung spanischer, afrikanischer und südamerikanischer Einflüsse, die jede Mahlzeit zu einem Erlebnis macht. Die Sonne, die Strände und die frische Meeresluft tun ihr Übriges, um das Essen noch köstlicher und den Aufenthalt unvergesslich zu machen. So verlässt man die Kanaren schließlich mit einem Bauch voller Erinnerungen und einem Koffer, der vielleicht ein paar Flaschen des günstigen Whiskys oder Rums enthält – und mit der Gewissheit, irgendwann zurückzukehren.

# Fischeintopf

## „Mateo“

### ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

400 Gramm frische Miesmuscheln • 12 – 15 Stück vorbereitete Scampi,  
• 800 Gramm grätenfreie, gemischte, festfleischige Fische, z.B. Kabeljau,  
Barsch, Schwertfisch oder Thunfisch • Salz • gemahlener Pfeffer • Paprika  
• 2 gekochte Oktopusarme • 3 Zwiebeln, in Würfel geschnitten • 4 cl. Oli-  
venöl • 1 Knoblauchknolle, geschält und feingehackt • 6 Tomaten, enthäu-  
tet, halbiert, entkernt, in Stücke geschnitten • 0,25 Liter Weißwein • Saft  
einer Zitrone • 0,25 Liter, Fischfond zum Aufgießen • 2 Lorbeerblätter •  
Salz, gemahlener Pfeffer • 1 Döschen Safran • 2 cl. Pernod oder Noilly  
Prat • 30 Gramm kalte Butterflocken • 1 Bund Blattpetersilie, fein gehackt  
• 1 Bund Dill, fein geschnitten

### ZUBEREITUNG:

- Muscheln waschen. Klebrige Bysusfäden entfernen
- Geputzte, geschuppte Fischstücke und Scampi in Stücke, Oktopusarme in Ringe, schneiden
- Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch beifügen, goldgelb anschwitzen. Tomaten zugeben, mit Weißwein, Fischfond, Lorbeerblättern, Pernod oder Noilly Prat auffüllen, Safran einrühren, aufkochen
- Muscheln, Fischstücke, Scampi und Oktopus einlegen
- Fische, Muscheln und Schalentiere sollten bedeckt sein. Circa 10 bis 15 Minuten köcheln bis der Fisch gar ist und die Muscheln geöffnet sind
- Meerestiere in einer Schüssel anrichten, die Butterstücke in den Sud einrühren, abschmecken und darüber geben
- Mit Petersilie und Dill bestreuen und getoastetem „Barra“, einem mildem Weizenbrot, mit knuspriger Kruste, servieren

# Gazpacho

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 1500 Gramm reife Tomaten, gehäutet, geviertelt, entkernt
- 1 große Salatgurke, geschält
- 2 kleine weiße Zwiebeln, gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 gelbe Paprikaschote, entkernt, gewürfelt
- 1 Liter kalte, entfettete Rinder- oder Hühnerbrühe
- 2 cl. Olivenöl
- 2 bis 3 cl. Weißweinessig
- Salz, gemahlener Pfeffer
- einige Tropfen Tabasco
- Ciabatta, in grobe Würfel geschnitten
- 2 Knoblauchzehen zerdrückt
- Olivenöl zum Rösten der Ciabattawürfel
- 1 Bund Blatt Petersilie, fein gehackt
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten

## ZUBEREITUNG:

- Gurke längs halbieren, entkernen, kleinschneiden. Tomaten, Gurken, Zwiebelwürfel, Knoblauchzehen, Paprikaschote, Brühe, Olivenöl und Weinessig im Mixer sehr fein pürieren und kräftig abschmecken
- Die Suppe soll seidige Textur haben. Kalt stellen
- Olivenöl erhitzen, Ciabattawürfel und zerdrückten Knoblauch zugeben, goldbraun rösten
- Abkühlen mit Petersilie vermischen und vor dem Servieren die Brotwürfel und den Schnittlauch über die Suppe verteilen
- Die Gemüsesuppe in tiefe, vorgekühlte Teller anrichten

# Noch ein Rezept

# Lachstatar

## *mit Fenchel*

ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN

### LACHSTATAR

200 Gramm frisches Lachsfilet, ohne Haut und Gräten • 200 Gramm Räucherlachs, ohne Haut und Gräten • 1 Stange Frühlingszwiebel, in kleine Würfel geschnitten • 1 Bund Dill, gezupft, fein geschnitten • Saft von einer Limette • 10 Gramm Honig • 20 Gramm Olivenöl • Salz, • gemahlener Pfeffer • Wachteleier, gekocht, halbiert • Lachskaviar, • Kresse • Dill – oder Korianderblätter

### ZUBEREITUNG:

- Rohen und geräucherten Lachs in sehr feine Würfel schneiden, mit Dill, Frühlingszwiebel, Limettensaft, Honig, Olivenöl, Salz und Pfeffer gut vermengen
  - abschmecken, kühl ruhen lassen
- 

### ZUTATEN

#### FÜR DEN FENCHELPFANNKUCHEN:

400 Gramm festkochende Kartoffeln, in der Schale gekocht • 150 Gramm gekochten Fenchel, das Grün gehackt • 1 Schalotte, fein gewürfelt, • 10 Gramm Butter • Salz, gemahlener Pfeffer, geriebene Muskatnuss

### ZUBEREITUNG:

- Geschälte, kalte Kartoffeln (am Vortag kochen) mittelgrob raffeln
- Fenchel in sehr dünne Streifen schneiden, mit Kartoffeln und Fenchelgrün mischen
- Schalottenwürfel in Butter anschwitzen, zugeben. Würzen
- Mit einem Esslöffel Kartoffel – Fenchelmasse abstechen, rund formen
- 4 kleine Pfannkuchen goldbraun ausbacken

# *Noch Lachstatar mit Fenchel*

## ZUTATEN

### FÜR DEN FELDSALAT:

Feldsalat waschen und trocken schleudern • 0,1 Liter helles Bier • 0,1 Liter Traubenkernöl • 4 cl. Gramm Sherryessig • 20 Gramm Ahornsirup oder Honig • 1 Bund Schnittlauch, geschnitten • 1 Apfel, geschält, entkernt, in sehr feine Würfel geschnitten • Salz • gemahlener Pfeffer

## ZUBEREITUNG

### DRESSING:

- Bier, Traubenkernöl, Sherryessig und Ahornsirup (oder Honig) verrühren
- Schnittlauch und Apfelwürfel beifügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Salat damit anmachen

## *ANRICHTEN*

Lachstatar auf Fenchelpfannkuchen anrichten.

Mit Lachskaviar, Kräutern und halbierten Wachteleiern garnieren.

Feldsalat extra dazu anrichten.

# Geschichte & Kunst Kultur & Kulinarik

## *Italien*



**I**talien ohne Spaghetti, wie Touristen sie bekommen, Italien ohne Polli und Saltimbocca und Coratella, wie die Feinschmecker sie in sorgfältig verborgenen Restaurants von Rom und Florenz suchen – kaum denkbar, nicht wahr? Ich habe dieses „Italien ohne“ auch nur durch Zufall entdeckt, und zwar wegen eines Krankheitsfalls, den wir an Bord hatten. So steuerte die kleine, hübsche „Dalmatija“, auf der ich Seurlaub machte, außerplanmäßig den Hafen von Livorno an, und ich fiel unter die Piraten.

Denn vier Seeräuber, die namentlich allerdings nicht überliefert sind, hatten der Hafenkneipe den Namen verliehen, der mich anzog: „Taverna di Quatro Corsari“. Wir hatten eigentlich in die Stadt gehen wollen, um den unverhofften Aufenthalt zu ein paar Einkäufen auszunützen, aber mir stachen schon nach wenigen Metern an Land die „Quatro Corsari“ ins Auge. Ich weiß nicht warum, aber es gibt wohl auch auf der Zunge gewisse Ahnungen. Flugs animierte ich einen Mitpassagier, mir Gesellschaft zu leisten, und da saßen wir nun.

Die Hitze brütete auf der kleinen Piazza; es dauerte eine ganze Zeit, bis ein älterer Mann zu uns an den Tisch schlurfte und lustlos bemerkte: „Si?“ „Vino“, si. „Rosso?“ Rosso! „Mangiare“? No, no, Cucina zu, nix fertig. Questa sera. Nicht vielleicht was caldo wollte ich fragen, aber caldo heißt ja wieder warm und nicht kalt und unser gemeinsames Italienisch bestand eben bloß aus 15 Wörtern. Also gaben wir's auf und sprachen einem vorzüglichen leichten Roten zu, bis mein Begleiter einmal hinaus – und das hieß in diesem Falle hinein mußte ins Lokal und an

der Küche vorbeikam. „Da sitzt doch einer drin und putzt Krabben!“ stellte er fest, als er wieder am Tisch saß. Daraufhin probierten wir's gemeinsam in der Küche. „Mangiare“? No, „erst a notte“, fingen die beiden Italiener wieder an. Wir, mit Händen und Füßen: „Und was ist das?“ „Granchi“ das schon. „Und das?“ Da war ein dunkel köstlicher Parmaschinken. „Prosciutto“? „ja, das auch“.

Und so hatte mich meine gastronomische Ahnung doch nicht betrogen. Es kamen die Granchi, blitzfrisch in einer Sauce aus Fleischbrühe, Tomaten und Rosmarin und eminent viel Knoblauch, es kam der Schinken, ein luftgetrocknetes Gedicht, es kam neuer Wein und es kamen wieder Krabben, Schinken und Wein.

Etwa in diesem Stadium kamen auch unsere Stadtbummler zurück, unter ihnen meine Frau, die mich naturgemäß mit dem Knoblauch nicht alleinlassen konnte, und es kamen neue Krabben, neuer Schinken, neuer Wein. Es muß den Wirtsleuten selber Spaß gemacht haben, wie uns dieses einfache Mahl aus und unter heiterem Himmel schmeckte denn am Schluß kredenzten sie uns eine unbestellte Flasche Wein: „Vom Padrone!“

Das war ausgerechnet in dem Moment, als unsere „Dalmatija“ ihre Sirene ertönen ließ, offenbar auf der Suche nach uns – und man konnte die spendierte Flasche doch nicht stehen lassen. So tranken wir in unauffälliger Hast, nahmen Grüße an den Herrn Vetter in München mit, dankten und entfernten uns im Laufschritt.

Wir kamen gerade noch rechtzeitig an Bord um die freundliche jugoslawische Besatzung nicht unfreundlich werden zu lassen. Im Ablegen ertönte bereits der Gong zum Abendessen. Es gab, dem Gastland zu Ehren, zur Vorspeise – Spaghetti. Denn „Italien ohne“ ist halt doch nicht denkbar.

Kurz vor dem Einschlafen fiel mir ein, dass ich doch schon mal in Italien war und zwar auf dem Landweg und das auch noch sprichwörtlich.

Es trug sich so (oder ähnlich) zu:

Bei einem festlichen Abendessen im Kronberger Schlosshotel sprach mich meine bezaubernde Tischnachbarin an. Eine studierte Kuratorin des „Städel“ Museums in Frankfurt un meinte, ich könnte sie doch einmal an ihrem Arbeitsplatz besuchen und sie würde mir mit Vergnügen eine private Führung durch die Ausstellungsräume ermöglichen.

Intelligente Frauen haben mich schon immer besonders interessiert und ich war wohl inzwischen schon ein bisserl verliebt in dieses zauberhafte Geschöpf mit dem Pferdeschwanz und den drolligen Grübchen, und so nahm ich diese Einladung an.

Bereits die Woche darauf, im Frankfurter Stadtteil Sachsenhausen, in dem sich das Museum befindet.

Beim Rundgang faszinierte mich ein Bild ganz besonders.

Es zeigte „Goethe in der Campagne“, gemalt von Johann Heinrich Tischbein, einem seiner Reisegenossen, die ihn bei seinen italienischen Abenteuern begleiteten.

Susanne erklärte mir, dass das ihr absolutes Lieblingsgemälde sei und sie eine große Bewunderin des Dichturfürsten wäre. Viele seiner Gedichte könne sie auswendig rezitieren.

Sie schwärmte davon, dass es eine Kopie dieses Gemäldes in Rom gäbe. Genau an dem Ort wo das Original entstanden sei und es ein Lebenstraum von ihr wäre einmal, dorthin reisen zu können.

Seit Jahren würde sie dazu schon Pläne schmieden aber sie habe noch niemanden gefunden, der dieses Vorhaben mit ihr durchführen wolle.

Und wie schon erwähnt: Ich war von Amors Pfeil direkt ins Herz getroffen und mit der Aussicht auf ein erotisches Abenteuer schlug ich ihr kurzerhand vor: „Da fliegen wir einfach hin, das ist kein Problem für mich, ich buche uns einen Flug ab Frankfurt und innerhalb kurzer Zeit sind wir in der Via del Corso 18, wo diese Kopie hängt und wir sie besichtigen können.“

Als Reiselektüre stellte ich mir Goethes „Italienische Reise“ vor, die ich im Flugzeug kurz zu überfliegen gedachte, um ihr mit meinen Kenntnissen von Land und Leuten zu imponieren.

„Einverstanden“ sagte die Maid, „aber eine Bedingung gäbe es“. „Das freut mich aber riesig“, war die in mein Ohr gehauchte Antwort. Die Bedingung ist also folgende: „Ich möchte die Reise nach Italien so wie der von mir verehrte Johann Wolfgang von Goethe unternehmen, also zum größten Teil in der Kutsche oder zu Fuß.“ Da es keine Kutschen mehr gibt, könnten wir doch die meisten Teilstücke per pedes zurücklegen, Oder?

Ich war einer Ohnmacht nahe ich hoffte der, Fußboden würde sich unter mir auftun und mich verschlingen. Aber es half alles nichts, ich hatte es versprochen und nun musste ich, gentlemanlike, auch zu meinem Wort stehen.

„Du willst wirklich, wie weiland der Dichturfürst, über die Alpen bis nach Verona latschen“? „Natürlich“, verkündete sie mir, „ich habe mich bereits informiert. Es gibt einen „Goethewanderweg“, der von München bis nach Verona in Norditalien führt.

Das sind schlappe 600 Kilometer und die wirst Du wohl noch schaffen. Oder?“

Mit Angst und Schrecken erinnerte ich mich an meine Schulzeit in Ruhpolding, wo mir der Fußweg in die nahe Kreisstadt Traunstein schon endlos lang vorkam, und nun sollte ich nach Italien?

Aber es half alles nichts, sie hatte alles minutiös geplant und in ihre italienische Landkarte waren bereits alle Etappenziele eingezeichnet. Und dann ging es los.

An einem sonnigen Morgen packten wir also unsere Rucksäcke, schnürten die Wanderstiefel und freuten uns auf das Abenteuer, das uns bevorstand. Meine Begleiterin mehr, ich weniger. Sie schwärmte von den Köstlichkeiten der italienischen Küche, von den hübschen kleinen Städten, die wir durchwandern würden, der wundervollen Natur und den charmanten italienischen Männern.

Da hatte ich zum ersten Mal das Gefühl, es wäre besser gewesen wenn ich in meinem bescheidenen Heimatdorf geblieben wäre.

Auch von den von mir geplanten erotischen Abenteuern würde ich mich wohl verabschieden müssen, denn nach stundenlange Latscherei über die Alpen und das italienische Oberland würde daran nicht mehr zu denken sein. So war es dann auch.

Es begannen die nicht endend wollenden 600 Kilometer Fußmarsch.

Bei unserer ersten Rast am Kloster Benediktbeuern packte sie aus ihrem Rucksack eine Mundharmonika aus, spielte eine Melodie, die mir entfernt bekannt vorkam, ich aber nicht einordnen konnte.

Was war das für ein Musikstück, erkundigte sie sich und ich gestand ihr mein musikalisches Unwissen ein. „Du Banause, du bayerischer, das ist der Anfang der „Italienischen Symphonie“ von Felix Mendelsohn Bartholdy, die solltest Du aber schon kennen, auch wenn Du in Ruhpolding nur eine Zwergschule besucht hast!“

Beschämt über meine mangelnde Allgemeinbildung konnte ich nur noch erwidern, dass sich die auf der Mundharmonika geblasene Melodie doch ein bisschen anders als im Konzertsaal anhören würde und ich es sonst sicher erkannt hätte, Naja. ...

Bei einem der nächsten Etappenziele, kurz vor der italienischen Grenze am Brennerpass, las sie mir aus einem mitgeschleppten Buch über das Leben des Herrn von Goethe vor. Trotz der Schmerzen in meinen dick angeschwollenen Füßen, die ich mit „Geh wohl“ präpariert hatte, war ich neugierig, also las sie vor:

„Italien war für Goethe schon immer ein besonderer Sehnsuchtsort und für ihn der Inbegriff von wahrer Schönheit. Mit der Reise dorthin flüchtete er vor den vielfältigen Verpflichtungen am Weimarer Fürstenhof, die für ihn immer schwieriger zu bewerkstelligen waren und ihn wohl in eine

Schaffenskrise stürzten und sicher war er auch noch unglücklich verliebt!“

Mein Einwand: „Musste er deswegen unbedingt zu Fuß nach Italien gehen,“ wischte sie kurzerhand weg.

Dann ging's weiter, immer bergauf und bergab.

Wir schafften täglich ungefähr eine Etappe von 25 Kilometern, so dass wir erschöpft, ausgedörrt und hundemüde nach fast 30 Tagen unser Ziel in Verona erreichten.

Ein einziges Mal auf dieser Wanderung konnte ich nun meinen Kopf, wenn auch unter Mühen, durchsetzen, ich wollte nicht weiter nach Florenz latschen sondern, beinahe auf Goethes Spuren, nach Florenz mit dem Zug fahren und von dort aus mit dem Flugzeug nach Rom weiterreisen. Gnädig wurde mein Vorschlag angenommen, ich glaube ihr taten die Füße auch sarkrisch weh.

Also waren wir nun erstmal in Verona.

Abends besuchten wir in der berühmten Arena, die auch Goethe schon bewundert hatte, eine monumentale Aufführung der Oper „Aida.“ Wir saßen im obersten Rang, auf den von der Sonne noch erwärmten Steinen und schliefen prompt ein.

Dunkel erinnere ich mich an bunt gekleidete Menschenmassen die auf einer riesigen Spielfläche hin und her marschierten, einer Sängerschar die ihr bestes gab und ich bin mir fast sicher, es waren auch Elefanten auf der Bühne. ...

Im Ristorante „Nastro Azzuro“ von dem aus man eine wunderbare Sicht auf die Arena hat, präsentierte uns der „Chef de cuisine“ spät nachts noch eine märchenhaft zubereitete Kalbsleber die in dem berühmten Rotwein Amarone geschmort wurde. *Rezept auf Seite xxx*

Pappsatt aber mit einem unglaublichen Glücksgefühl und leicht beschwipst wanderten wir zurück in unsere „Residenza“, leider wieder nur in getrennten Schlafzimmer also in „Camera da letto separate“, so wie es damals im erkatholischen Italien das Gesetz vorschrieb.

Am nächsten Tag besuchten wir das älteste und berühmteste Café der Stadt, das „Caffe’ Dante“, und tranken dort einen perfekt zubereiteten Cappuccino.

Egal wie, schön war’s, lehrreich war’s aber auch sakrisch teuer.

Den lauen Abend verbrachten wir in der „Antica Bottega del Vino“ wo uns die Hausspezialität „Saltimbocca“ [Rezept auf Seite xx](#) ans Herz gelegt wurde. Es war ein Gericht vom Feinsten, ein lukullischer Höhepunkt.

Dünne Schnitzelchen, aus der Kalbskeule geschnitten, werden flach geklopft und mit Schinken und Salbei gefüllt und in Butter zubereitet. Ein märchenhaftes Aroma stieg von unseren Tellern auf und es war wirklich ein „Spring in den Mund“ wie „Saltimbocca“ in der deutschen Übersetzung heißt.

Unsere Weiterreise nach Venedig mit der Bahn war recht komfortabel, dauerte drei bequeme Stunden, und ich konnte meine mahlenden Füße auf einer Bank ausstrecken und fühlte mich langsam wieder als Mensch und nicht mehr als Alpenheuschrecke.

Venedig empfing uns freundlich. Es waren ausschließlich Doppelzimmer vorhanden. Unsere Wirtin empfahl uns das Ristorante „La Piazza“ und anschließend die Gelateria „Suso“.

Das Abendessen im „La Piazza“ im Herzen Venedigs war das ultimative venezianische, italienische Erlebnis! (Rezept „Seeviecherl in Piazza Venezia“ [auf Seite XXX](#)).

Dieses berühmte Ristorante bewies uns in Küche und Service, warum es seit langem diesen hohen Rang in dieser traumhaft schönen und historisch bedeutenden Stadt innehat.

Wir ließen uns beraten und erhielten ein Hauptgericht, das an Gaumen- und Augenschmaus nicht zu überbieten war: Man servierte uns Meerestiere im Bierteig, gebacken mit einer Tomaten-Knoblauch-Sugo. ([Rezept auf Seite XXX](#))

Natürlich verlangten wir dazu einen Weißwein aus der Region und bekamen auf besondere Empfehlung des Hauses einen „Soave Classico – Seréole“: hellgelb im Glas, perfekt zum

Bierteig passend, fruchtig mit Noten von Birnen und Pfirsichen, am Gaumen wunderbar balanciert – so wie ich an den Lippen meiner Begleiterin hing.

Doch tief in meinem Inneren spürte ich, dass all das noch nicht reichte, um meine Goethe-affine, überaus charmante Begleiterin endgültig von meinen Qualitäten zu überzeugen.

Aber da war ja noch die zweite Empfehlung unserer Wirtin – gleich um die Ecke: die Gelateria „Suso“. Und da hatte ich ein gutes Gefühl ... Ja, es hatte sich gelohnt. Wir waren uns einig, dass wir selten so gutes Eis gegessen haben.

Endlich konnte ich trotz meiner bescheidenen Bildung etwas zum Besten geben, Ein Wissen aus meiner Zeit in der Hotelfachschule in Münchner Vorort das versteckt in meinem Kopf eingelagert war.

Ich erklärte gestenreich, in der Hoffnung, dass viele Umstehende meiner Rede lauschen würden, folgendes: 1553 heiratete die 14 - jährige Adelstochter Katharina von Medici den ebenfalls erst 14 – jährigen französischen Thronfolger Heinrich II.

Als besondere Überraschung wurden in der sommerlichen Hitze riesige Mengen von Himbeer – Zitronen – und Orangen- eis aufgetischt.

Die Begeisterung der Hochzeitsgäste war riesengroß.

Mit vor Staunen offenem Mund hörte sich mein „Wanderfräulein“ diese Vermittlung meiner gastronomischen Kenntnisse an und bedankte sich dafür mit der Aussicht auf einen „Kiss tonight.“

Ich konnte sie dann auch noch überzeugen die rund 400 Kilometer nach Rom mit der Fluglinie Alitalia zurückzulegen.

Und dort konnten wir dann endlich die Kopie des berühmten Gemäldes besichtigen.

Das war dann auch das Ende unserer Reise. Nach dem Rückflug nach Frankfurt entschieden wir, dass mein unstetes Leben doch nicht besonders gut zu ihrem passe und so verabschiedeten wir uns in aller Freundschaft.

In Erinnerung blieb uns aber lange der Name den wir unserem Abenteuer gegeben hatten: „Vittoria“ das italienische Wort für Sieg.

Denn das was wir geleistet hatten war ja nun wirklich ein bedeutender Sieg für uns.

Noch Jahre später, wenn wir uns zufällig wiedersahen, deuteten wir auf unsere Füße, riefen „Vittoria“ und amüsierten uns köstlich über die verdutzten Blicke der Leute um uns herum.

# „Saltimbocca“

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 8 Kalbsschnitzel, je 100 Gramm, flach geklopft
- Salz, gemahlene Pfeffer
- Mehl
- 8 große Salbeiblätter
- 4 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
- 8 große, dünne Scheiben Parmschinken
- Öl zum Anbraten
- 10 Gramm Mehl
- 0,125 Liter trockenen Weißwein
- 20 Gramm kalte Butterflocken
- Salz, gemahlene Pfeffer
- Zitronensaft
- 1 Bund Blatt Petersilie, fein gehackt

## ZUBEREITUNG:

- Schnitzel würzen, Salbeiblätter auf die Schnitzel legen, Parmschinken darauf geben, mit einem Holzspieß befestigen, in Mehl wenden
- Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauchzehen mit den Schnitzeln einlegen, von jeder Seite 3 - 4 Minuten braten
- Herausnehmen, warm stellen
- Bratensatz mit Mehl stäuben, anschwitzen, mit Weißwein ablöschen, einkochen lassen, kalte Butterflocken unterschlagen
- Abschmecken, über die Schnitzel geben und die Petersilie drüberstreuen

# Kalbsleber

## *nach „Veroneser Art“*

### ZUTATEN

#### FÜR 4 PERSONEN:

- 1000 Gramm Kalbsleber
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 5 cl. Amarone Rotwein
- 0,1 Liter Bratenjus, am besten vom Kalb
- 0.125 Liter Sahne
- Salz, gemahlener Pfeffer
- gezupfte Kerbelblätter

### ZUBEREITUNG:

- Kalbsleber in zwei dicke Stücke schneiden, kurz von beiden Seiten anbraten
- 15 Minuten bei 200 Grad in den Ofen geben, mehrmals wenden, herausnehmen
- salzen, pfeffern
- warmstellen
- Bratensatz mit Amarone Wein ablöschen
- mit Bratenjus und Sahne auffüllen, aufkochen, reduzieren, passieren, abschmecken, Kerbelblätter einstreuen
- Kalbsleberstücke tranchieren
- anrichten
- Sauce darüber geben

# Seeviecherl

## *"Pizza Venezia"*

### ZUTATEN:

- 8 kleine Stücke frischen Lachs, ohne Haut und Gräten, oder andere festfleischigen Fisch
- 16 gekochte Muscheln, ohne Schale
- 8 Langostinos oder Scampi, ohne Schale
- 8 gekochte Tintenfischringe
- Salz
- gemahlener Pfeffer
- 1 Zitrone
- Mehl

### ZUTATEN – FÜR DEN BIERTEIG:

- 4 Eier
- 300 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- 0,25 Liter Bier
- 40 Gramm Öl
- Salz
- gemahlener Pfeffer
- Muskatnuss, gerieben
- 1 Bund frischer Dill, gezupft und fein gehackt

### ZUBEREITUNG:

- Für den Bierteig die Eier trennen. Eigelbe, Mehl, Bier, Öl, Dill und Gewürze zu einem glatten Teig verarbeiten
- Eiweiße steif schlagen, unter den Teig heben
- Alle Seeviecherl würzen, mit Zitronensaft beträufeln, in Mehl wenden
- Durch den Bierteig ziehen, bei 170 Grad in heißem Fett nach und nach ausbacken
- Abtropfen, mit Tomaten – Knoblauch – Sugo servieren

Bild

# Heimatland Mozarts der Kochkunst & des Schmäh

## Österreich



Österreich: Großglockner, Dachstein, Großvenediger, Mozart, Strauß und Haydn. Wiener Schnitzel, Salzburger Nockerl, Topfenpalatschinken. Zwar haben Musikalität und Kochkunst noch immer in Österreich ihren Wohnsitz und gehen harmonisch zusammen. Aber die Musikalität ein Jahrhundert nach Haydn und Sisi hat ihre Tonart geändert. Aufgegangen ist mir das beim Beat in Salzburgs fashionablem „Alm-Casino.“

Ich war, gerade von meiner ersten Nordlandreise zurück und vom heimatlichen Ruhpolding über die Grenze gefahren, um im nahen Salzburg mein erstes selbstverdientes Geld zu genießen.

Das Uwe Heens Quartett beatete aus Leibeskräften, zwischendurch auch einmal auf Mozart und den Holzhackerbuam herum. Das meist einheimische Publikum stampfte, sehr weitab von landesüblichen Walzer und Ländler, im Salzburger Trachten-Look auf dem Parkett, und ich fühlte mich grad wohl in diesem atmosphärischen Mischmasch zwischen Volkstümlichem und Importiertem, sozusagen zwischen kleiner und großer Welt.

So, dachte ich, in Salzburg müsste man hier auch einmal kochen – eine Überlegung, die mir recht wohl anstand. Denn schließlich stammen unsere Familie und unser Name aus Inzing in Tirol, und meine Eltern haben lange Zeit in Salzburg ein kleines Restaurant geführt, woraus ich das moralische Recht ableitete, über die österreichische Küche nachdenken zu dürfen – und das seit Alters her. In dieser Hinsicht ist man dortzulande nämlich streng. ...

Mein Großvater vertraute mir einst an, dass früher unsere lieben Salzburger Nachbarn überall als „Stierwascher“ titulierte und sie oft verhöhnt und verspottet wurden und so kam es immer wieder zu Raufereien in den Wirtshäusern.

Er erzählte mir dann wie dieser kuriose Name entstand.

Dieser absonderliche Name fußt auf einer Begebenheit aus den Bauernkriegen im 15. Jahrhundert.

Die Salzburger Festung, der Opa schärfte mir ein: „Bub sag‘ in Salzburg bitte nie, Burg denn sonst können die Einheimischen äußerst rabiat und hangreiflich werden, sind sie doch so ungeheuer stolz auf ihre Festung die seit über 1000 Jahren über der Stadt thronet.“

Diese Festung wurde von einem feindlichen Heer belagert, das die Versorgungswege abschnitt und die Bürger, die sich mit ihrem Hausstand und allerlei Viehzeug in den Innenhof der Festung gerettet hatten, aushungern wollte.

Das dauerte wochenlang. Bis eines Tages nur noch ein schwarzer Stier zur Versorgung der Eingeschlossenen vorhanden war.

Da verfiel der Festungskommandant auf eine geniale Idee. Man führte diesen Stier über die Festungsmauern, um ihn den Belagerern zu präsentieren, anschließend färbte man ihn weiß ein und führte ihn erneut an den Belagerern vorbei.

Und dieses farbliche Wechselspiel machte man wochenlang.

Die Feinde sahen ein, dass es aussichtslos sei, eine Festung mit derartigen Vorräten an Fleisch weiter zu belagern und zogen unverrichteter Dinge ab.

Die Salzburger Bürger aber führten Tage später den „eingefärbten“ Stier unter Jubel und Freudengeheul hinunter zur Salzach und wuschen ihn gründlich ab. Seitdem heißen sie halt „Stierwascher“

Er bekam dann auch sein verdientes Gnadenbrot und wurde nicht verspeist. ...

Dass die Salzburger recht grob mit ihren Mitmenschen umgehen können, erfahren musste schon Wolfgang Amadeus Mozart der größte Sohn der Stadt, die dortige Hautevolee hat ihn ziemlich mies behandelt.

Bereits als 14-Jähriger wurde er durch Papst Clemens XIX. zum päpstlichen Ritter ernannt. Dadurch durfte er jederzeit an der Tafel der Fürsten speisen. Die stolzen, adeligen Salzburger Rupertsritter verbanten ihn prinzipiell unter den Tisch der Domestiken in der Kirche.

Empört schrieb Mozart an einen Freund:

*“...um 12 Uhr mittag schon – leider für mich sehr frühe – gehen wir zu Tische – da speisen schon die zwei Herrn Laib & Seel Kammerdiener, die Zuckerbäcker und deren zwei Herrn Köche. Außerdem der Controleur, der Kellermeister und meine Wenigkeit! Ich hab aber doch wenigstens die Ehre noch vor den Hunden am Tische zu sitzen und meinen Kuchen zu essen!”*

Geht man so mit einem Genie um? Fragte kopfschüttelnd mein Ahne.

Um auf meinen Namen Inzinger zurückzukommen:

Anlässlich eines Familientreffens, zu dem ein entfernter Verwandter eingeladen hatte, wanderte ich mit meiner Frau auf die in fast 1600 Metern Höhe liegende Karseggalm. Sie liegt im Pongauer Großarlal, ist die wohl älteste Almhütte in Österreich und seit Generationen in Familienbesitz.

Der Großcousin meinte, dass es doch mal wieder an der Zeit wäre, dass die „bucklige“ Verwandtschaft ein schönes Familienfest inmitten der Natur feiern solle.

Wir sagten spontan zu und machten uns auf den Weg in die Berge.

Die urige Hütte, mit schrundigen Schindeln eingedeckt und von sonnenverbrannten Holztischen und Bänken umgeben, erinnert an die Szenerie der früheren „Heidi“ Filme. Es hätte uns nicht sonderlich überrascht, wenn der „Almöhi“ und der „Geissenpeter“ vor der Hütte sitzen würden.

Aber nur kurz dauerte die wohltuende Stille an, denn eine bunte Mischung von Onkeln, Tanten, Nichten, Neffen und sonst allerlei Menschheit, die Inzinger heißt, stürzte sich auf uns, inklusive ihrer Hunde.

Die Hunde wohl eher, weil sie den geräucherten Speck in unseren Rucksäcken beschnuppern wollten.

Sehr aromatisch waren die ausgeteilten Käsestücke und sie passten hervorragend zu unserem geräucherten Wammerl und dem Weißbier, das wir im Brunnen vor der Hütte kühl gelagert hatten.

Nach dieser Stärkung begann nun der offizielle Teil des Beisammenseins.

Ein Professor, ich hatte nicht geahnt, dass wir einen „Studierten“ in unserer Sippe haben, räusperte sich mehrmals und versuchte, von einem veritablen Schluckauf permanent unterbrochen, den Werdegang unserer Altvorderen nachzuzeichnen.

Gespannt lauschten alle Familienmitglieder den Ausführungen des für seine Heimat – und Ahnenforschung hochgelobten Gelehrten, außer den Kindern, die sich bei jedem professoralem Schluckauf auf die Zunge beißen mussten um nicht lauthals loszuprusten.

Seitdem weiß ich, dass sich unser Familienname vom Ortsnamen Inzing herleitet, der wiederum auf den germanischen Personennamen „Inzo“ zurückgeht und der wiederum bedeutet: „Bei den Leuten von Inzo“

Auch auf kulinarischem Gebiet wusste der Ordinarius überraschend Bescheid und so konnte er mir, wissenschaftlich untermauert, die Entstehungsgeschichte des „Kaiserschmarrns“ nahebringen. Das hat mich natürlich interessiert, als passioniertem Kuchenbäcker und Dessert-Enthusiasten!

Nun, ohne Schluckauf, vertraute er mir an, dass der Name „Kaiserschmarrn“ bis heute heftigst umstritten sei. Einerseits sagt man, dass er früher einmal „Kaserschmarrn“ hieß, weil

der „Kaser“ also ein Senner, ihn in seiner Berghütte, als deftige Almspeise, am offenen Feuer zubereitete.

Das wäre doch recht einleuchtend, gab er mir zu bedenken, aber es gäbe auch noch eine andere Version, bei der eine Mehlspeisenköchin aus dem Salzkammergut, Kaiser Franz Joseph I. bei einem Aufenthalt in Bad Ischl erstmals diesen goldgelben, buttrigen Schmarrn, allerdings in eine verfeinerten Form, vorsetzte.

Seine Majestät ware ganz begeistert und iso nannte man hm zu Ehren diese duftige, köstliche Mehlspeise aus zerrissenem Pfannkuchenteig und Weinbeerl, fortan „Kaiserschmarrn“  
*Rezept auf Seite xxx*

Keine Frage, welche Variante der Geschichte dem Professor, er hieß übrigens Melchior Augustus Inzinger, besser gefiel.

Und so hatte ich einen wunderschönen Tag mit meiner Frau in den Bergen verbracht, und auch noch etwas für meine Bildung getan.

Dieser Sonntag in unvergesslicher Erinnerung bleibt mir aus einem ganz anderen Grund unvergessen.

Einige jüngere Familienmitglieder strampelten die Waldwege zur Hütte mit dem Fahrrad hinauf und brauchten dann längere Zeit im Gras liegend, um sich von den Strapazen zu erholen.

Beflügelt von einigen Weißbieren meinte ich zu den erschöpften Pedalrittern:

„Das ist doch wirklich keine besondere Leistung gewesen, ich habe früher schon oft. ...!“

Weiter kam ich nicht. Ein blonder, hochaufgeschossener Jüngling, wohl auch ein Inzingersproß, raffte sich auf und entgegnete mir: „Wenn Du schon so ein besonderer Velofahrer bist, dann zeig’s uns doch und begleite uns auf unsrer nächsten Tour.“

Selbstverständlich: „Tourenfahren ist quasi mein Spezialgebiet!“

„Wohin soll's denn gehen, erwiderte ich lässig.“

Ich dachte an einen lockeren Tagesausflug rund um die Berge, den ich vielleicht noch schaffen könne ohne mich groß zu blamieren, aber die Mitglieder dieser sportlich durchtrainierten Radlergruppe lachten nur und da erfuhr ich zu meiner Bestürzung, dass sie eine Radtour entlang der Donau bis nach Wien geplant haben.

Meine Frau amüsierte sich köstlich und wartete gespannt darauf, wie ich mich aus dieser üblen Situation, in die ich mich durch meine plumpe Angeberei selbst gebracht hatte, herauswinden würde.

Alle schauten mich erwartungsvoll an und nach kurzem Nachdenken entschied ich: „Selbstverständlich bin ich dabei und radle mit, wird ja wohl nicht so schwer sein!“

Der Gesichtsausdruck meiner Frau wird mir unvergesslich bleiben.

Angeschafft wurden alsbald ein stabiles Tourenrad, zünftige Radlerkleidung spezielle Schuhe sowie einige große Tuben Gel für mein, wie vorauszusehen war, grimmig beanspruchtes Hinterteil.

Es sollte sich als eine besonders gute Investition erweisen.

Die „Inzingersippe“, insgesamt zwanzig Personen beiderlei Geschlechts, traf sich in Passau, von wo aus wir die 350 Kilometer bis in die österreichische Hauptstadt in mehreren Etappen zurücklegen wollten.

Mit großem: „Hallo“ begrüßte man mich Wochen später am Passauer Domberg und bewunderte meine äußerst farbenfrohe Bekleidung. Mein Einwand, auch Jan Ullrich hätte mit genau dem gleichen Outfit die „Tour de France“ gewonnen, hielt sie nicht von witzigen Kommentaren ab.

Vom Dom St. Stephan abwärts ging es dann durch die Altstadt in Richtung Donau.

Meine Verfassung nach den ersten Etappen als Pedaleur will ich hier nicht weiter in Worte fassen – nur ganz kurz: Es war

furchtbar und schlimmer als ich mir vorgestellt hatte!

Glücklicherweise fuhr meine Frau mit dem Auto hinter uns her und so konnte sie allabendlich alle meine „empfindlichen“ Stellen einsalben.

Trotz dieser Samariterdienste nahm ich die erste Woche alle meine Mahlzeiten stehend ein.

Nachdem wir Linz hinter uns gelassen hatten kamen wir endlich in der Wachau an und von da an fühlte ich mich besser, nicht nur wegen des Grünen Veltliners, der hier angebaut wird, sondern wegen der g'schmackigen Mehlspeisen, die uns in einem an der Donau liegendem Restaurant vorgesetzt wurden.

Es waren Topfebpalatschinken, mit Marillen-marmelade gefüllt. Ein Traum! *Rezept auf Seite xx*

Das Wort Palatschinken legt ja Verwechslungen nahe und noch heute erwarten viele Touristen, wenn sie „Palatschinken“ bestellen etwas Schweinernes, und sind dann enttäuscht, wenn sie eine Mehlspeise vorgesetzt bekommen.

Der Zahlkellner meinte beim Begleichen der Rechnung, er benütze den Ausdruck Palatschinken immer noch sehr gerne, auch wenn die „Piefkes“, also wir „Reichsdeutsche“, ihn „Eierkuchen“ nennen.

Denn beim Wort Palatschinken schwinge für ihn immer noch die Erinnerung an die Zeit mit, als Österreich groß und farbenprächtig war. Ein Reich, in dem siebzehn Sprachen gesprochen und neunzehn verschiedene Küchen ihre Heimstatt hatten.....

In Krems, bei einer weiteren Fahrtunterbrechung, stand uns der Sinn nach einer zusätzlichen Nascherei. Wir kehrten also bei einem Winzer ein, der neben seinen Rebstöcken auch Marillensäulen kultivierte.

Voller Wissensdrang gab er zum Besten, dass aus der Wachau die wohl weltbesten Marillen, zu deutsch Aprikosen, kämen und sie früher lange Zeit für ein Aphrodisiakum gehalten wurden. So kam es , dass in William Shakespeares „Sommernachtstraum“ und in John Websters „Herzogin von Malfi“ diese besonderen Rosenfrüchte eine erotische Rolle spielen.

Bei der Verabschiedung und nachdem wir jeder mindestens sechs in Butterbrösel und Zimt – Zucker gewälzte „Marillenkügelchen“ *Rezept auf Seite xxx* konsumiert hatten, schien es unvermeidlich uns noch eine kleine Marillenanekdote mit auf den Weg zu geben.

Nach weiteren teilweise regnerischen Abschnitten, bei denen ich das Gefühl hatte der Radweg würde mitten in der Donau verlaufen, näherten wir uns langsam aber stetig Wien.

Zuerst sahen wir den Kahlenberg und dann auch schon die glänzende Kuppel des Stephansdomes.

In Wien mussten wir natürlich zu „Figlmüller“, einem traditionellen Restaurant in dem seit Jahrzehnten geradezu ein Kult um das „Wiener Schnitzel“ betrieben wird.

Selbstverständlich aus Kalbfleisch, dünn geklopft, in Ei und Bröseln gewälzt und in Butterschmalz ausgebacken. Leicht wellig ob der frischen Panade, serviert mit Petersilienerdäpfel ist es auch heute noch ein wunderbarer Repräsentant der Wiener Küche.

Es war exquisit!

Ein aristokratischer Grandseigneur, der bei uns am Tisch saß und in bester Laune war, ließ es sich nicht nehmen, uns „Ausländer“ mit heiteren Geschichten aus der Habsburger Historie zu unterhalten.

Er wusste zu erzählen, dass diese panierten Schnitzel ja ursprünglich aus Italien stammen, wo sie als „Cotoletta Milanese“ schon seit Generationen zubereitet wurden, aber eben mit einer Mischung aus geriebenem Parmesankäse und Semmelbröseln.

Der österreichische Feldmarschall Radetzky brachte das Rezept von einem Kriegszug aus Mailand mit heim nach Wien, wo die kaiserlichen Küchenkünstler dann den Käse einfach wegließen und so das weltberühmte „Wiener Schnitzel“ kreierten.

Radetzky, so fuhr er fort, galt als großer Genießer und Lebemann, der ständig, meist seiner Frauengeschichten wegen, in Geldnöten war. Schon zu Lebzeiten hatte er deshalb seinen Leichnam an einen Wiener Heereslieferanten verkauft, dessen privater Heldenfriedhof mit Radetzkys Grab auch heute noch zu besichtigen ist und dass er dort öfters Blumen niederlege.

Nach der Revolution von 1848 stellte Radetzky sich auf die Seite des absolutistischen Kaisers Franz Joseph, was ihm viele verübelten.

Damals schrieb Johann Strauß Vater sein Opus 228, das den Feldmarschall auch über die österreichischen Grenzen hinaus bis heute unvergessen macht, den „Radetzky Marsch!“

Der vornehme und weltgewandte Herr, ein pensionierter Hofrat, wie uns der Kellner zuflüsterte, wusste alle Jahreszahlen und geschichtlichen Begebenheiten und vieles andere mehr aus dem Leben des Feldmarschalls. Ohne groß nachzudenken repetierte er Daten und Fakten aus der Laufbahn des großen Kriegsherrn, so dass wir den Verdacht hegten, unser Tischnachbar könnte möglicherweise ein Nachfahre des berühmten Haudegens sein. ...

Zum Abschluss unseres Besuches in der Donaumetropole machten wir mit einem Fiaker noch eine Stadtrundfahrt. Der Kutscher, den wir auf die kulinarischen Genüsse seiner Heimatstadt ansprachen, sagte uns folgendes: „Gott bewahre und erhalte uns die Traditionen unserer österreichischen Küche. Von der Milzpfesensuppe und dem Blunzgröstl bis hin zu den Topfenpalatschinken, dem Bröserlkarfiol und dem gedünstetem Beiried und die Salzburger Nockerln, er bewahre uns auch die alten Ausdrücke, die auf Österreichs Speisekarten allmählich „nördlicher“ Überfremdung weichen, die Erdäpfel den Kartoffeln, die Frittaten den Pfannkuchen, der Tafelspitz dem Ochsenfleisch und der Oberskren dem Sahnemeerrettich.“

Als er an seinem Stellplatz bei der Hofburg „Pferdeäpfel“ in ein „Sackerl“ schaufelte, gab er uns noch die Empfehlung

zweier Restaurants mit, in denen die altbewährten Traditionen heute noch hochgehalten würden.

Das Restaurant „Ofenloch“ – Es zählt zu den ältesten Lokalen Wiens. Heute noch erinnert es architektonisch und kulinarisch an die Zeit der K. u. K-Monarchie. Alte Gewölbe, historische Böden, rationelle Vertefelungen, fast ein Denkmal. Und dazu einen verfeinerte Wiener Küche, die auch nur Spezialitäten wie „Riesling, Kalbsbeusche“ und „Zwetschgen-Knödel“ **Rezept auf Seite xxx** aufwarten kann. Solltet ihr im „Ofenloch“ nicht gleich Platz finden, dann versucht es im „Riegenbeisl“, der ältesten Gastwirtschaft unserer zauberhaften Wiens. Viele Jahrhunderte lang war es Treffpunkt der Künstler, Gelehrten und Philosopolitiker. Dort findet ihr das größte Autogrammeht der Stadt am Deckengewölbe eines Zimmers. Autogramme von Mark Twain, Graf Bismarck und Jonny Weissmüller sind zu bewundern.

Das legendäre „Pilsner Urquell“ erlangte von hier aus seine Berühmtheit und die Wiener Küche, „Griedenbeisl Schnitzel“, dem Gulasch oder der Stelzn vom Roggenschwein“ ist nur noch von tägliche Schrammelmusik und echte Wiener Service zu überbieten.

Alleine nur diese beiden höchst verlockenden Tipps hätte mich am liebsten noch länger in dieser zauberhaften Stadt gehalten. Die „Inzingerblase“ jedoch entschied sich, ob der Strapazen der Anfahrt sich heimwärts zu orientieren – diesmal mit dem Auto! Nicht ohne was zu versprechen, diese Reise bereits im nächsten Jahr nochmals anzutreten. Ob „treten“, die entscheidende Rolle spielen wird, mag bezweifelt werden.

# Topfen-Palatschinken

## *mit Marillenmarmelade*

### ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN:

### FÜR DEN TEIG:

- 200 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- 1 Prise Salz
- 6 Eier
- 0,75 Liter Milch
- Butter zum Ausbacken

### FÜR DIE FÜLLUNG:

- 2 Eier,
- 400 Gramm Topfen
- 40 Gramm Puderzucker, gesiebt
- 1 Vanilleschote, ausgekratzt
- 40 Gramm zerlassene Butter
- 50 Gramm Rosinen, in Marillenschnaps oder Marillenlikör eingeweicht
- Marillenmarmelade zum Bestreichen
- Puderzucker

### ZUBEREITUNG:

- Mehl mit Salz mischen. Abwechselnd mit verquirlten Eiern und Milch zugeben
- nicht zu dünnflüssigem Teig verrühren, 15 Minuten quellen lassen
- Butter in einer Pfanne, zerlaufen lassen, entsprechende Teigmenge einfüllen
- gleichmäßig dünn verlaufen lassen und von beiden Seiten goldgelb backen
- Menge sollte 16 Palatschinken ergeben
- Für die Füllung Eier trennen, mit Topfen, Eidottern, Vanillemark und zerlassener, Butter glatt rühren, Eiweiß mit Zucker schaumig schlagen, unterziehen
- Rosinen und Abtropfflüssigkeit der Rosinen unterrühren
- Topfen soll streichfähig bleiben
- Gebackene Palatschinken dünn mit Marmelade einstreichen
- Topfen darauf verteilen. Einrollen, mit Puderzucker bestreuen

# Wachauer Marillenknödel

## ZUTATEN – FÜR 12 KNÖDEL

### FÜR DEN TEIG:

120 Gramm Butter • 3 Eier getrennt • 150 Gramm feiner Hartweizgrieß,  
• 1 ausgekratzte Vanilleschote • 150 Gramm Mehl, gesiebt • 500 Gramm Topfen • 20% Fettgehalt, passiert, gut abgetrocknet • Prise Salz

### • FÜR DIE FÜLLUNG:

12 kleine, reife Marillen • 12 Mandeln, geschält, kurz in Butter angeröstet  
• 100 Gramm Marzipan, mit etwas Marillenschnaps aromatisiert, dünn ausgerollt und in zwölf gleichmäßige Teile geschnitten

### FÜR DIE BUTTERBRÖSEL:

150 Gramm Butter • 60 Gramm Zucker • 20 Gramm Vanillezucker,  
• 200 Gramm Biskuit – oder Semmelbrösel • gemahlene Zimt • Puderzucker zum Bestäuben

### ZUBEREITUNG:

- Butter schaumig rühren. Dotter und nach und nach Grieß, Vanillemark, Eiweiß und Salz unterrühren. Abwechselnd Mehl und Topfen unterziehen, rühren bis ein glatter Teig entsteht
- Rolle, mit circa 7 cm Durchmesser formen, in Frischhaltefolie wickeln, zwei Stunden kühl rasten lassen
- Marillen seitlich aufschneiden, Kern entfernen
- Je eine mit Marzipan umwickelte Mandel in die Öffnung schieben
- Teig in 12 Scheiben schneiden, flach drücken und je eine Marille darauf legen
- Früchte mit Teig gut umhüllen, zu glatten Knödeln formen
- Ausreichend Wasser mit Salz und Zucker zum Kochen bringen
- Knödel in siedendes Wasser einlegen
- Nach circa 20 Minuten sind sie gar und steigen an die Oberfläche
- Butter in einer Pfanne erhitzen, Zucker, Vanillezucker sowie Brösel zugeben und bei schwacher Hitze, unter ständigem Rühren, goldbraun rösten
- Mit etwas Zimt aromatisieren
- Knödel aus dem Wasser heben, gut abtropfen und in den Bröseln wälzen
- Anrichten, mit den restlichen Bröseln aus der Pfanne sowie Puderzucker bestreuen und servieren

# Hollerkücherl

## *mit Gäseblümchen*

### ZUTATEN

#### FÜR 4 PERSONEN:

#### FÜR DEN TEIG:

- Hollerblüten, gewaschen, abgetrocknet
- 300 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- 0,4 Liter helles Bier
- 4 cl. Öl
- 4 Eier, getrennt
- Salz
- Puderzucker

#### • FÜR DEN WEINSCHAUM:

- 8 Eigelbe
- 0,3 Liter Weißwein
- 40 Gramm Zucker
- Saft von einer Zitrone
- 50 Gramm Honig
- 1 cl. Grand Marnier
- 200 Gramm Gäseblümchenblätter, geputzt, kleingeschnitten
- Blüten von Gäseblümchen

### ZUBEREITUNG:

- Aus Mehl, Bier, Öl, Eigelb und Prise Salz Bierteig herstellen. Ruhen lassen
- Eiweiß zu Schnee schlagen, unterziehen. Hollerblüten in Teig tauchen, abtropfen
- in Öl ausbacken, mit Puderzucker bestreuen
- Eigelbe, Weißwein, Zucker, Zitronensaft, Honig, Grand Marnier und Blütenblätter im heißen Wasserbad cremig aufschlagen und warm zu den Hollerkücherl servieren
- Mit Blüten dekorieren. Vom restlichen Eiweiß Baiser backen

# Zwetschgenknödel

## *mit Zimtsahne*

### ZUTATEN – FÜR 8 KNÖDEL:

#### FÜR DEN TEIG:

- 1400 Gramm mehligte Kartoffeln, geschält und in grobe Würfel geschnitten
- 1 Eigelb
- 20 Gramm zerlassene Butter
- 120 Gramm Mehl
- Prise Salz

#### FÜR DIE FÜLLUNG:

- 8 reife Zwetschgen
- 4 Stück Würfelzucker, halbiert

#### ZUM WÄLZEN:

- 50 Gramm Zucker
- 5 Gramm Zimt
- 100 Gramm Biskuitbrösel

#### FÜR DIE ZIMTSAHNE:

- 0,1 Liter Sahne
- etwas Zimt
- 15 Gramm Honig oder Ahornsirup
- Puderzucker

### ZUBEREITUNG:

- Kartoffeln kochen, abgießen, warm durchpressen
- Mit Eigelb und Butter verkneten
- Nach dem Erkalten mit Mehl und Salz vermischen. Ruhen lassen
- Je nach Kartoffelsorte kann mehr Mehl gebraucht werden
- Kartoffelteig ausrollen, in 8 gleichgroße Quadrate schneiden
- Zwetschgen seitlich aufschneiden, Kern entfernen und je einen halben Würfelzucker hineingeben
- Teigquadrate um die Zwetschgen wickeln, gut verschließen, Knödel formen
- Knödel in reichlich Salzwasser circa 10 – 15 Minuten sieden
- Zucker, Zimt und Brösel mischen, abgetropfte Knödel darin wälzen
- Für die Zimtsahne die Sahne halbsteif schlagen, mit Zimt, Honig oder Ahornsirup mischen
- Zimtsahne auf Teller verteilen, die Knödel darauf anrichten
- Mit Puderzucker bestreuen



Zwetschgenknödel

Land der Pferde  
Heißblütig, einzigartig  
*Ungarn*



**I**ch bin ein Spion. Ein relativ harmloser zwar, der auf Reisen immer nur in anderer Völker Kochtöpfe guckt, aber immerhin. Und in Ungarn wurde ich entlarvt. Budapest, Ende März 1967. Die Szene ist ungemein konspirativ. Darsteller: der Geheimdienst und ich.

Die Geschichte begann dreizehn Tage früher, im berühmten Café „Newyork“, das seit 1945 Café „Hungaria“ heißt von den Ungarn immer noch Newyork genannt wird; denen zum Trotz, die aus Budapest eine östliche Stadt machen wollen. Im Café Newyork also fragten wir, mein finnischer Reisekumpan Pertti Aasikainen und ich, einen älteren Herrn, der am Nebentisch gemütlich Zeitung las, nach etwas typisch Ungarischem. Denn wir hatten das touristische Verlangen nach Zigeunermusik, joi-joi, nach Gulasch und Piroshka. Der alte Herr überlegte nicht lange: „Mateus-Prince, Matthäuskeller – das ist, was Sie suchen!“ Und gleich erbot er sich, uns dorthin zu führen. Er hatte denselben Weg, war er doch der Portier.

Seine Frau, war auch dort zu finden – als Garderobiere. Ein feines älteres Ehepaar, das merklich bessere Tage erlebt hatte, in einem besonders hübschen, stilvollen Restaurant: Geschnitzte Eichenmöbel, buntbemalte Kellerfenster, feurige Zigeunermusik. Die Atmosphäre war wie aus einem anderen Jahrhundert, beinahe surreal – eine Mischung aus imperialem Glanz und heimischer Herzlichkeit. Der alte Herr erzählte uns sogar Geschichten aus seiner Jugend, wie das Café früher aussah und welche Prominenten dort einkehrten. Sein Gesicht leuchtete dabei vor Freude, als ob er selbst ein Stück dieser Vergangenheit wäre.

Wir bestellten uns „Stierblut“ und zum Essen das, was auf meiner Ruhpoldinger Speisekarte „Ungarisches Steak“ heißt. Herr Rosner, unser älterer Herr aus dem „Newyork“, kam herbei und flüsterte in seinem original k. u. k. Ungarndeutsch: „Wenn Geschäftsführer erlaubt, macht meine Frau danach Budapester Nockerl – ihre Spezialität!“ Der Geschäftsführer erlaubte es ungerne, denn Frau Rosners Spezialität stand nicht auf der Karte, erfreute sich aber offenbar großer Beliebtheit. Jedenfalls verschwand Frau Rosner mit ihrem Mann triumphierend in der Küche, und bald erschienen die Nockerl.

Nicht eben das, was man sich mit Salzburger Erfahrungen darunter vorstellt, schwer und slibowitzgetränkt, aber eine kostbare Mehlspeise – „riesig“, wie Pertti feststellte. Am nächsten Tag revanchierten wir uns bei Frau Rosner mit einem Karton westlicher Toilettenseife, was zu dieser Zeit in Budapest ein echter Luxus war. Sie war gerührt und bot uns an, uns erneut etwas vorzubereiten. Mit glänzenden Augen und einem schelmischen Lächeln erklärte sie, dass sie für uns noch ein paar besondere Gerichte in petto hätte, die sonst nur für besondere Anlässe zubereitet wurden.

Die ungarische Küche bietet ja auch viele Möglichkeiten dazu: Von dort, wo Okzident und Orient, wo Wien und Konstantinopel aufeinander trafen, wo noch immer riesige Herden von Schafen und Schweinen in der Tiefebene grasen und die glühende Sonne den Wein süß und schwer und die Paprika rot macht – von dort sind nicht nur das Gulasch und die „Paprikasch“ sondern auch die Mokkatorte à la Dobos und der „Liptauer“ Käse zu uns gekommen. Jedes Mal, wenn sie für uns kochte, erhielten wir eine Lektion in ungarischer Geschichte und Kulinarik. Mit glühender Begeisterung erklärte Frau Rosner uns, was jede Zutat bedeutete und welche Traditionen dahintersteckten.

Deren Möglichkeiten also wären viele gewesen, aber der Geschäftsführer des Matthäus-Kellers war dagegen. Er wollte seine Garderobiere lieber in der Garderobe als am Herd haben,

und das war, insbesondere unter dem planwirtschaftlichen Aspekt der kommunistischen Gesellschaft, schließlich auch sein gutes Recht. Die guten Verhältnisse, die wir zu Frau Rosner aufgebaut hatten, mussten wir also verlagern. Sie bot uns an, für ein kleines Entgelt privat für uns zu kochen, und lud uns in ihre kleine Wohnung ein.

Am nächsten Tag speisten wir bei ihr, ein Szegediner Gulasch! Hier muss ich wohl anfangen zu schreiben: Gulyas – aus magerem Schweinefleisch, mit Knoblauch, Zitronenschale und Zwiebelsaft gepökelt, gewürfelt, in Zwiebeln gedämpft und mit Salami unterzogen. Dazu rohe Kartoffelknödel mit Gänseschmalz und Grammeln (hochdeutsch: Grieben) und natürlich Kraut. Joi, Mamam! Das Essen schmeckte göttlich und die Wohnung war erfüllt von dem köstlichen Duft des Gulaschs, der sich mit den schweren, erdigen Aromen von Paprika und Salami vermischte. Wir saßen in ihrer kleinen Wohnung eng beisammen, lachten und schwelgten in den herrlichen Aromen – ein Moment puren Genusses.

Schmunzelnd vertraute uns der Hausherr an, nur er allein wüsste noch die Geschichte des hochgelobten „Szegediner Gulasch“ und wie es zu seinem Namen kam und meinte, dass es für dieses Gericht, das im Original „Szekely gulyas“ heißt *Rezept auf Seite XXX*, ebenso viele Theorien wie Rezepte gäbe. Besonders falsch sei vor allem die Spekulation, dass sich die Benennung auf die Stadt Szegedin beziehe.

Eindrucksvoll schilderte er uns dann seine harten Lehrjahre im Budapester Restaurant des Hotels Gellert, das von dem legendären Gastronomen Karoly Gundel betrieben wurde.

Karoly Gundel, der 13 Kinder hatte, verlor im 2. Weltkrieg fast sein gesamtes Vermögen, ließ sich aber dadurch nicht entmutigen sondern eröffnete in den ersten Nachkriegstagen wieder mehrere gastronomische, später verstaatlichte, Betriebe in der ungarischen Hauptstadt. Unter anderem das Restaurant, in dem unser Gastgeber fast die Hälfte seines beruflichen Lebens verbrachte.

Und dieser Karoly Gundel erzählte ihm, dass sein Großvater ganz sicher der Schöpfer dieses Gerichtes gewesen sei, denn in der Gundelschen Dynastie erzählte man sich nachfolgendes:

Der berühmte ungarische Dichter und Journalist Jozsef Sze-kely, Autor mehrerer erfolgreicher und auflagenstarker Bücher, war mit einem Freund schon seit Sonnenaufgang in den Bergen unterwegs.

Mächtiger Kohldampf plagte die beiden Wanderer und so kehrten sie in ein nahegelegenes Gasthaus ein, in dem Gundel Küchenchef war. Da es jedoch schon Nachmittag war gab es keine Reste mehr aus der Mittagsküche außer etwas Schweinegulasch und einer Schüssel mit Sauerkrauteintopf.

Gundel bot nun den beiden ausgehungerten Spaziergängern an, er könne diese Essensreste miteinander vermischen und so würden die Portionen ausreichend sein für zwei.

Die Herren, denen schon der Magen knurrte, waren einverstanden und so geschah es.

Der Kochkünstler schwitzte schnell noch einige Zwiebeln an, gab Paprika und zerdrückten Knoblauch sowie saure Sahne dazu und vermischte alles miteinander.

Das aufgetragene Gericht schmeckte den beiden Freunden so sehr, dass sie von da an immer öfter hier einkehrten und nach dem Gulasch verlangten.

Andere Gäste wurden aufmerksam und rätselten, was da für ein wunderbarer Duft durch den Gasträum schwebte, wenn die Schüsseln mit dem, immer noch namenlosen, Sauerkrautgulasch aufgetragen wurden und wollten auch eine Portion davon haben.

Gundel, sehr erfreut, dass seine Komposition so gut ankam, überlegte kurz und nannte es dann, wegen seiner Verehrung für den prominenten Dichter, kurzerhand „Szekely gulyas.“

Und so kennt man es heute noch überall in der Welt der Feinschmecker.

Der Name Karoly Gundel sei leider fast in Vergessenheit geraten, bedauerte unser Freund, aber eine kulinarische Kreation von ihm gebe es immer noch in fast allen ungarischen Restaurants auf der ganzen Welt.

Diese „Gundel – Palatschinken“ werden mit geriebenen Nüssen, Rum und Rosinen gefüllt, mit warmer Schokoladensauce übergossen und mit karamellisierten Walnüssen bestreut.

Nach einigen Flaschen Tokajer sang uns dieser wunderbare Zeitgenosse noch ein Couplet aus der Operette „Der Zigeunerbaron“ von Johann Strauss vor, das mit den Schlusszeilen endet:

„Mein idealer Lebenszweck ist Borstenvieh und Schweinefleisch!“

In den frühen Morgenstunden endete dieser vergnügliche Abend.

So taten wir's 13 Tage. Abends im Matthäuskeller wurde der Speisezettel besprochen und das „Mahlgeld“ bezahlt, mittags wurde gespeist. Ein paarmal nahm mich Frau Rosner sogar am Vormittag mit zum Einkaufen, um mir die Besonderheiten und Qualitätsunterschiede der Zutaten zu erklären. Sie kannte die besten Märkte, wusste genau, welcher Händler die frischesten Paprika und die würzigste Salami führte. Jeder Besuch war eine Entdeckung – die lebhaften Farben der Gemüse, die fein abgestimmten Gewürze, die deftigen Aromen, die den Gassen der Märkte entströmten. Es war mehr als nur Einkaufen – es war eine wahre Kunst.

„Stopp“ sagte plötzlich Frau Rosner und zog mich zu einem etwas weiter entfernten Marktstand, wo unter einer zerschlossenen Markise dutzende Knoblauchzöpfe hingen.

„Maxi, komm' mit, dort gibt es heute besonderen Knoblauch zu kaufen, es ist der berühmte Makoi Knofi, eine Knoblauchsorte die nur dort angebaut wird.“

Diese Knollen schmecken leicht süßlich und sind nicht ganz so scharf wie manch andere Sorte und daher hervorragend zu

den Rumpsteaks passend, *Rezept auf Seite XXX* die wir vorher beim Fleischhauer gekauft haben.

Rumpsteaks, sage ich Ihnen, von einer Güte wie ich sie selten vorher sah, aus dem Roastbeef geschnitten, mit einem ausgeprägten Fettrand und feiner Marmorierung.

Wir wollten sicher sein, dass es sich wirklich um diesen speziellen Knoblauch handele, also fragten wir die leicht korpulente ältere Dame, gewandet in ungarische Bauerntracht mit weißer Bluse, bunt gemustertem Rock und reich verzierter Schürz.

„Selbstverständlich“ antwortete die Marktfrau, „mein Knoblauch stammt ausschließlich von unseren Feldern in Mako im Südosten des Landes“ und gab uns einige Zehen zum Probieren.

Auf meine Frage, warum gerade in diesem Gebiet so viel und vor allem so guter Knoblauch angebaut würde, erzählte sie mir, dass ihr Dorf ziemlich nahe an der rumänischen Grenze, unweit der berühmten „Dracula“ Burg liege, und dass Vampire ja bekanntermaßen Knoblauch fürchten. Nur so ist wohl der umfangreiche Knoblauchanbau und Verbrauch dort zu erklären.

Da fiel mir ein kleines Gedicht ein, das einer meiner Lehrerinnen, ein ungarischer Küchenchef, der nach dem Volksaufstand 1956 nach Bayern floh, immer wieder zum besten gab: „In der Küche steht er stolz und klein - der Knoblauch, so würzig und so fein – mit seinem Duft, so stark und klar – schmeckt er uns ganz wunderbar!“

Dieser Küchenchef, Gott hab' ihn selig, nannte mich immer: „Az en kis szakacsom“ Erst Jahre später erfuhr ich, dass das „mein kleiner Koch bedeutete“ und wohl liebevoll gemeint war.

Nach weiteren Einkäufen gingen wir mit einem Knoblauchzopf und dem Rindfleisch im Einkaufsnetz zu unserer „geheimen“ Adresse.

Am Abend zogen köstliche Aromen durch die kleine Küche, die Hausfrau bereitete uns als Vorspeise „Geknofelte Rahmsuppe“ *Rezept auf Seite XXX* als Hauptspeise gebratene Rumpsteaks in Knoblauchbutter zu. *Rezept auf Seite XXX*

Ich kann Ihnen versichern: Vampire hätten sich nicht in unsere Nähe gewagt!

Am 13. Tag aber betraten wir den Lift im Wohnblock der Rosners, zwei Männer mit grimmigen Gesichtern forderten uns entschlossen zum Mitkommen auf.

In einer schwarzen „Tatra“-Limousine mit verhängten Fenstern jagten wir durch Budapest, wurden nach langem Herumführen in ein von Doppelposten gesichertes Zimmer gebracht und fanden uns vor einem Kommissar der Geheimpolizei. Die Atmosphäre war angespannt und meine Hände zitterten. Der Kommissar, Koloman Szuan, musterte uns angehaltend. Sein eiskalter Gesichtsausdruck ließ uns frösteln und die Stille durchschnitt die stickige Luft, bis er sagte: „Sie sind Agenten“, „Sie sind Devisenschwindler. Wir haben Sie beobachtet!“ Tatsächlich wusste er jeden unserer verdächtigen Schritte, von jenem Gespräch im Newyork an (er nannte es „Hungaria“). Nannte die Strafen, die das ungarische Gesetz für Devisenschmuggel kennt, und zählte sie uns der Reihe nach auf. Nein, es war wirklich nicht zum Lachen! Hernach aber lachte der Kommissar selbst, als ich ihm, nachdem er meine unschuldige Geschichte lange nicht geglaubt hatte, meine Aufzeichnungen über die Kochkünste der Frau Rosner vorlegte, handschriftlich von ihr selbst korrigiert.

Er durchblätterte meine Manuskripteskeptisch, seine Miene hellte sich jedoch merklich auf, als er Begriffe wie „Pörkölt“ und „Gulyas“ las. Seine kritische Miene wich einem Schmunzeln. „Nein“, so schloss er höchst kriminalistisch, „so schreibt kein Ausländer Pörkölt, Gulyas und Mezschöges – das sind wirklich nur Rezepte!“ Schließlich löste sich die Spannung im Raum, und der Kommissar bot uns als Versöhnung sogar noch ein Glas ungarischen Rotwein an.

# „Székely Gulyás“

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 800 Gramm Schweinenacken, in grobe Würfel geschnitten
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 100 Gramm Schweineschmalz
- 2 Gemüsezwiebeln, gewürfelt
- 4 - 5 Knoblauchzehen, grob gehackt
- 40 Gramm Paprikapulver,
- 50 Gramm Tomatenmark
- Fleisch – oder Gemüsebrühe
- 500 Gramm Sauerkraut, grob gehackt
- Kümmel, Lorbeerblätter
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 100 Gramm ungarische Salami, gewürfelt
- 1/4 Liter Schmand

## ZUBEREITUNG:

- Fleischwürfel würzen, in Schmalz anbraten, warmstellen
- Im Bratfett Zwiebelwürfel und Knoblauch anschwitzen, mit Paprikapulver stäuben
- Tomatenmark einrühren, Fleischwürfel, Sauerkraut, Lorbeerblätter und Kümmel zugeben, mit Brühe bedecken
- Bei niedriger Hitze 1,5 – 2 Stunden zugedeckt schmoren, immer wieder umrühren
- Die Salami und den Schmand unterziehen, abschmecken

# Rumpsteak „Knofi“

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 4 Rumpsteaks, je 250 Gramm schwer
- Salz, geschroteter schwarzer Pfeffer
- Öl zum Braten
- 8 – 10 Knoblauchzehen aus Ungarn, fein gehackt
- 100 Gramm Butter
- 1 kleiner Bund Blattpetersilie, entstielt, Blätter grob gehackt

## ZUBEREITUNG:

- Steaks mit Salz und Pfeffer würzen, von beiden Seiten anbraten
- Bratzeit je nach gewünschtem Gargrad. 3 – 4 Minuten pro Seite ergeben etwa „medium“, Steaks herausnehmen, warmstellen
- Bratöl abgießen
- Butter und Knoblauch einrühren, mit der gehackten Petersilie mischen und über die angerichteten Steaks gießen

# Walnussnudeln

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 400 Gramm Pappardelle Nudeln
- 20 Gramm Olivenöl
- 40 Gramm Butter
- 100 Gramm Rotklee, kleine obere Blätter und Blüten
- 100 Gramm blaue Weintrauben, halbiert, Kerne entfernt
- 4 Orangen, geschält, Filets ausgeschnitten
- 100 Gramm Walnüsse, gehackt
- Salz
- gemahlener Pfeffer

## ZUBEREITUNG:

- Nudeln kochen, abgießen, mit Rotklee in Öl – Butter - Mischung anbraten
- Weintrauben, Orangenfilets und Walnüsse unterziehen, abschmecken
- Zum Rumpsteak servieren

# Geknofelte Rahmsuppe

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 2 Gemüsezwiebeln, gewürfelt
- 2 rohe Kartoffeln, geschält und gewürfelt
- 12 – 14 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 4 cl. Öl
- 1 – 1 1/2 Liter Gemüsebrühe
- 0,5 Liter Sahne
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten
- 300 Gramm Weißbrot
- 100 Gramm Butter
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 100 Gramm kalte Butterflocken

## ZUBEREITUNG:

- Weißbrot ohne Rinde in Würfel schneiden, in Butter goldbraun rösten
- Zwiebeln, Kartoffeln, Knoblauchzehen in Öl anschwitzen
- mit Brühe auffüllen und garen
- Sahne zugeben, aufkochen, würzen und pürieren
- Die Butterflocken nach und nach unterrühren
- Suppe mit den Weißbrotwürfeln und dem Schnittlauch bestreuen

# Brennesselkuchen

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 250 Gramm junge Brennesseltriebe, jeweils die obersten 4 Blätter
- 30 Gramm Butter
- 1 Schalotte, fein gewürfelt
- 0,5 Liter Sahne
- Salz
- gemahlener Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 1 salziger Mürbteigboden, 20 cm. Durchmesser
- geriebenen Bergkäse
- Butterflocken

## ZUBEREITUNG:

- Brennessel grünlich waschen, mit etwas Wasser weich dünsten, abgießen, abtropfen
- Die Brennhaare lösen sich beim Dünsten ab
- Schallottenwürfel in Butter anschwitzen, Brennesseltriebe zugeben, alte Flüssigkeit verdampfen lassen, abkühlen
- abschmecken
- Eier mit Sahne verquirlen mit dem Gemüse mischen
- Mürbteigboden in eine Springform geben, Gemüse Mischung gleichmäßig darauf verteilen, mit Käse bestreuen, mit Butterflocken belegen
- Bei 190 Grad 25 – 30 Minuten backen

Bild

# Wo Bier & Eintöpfe die Seele wärmen

*Tschechoslowakei – Pilsen*



**E**rnst blickte der Kaiser Franz Josef mit seiner Knollennase, „wo die Fliegen auf ihn geschissen haben“, in die Wirtsstube vom „Kelch“ in Prag. Ich saß dort unter dicht gedrängten, neugierigen Touristen aus Deutschland, Frankreich und Schweden; es war laut und ungemütlich, und der Josef Schwejk, der seinerzeit dort verkehrt ist, hätte „beileufig keine Freide“ daran gehabt.

Sehnsüchtig dachte ich an „U Dippoldu“, an das Dippoldsche Gasthaus in Pilsen, alt und verräuchert wie es war, mit abgewetzten Bänken und gebrechlichen Stühlen, aber mit spiegelblanken Gläsern und einer blitzsauberen Bierleitung, aus der das köstliche Gebräu nahezu ohne Unterlaß rann.

Das Bier (aus Pilsen und aus Budweis) macht schätzungsweise die Hälfte der Ernährung eines erwachsenen DurchschnittsTschechen aus. Speziell deswegen hatte ich wieder in Pilsen Station gemacht, aber dann waren vor dem berühmten „Breistiebel“ soviel Autos mit deutscher Nummer gestanden, dass ich das Weite gesucht hatte. Man macht sich übrigens, in der damaligen CCSR wie in allen Ländern des damaligen Ostblocks, bereits nach dem Genuss eines kleinen Bieres strafbar, sobald man sich ans Steuer setzt, aber in Pilsen drückt die verständnisvolle Polizei schein't öfter ein Auge zu.

Ein paar Skoda-Arbeiter, die des Weges kamen, hatten mich dann ans „Dippoldu“ gewiesen und waren der Ein-

fachheit halber gleich mitgekommen. Und gemeinsam hatten wir auch von der anderen Säule tschechischer Ernährung gekostet, dem gekochten Rindfleisch, in dessen saftiger, weichfaseriger Zubereitung die Doppelnation der Tschechen und Slowaken mit Leichtigkeit das ganze übrige Europa übertrifft. Es wird mit Kren verabreicht, der auf Hochdeutsch Meerrettich heißt, und ich habe lange gedacht, dass das „mährischer Rettich“ bedeutet, weil er in Mähren so gut gedeiht – bis mir das englische Wort „horseradish“ die Einsicht verschaffte, es müsse sich hier um Mähren-, also Pferde-Rettich handeln.

Auf dem Rindfleisch bauen sich zahlreichen tschechischen Eintöpfe auf, aus denen dieses Volk bereits seit den Zeiten von Johann Hus die Nahrung für seine feinen und doch starken Nerven bezieht. Aber das war nicht der Grund, warum wir an diesem Tag in Pilsen so schnell ins Politisieren gerieten. In der CSSR kommt man einfach nach dem zweiten Bier ins Politisieren. Nach dem vierten sollte man als Besucher lieber wieder damit aufhören.

Daran dachte ich also, als ich so im „Kelch“ in Prag saß, bestellte mir aus Trotz eine Cola und ging wieder, weil es keine gab. Im Hinausgehen musterte mich der verblichene Kaiser, der noch immer auf den Schwejk Josef zu warten scheint, weil er doch gesagt hat: „Nach'm Krieg um halber sechse im Kelch!“ – und dieser Krieg ist halt noch immer nicht ganz aus, nach beinahe 60 Jahren.

Apropos Schwejk: weil er nicht gelebt hat, kann er auch nicht gestorben sein. Und wirklich, man kann ihn noch in vielfacher Ausfertigung finden. In Pilsen, zum Beispiel, beim „Dippold“, und in Prag etwa bei den „Zwei Katzen“ oder im „Kuttelfleck“, und wie die Bierschenken in der Altstadt so heißen. Dort sitzt er und kümmert sich einen Dreck um die Deutschen und die Franzosen und die Schweden. Und natürlich auch um die Russen.

Nein! Nicht „nach‘m Krieg um halber sechse!“ verschlug es mich wieder nach Prag in die Stadt der hundert Türme sondern bereits einige Monate später, als ich als Vertreter einer heimischen Brauerei an einem Bierkongress in der „Goldenen Stadt“ teilnehmen durfte.

Natürlich wollte ich bei dieser Gelegenheit erneut den „Kelch“, das Stammlokal des wackeren Soldaten Josef Schwejk, aufsuchen.

Mit meiner Reiseführerin Maruska, einer Studentin der Ethnologie an der Karlsuniversität, marschierte ich also in die Na Bojisti 12, einer abgelegenen Straße außerhalb des Stadtkerns.

Das frühere Stammlokal von Jaroslav Hasek, dem literarischen Schöpfer des unvergessenen, braven Soldaten Schwejk, ist noch immer Tat für Tag voller Touristen.

Wir warfen nur einen kurzen Blick hinein und wahrlich – da saß er, der brave Soldat Schwejk, als Puppe neben einem alten Musikautomaten, dicht umringt von Knödel mit Kraut essen und aus großen Bierhumpen trinkenden Besuchern.

Schnell verließen wir die übervolle Wirtschaft, hockten uns auf eine Bank am Straßenrand und Maruska erzählte mir aus dem Leben des berühmten Prager Lebenskünstlers Hasek.

Der war wohl in der Tat ein enorm trinkfester Bursche, ein besonderer Charakter, der sich mit List und Witz durchs Leben schlug und der in dem Schelmenroman seine Saufkumpane aus dem „Kelch“, wenn auch unter anderem Namen, verewigte.

Der „Kelch“ war zu diesen Zeiten höchstwahrscheinlich mehr eine drittklassige Spelunke als ein bürgerliches Lokal.

Hasek war oft dort, vor allem dann, als ihm seine Redakteurstelle gekündigt wurde. Er hatte in einem Zeitungsbeitrag mehrmals völlig neue Tierarten erfunden, unter anderem einen Floh aus der Steinzeit und einen Papagei, der täglich mehrere Stamperl Weinbrand trinken könne ohne betrunken zu werden.

Die Reaktion der bürgerlichen Prager Zeitungsleser war nicht sehr wohlwollend...

Als Soldat des österreichischen Kaisers geriet er bald in russische Gefangenschaft. Wieder zuhause kam ihm die Idee, seine Erlebnisse aus diesem Krieg in humorvoller Form aufzuschreiben und so entstand „Dobry vojak Svejek“.

Satirisch schrieb er über die Militärzeit des bauernschlaun und scheinbar naiven Prager Hundefängers Josef Schwejk, den weder die straffe Hierarchie der Armee noch der übertriebene Gehorsam oder gar der Dünkel von adeligen Offizieren beeindrucken konnten.

Später kehrten wir in das Restaurant „Mlejnice“ in der Nähe des Rathauses ein, in dem ihr Bruder Oberkellner ist und wurden mit wunderbar zarten Ochsenbackerl *Rezept auf Seite XXX* überrascht, und eine mit Bierzwiebel gefüllten Kotelett vom Borstenvieh *Rezept auf Seite XXX* überrascht die der Küchenchef in Kümmel - Biersauce geschmort hatte.

Die nächsten Tage verbrachte ich im Kongresszentrum, einem gewaltigen Bau aus der Zeit des Kommunismus.

Unzählige Referate von wahrscheinlich wichtigen „Biermenschen“ ließ ich über mich ergehen, bei manchen leicht schnarrend.

Nur bei einem waren Neugierde und Spannung geradezu mit Händen greifbar.

Ein Lehrstuhlinhaber der Universität im schottischen Aberdeen referierte über verschiedene Wunderlichkeiten im internationalen Biermarkt, von weltweit teuersten Bieren bis hin zur Sorte „End of Histoy“, in ausgehölnen Tierkörpern angeboten.

Bei der anschließenden geselligen Abendveranstaltung, mit Verkostung mehrerer tschechischer Biersorten und einer formidablen gebratenen Gänsebrust *Rezept auf Seite XXX* ging dieser Kongress zu Ende.

# Ochsenbackerl

## in „Bier-Kümmelsauce“

### ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

1000 – 1500 Gramm Ochsenbackerl • Salz, gemahlener Pfeffer • 2 große Zwiebeln, geschält • Je zwei Zweigerl frischen Rosmarin, Salbei und Thymian (ersatzweise getrocknete Kräuter) • 4 Knoblauchzehen, geschält, grob gewürfelt • 1/2 kleine Sellerieknolle, geschält, grob gewürfelt, • 1 Karotte, geschält, grob gewürfelt • 1 Stange Lauch, nur den weißen Teil, grob gewürfelt • 0,1 Liter Bratöl. • 50 Gramm Tomatenmark, • 0,75 Liter dunkles Bier • 0,75 Liter Fleisch – oder Gemüsebrühe, • 2 Gewürznelken • 2 Wacholderbeeren • Kümmel, gemahlen • Pfefferkörner, zerdrückt • 2 Lorbeerblätter • 10 Gramm Honig • 1 kleiner Bund Blattpetersilie, fein gehackt

### ZUBEREITUNG:

- Von den Ochsenbackerl die äußeren dicken Sehnen abschneiden, die inneren am Fleisch belassen
- Die Ochsenbackerl mit Küchengarn zu „Päckchen“ binden, damit sie Form behalten
- Ochsenbackerl würzen, von allen Seiten in Öl anbraten, warmstellen
- Zwiebeln, Knoblauch, Karotten, Sellerie und Lauch im Bratfett anrösten
- Tomatenmark unterrühren. Brühe und Bier zugeben, aufkochen, die Flüssigkeit reduzieren
- Kräuter und Gewürze zufügen, die Ochsenbackerl einlegen und zugedeckt
- circa 3 – 3 1/2 Stunden bei 120 bis 140 Grad schmoren
- Ab und zu wenden und mit der Sauce begießen
- Gegarte Backerl herausnehmen, Schnur entfernen
- Backerl in Alufolie wickeln und im Backofen bei 80 Grad warm halten.
- Die Sauce mit den Gemüsen durch ein Sieb streichen und mit Salz, Honig und Pfeffer abschmecken
- Danach die Sauce, je nach vorhandener Flüssigkeitsmenge, nochmals einkochen oder mit Bier verlängern
- Backerl in dünne Scheiben schneiden mit der Sauce übergießen und mit Petersilie bestreuen

# Gebratene Gänsebrust

## *mit Kartoffelgemüse*

ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

FÜR DIE GÄNSEBRUST:

2 Gänsebrüste, je 750 – 800 Gramm, Haut eingeschnitten, • Salz, gemahlener schwarzer Pfeffer • Beifuß, Thymian, getrocknet, gehackt • 6 – 8 cl. Blaufränkischen Rotwein aus Tschechien • 0,25 Liter Fleisch – oder Gemüsebrühe • Öl zum Anbraten • 10 – 15 Gramm kalte Butter in kleine Stückchen geschnitten

FÜR DAS KARTOFFELGEMÜSE:

500 Gramm festkochende Kartoffeln • 30 Gramm Butter • 40 Gramm Mehl • 1 Karotte, geschält, fein gewürfelt • 1 Kleine Sellerieknolle, geschält, fein gewürfelt • 1 Stange Lauch, geputzt, fein gewürfelt • 0,4 – 0,5 Liter Gemüsebrühe • 1 cl. Weinessig • Salz, gemahlener Pfeffer • Muskatnuss, gerieben • 1 Bund Schnittlauch, geschnitten, • 1 kleiner Bund Blattpetersilie, fein gehackt

ZUBEREITUNG:

- Gänsebrüste würzen und in Öl beidseitig goldgelb anbraten
- Im vorgeheizten Backofen bei 130 Grad circa 30 – 35 Minuten garen
- Herausnehmen, warmstellen
- Bratensatz mit Rotwein und Brühe auffüllen
- Aufkochen, passieren und reduzieren, entfetten, die Butterstückchen mit einem Schneebesen unterschlagen. Abschmecken
- Für das Kartoffelgemüse die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden
- Zerlassene Butter mit Mehl stäuben und eine braune Mehlschwitze herstellen
- Mit kalter Gemüsebrühe auffüllen, aufkochen
- Kartoffelscheiben einlegen und kurz vor dem Garpunkt der Kartoffeln die Gemüsewürfel hinzugeben
- Mit Essig, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und vor dem Anrichten mit den Kräutern bestreuen.
- Gänsebrüste aufschneiden, mit der Sauce begießen und mit dem Kartoffelgemüse servieren

# Kotelett vom Borstenvieh *mit Gemüsezwiebeln*

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 4 Schweinekotelett, je 200 – 250 Gramm schwer
- 400 Gramm rote Zwiebeln, klein gewürfelt
- 30 Gramm Butter
- 40 Gramm Öl
- Saft einer Zitrone
- 0,25 Liter dunkles Bier
- 20 Gramm Honig
- 2 cl. Balsamicoessig
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 10 Gramm Speisestärke
- 3 Eier, verquirlt
- Mehl zum Wenden
- 200 – 300 Gramm feine Semmelbrösel
- Butterschmalz zum Braten

## ZUBEREITUNG:

- Von den Koteletts den Knochen abschaben. Fett und Sehnen entfernen
- Koteletts flach klopfen, seitlich eine Tasche einschneiden
- Die Zwiebeln in der Butter – Öl – Mischung anschwitzen, Zitronensaft und Bier angießen und die Zwiebeln weich dünsten bis das Bier vollständig verdampft ist
- Honig und Essig zufügen
- Speisestärke mit etwas Bier anrühren und die Zwiebelmasse damit binden
- Abschmecken
- Koteletts salzen, pfeffern, die lauwarme Zwiebelmasse in die Koteletts einfüllen
- Die Öffnung gut festdrücken, mit einem Zahnstocher verschließen
- Koteletts in Mehl, Eiern und Semmelbröseln wenden
- In Butterschmalz ausbacken
- Mit Kartoffelsalat servieren

Wenn Gegensatz & Vielfalt  
zu Gaumenfreude werden

*Bulgarien*



Er hieß Iwan Datscheff und war auf dem bulgarischen Luxusdampfer „Varna“ das, was man einen „Freßkapitän“ nennt, oder, im offiziellen Sprachgebrauch, den „Passenger’s Captain“. So ein Mann ist dazu da, das unstillbare Bedürfnis von Kreuzfahrt-Passagieren nach Anwesenheit des Kapitäns im Speisesaal zu befriedigen; sie nehmen es einfach übel, wenn sie ohne den Mann mit den vier goldenen Ärmelstreifen speisen müssen. Weil aber nun der Kapitän eines 30 000-Tonnens gelegentlich seinen Platz auf der Kommandobrücke selbst zur Essenszeit nicht verlassen kann (denn ein Sturm oder eine Nebelbank machen keine Pause), verleihen findige Reedereien ihrem obersten Service-Master einfach auch vier Streifen und machen ihn zum De-jure-Captain, zum „Freßkapitän“.

Dieser hieß Iwan Datscheff, war ein wohlbeleibter Seebär und schloß mich ins Herz, als ich eines Tages auf der Höhe von Genua zum Frühstück Schafskäse mit Zwiebeln verlangte. Es war im fünften Jahr meiner gastronomischen Weltreise, die ich als Botschaftskoch in Finnland begonnen hatte. Ich fuhr auf der „Varna“ als Berater für die Touropa, die das phantastische Schiff gerade für ihre Mittelmeer-Kreuzfahrten gechartert hatte und es nun auf die Bedürfnisse deutscher Seetouristen ausrichten wollte. Es wurde damals schon viel geboten auf der „Varna“: Erholung, Sport, ungemein preiswerte Drinks und gesellschaftlicher Glanz. Juvena bot Kosmetik mit Krimsekt und Kaviar, Emilio Schuberth zeigte Haute Couture und atemberaubende Mannequins.

Auch in der Küche wollten die eifrigen Bulgaren internationalen Standard bieten – und eben das war das Problem. Sie

hatten ihre saure Djoba, die köstliche Suppe, ebenso aus der Schiffsküche verbannt wie den Knoblauch und den Kürbis, die rohen Gemüse und die süße Banitja, das Nationalgebäck. Statt dessen boten sie auf der Karte „Hamburger Steak“ und „Ochsenbrust mit Merrettichsauce“, Gerichte, deren Rezepturen sie sich mühsam aus Kochbüchern übersetzt hatten und deren Zubereitung ihnen eigentlich gegen den Strich ging (den Passagieren übrigens auch). Als ich an jenem Morgen Schafskäse und Lukanka verlangte, blühte Kapitän Datscheff sichtlich auf: Endlich einmal einer, der etwas nach seinem Herzen wollte. Mit einem Schlag war die Unsicherheit im Umgang mit den ersten westlichen Passagieren geschwunden. Heute wird auf der „Varna“ auf beiderlei Arten gekocht, abendländisch und orientalisch beides ist inzwischen gleich gut. Aber das absolute „Highlight“ jeder Kreuzfahrt sind immer wieder die bei den Folkloreabenden servierten, geschmorten Lammhaxen. *Rezept auf Seite xxx.*

Ich aber schwelgte, kaum dass die „Varna“ in ihrem Heimathaften Varna eingelaufen war, bei Frau Datscheff in allen Herrlichkeiten der bulgarischen Küche, in der sich die Hinterlassenschaft der türkischen Besatzer des Mittelalters genauso widerspiegelt wie die Verwandtschaft mit dem großen Onkel in Rußland. Die Spezialität der Kapitänin, die aus Kazanleg, mitten im bulgarischen Rosenland, stammte, war das Filetspitzengulasch „Mućkalica“ – ein Gericht, das die Produkte des Landes in harmonischster Weise vereint. Filetspitzen, mit Pilzen und Zwiebeln gemischt, der Teller auf dem serviert wird, ist mit Rosenöl eingerieben – also, sage ich Ihnen, das ist ein Duft...

Die bulgarische Küche hat mit den Nachbarn in Balkan und Kleinasien vieles gemeinsam, etwa die Vorliebe für raffinierte Vorspeisen, die in Griechenland Mezéde, in der Türkei Mezeleser und in Bularien Mezes heißen – sie reichen von Radieschen und Krabben bis zu geröstetem Lamm Darm und gefüllten Weinblättern. Leicht nachzumachen und höchst wohlschme-

ckend: feingehackte frische Gurken in Yoghurt. Auch die Ražnjić, auf dem ganzen Balkan daheim, stehen hier in hohem Ansehen. Es war eine Wette unter Köchen im Restaurant „Oktober“ in Sofia, das mir die typisch bulgarische Version dieser Spezialität verschaffte. Ich hatte für die Speisekarte der „Varna“ Ražnjić vorgeschlagen, aber die Experten meinten, das gäbe es schließlich überall.

Nur einer grinste versschmitzt, wettete mit den Umstehenden um eine Flasche „Mastika“, Ananasschnaps. Er bahnt sich eine Küchenschürze um und jonglierte gekonnt mit Holzspießen, Fleisch, Gemüse, Knoblauch und Kräutern. Quintessenz dieser eindrucksvollen, nahezu artistischen Darbietung, war Racicchi, *Rezept auf Seite XXX* von außergewöhnlichen Geschmack und einer kaum zu überbietenden Zartheit. Allein unser Anstandsgefühl hielt uns davon ab, die Teller abzuschlecken und den Spieß zu zernagen. Die Flasche „Mastika“ hatte es natürlich gewonnen.

Und natürlich, auf meine Empfehlung hin, wurde diese ursprünglich aus dem bulgarischen Steppe stammende Zubereitungsart vom Oberkoch unserer schwimmenden Restaurants übernommen und er versicherte mir später, ich schmecke nicht nur seinen Kapitän, sondern auch den Passagieren ganz vorzüglich.

# Raznjici

## ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

### FÜR DIE RAZNJICI:

- 400 Gramm Schweinefleisch, in 3x3 cm. große Würfel geschnitten,
- 400 Gramm Kalbfleisch, in 3x3 cm. große Würfel geschnitten
- Fleischsorten sollten Schnitzfleisch sein. • 1 - 2 Auberginen, in Würfel von circa 3 cm Kantenlänge geschnitten • 2 - 3 Stück gelbe oder rote Paprika, entkernt • in Würfel von circa 3.cm. Kantenlänge geschnitten
- 2 – 3 rote Zwiebeln, in große Stücke zerteilt

### ZUTATEN – FÜR DIE MARINADE:

- 1 Zwiebel, fein gehackt • 5 Knoblauchzehen, zerdrückt • 3 Lorbeerblätter
- 0,3 Liter Olivenöl • 3 cl. Weißweinessig oder Zitronensaft • 2 Zweige frischen Rosmarin • 2 Zweige frischen Thymian • 1 kleiner Bund Blattpetersilie, fein gehackt • 8 Lorbeerblätter • Paprikapulve

### ZUBEREITUNG:

- Für die Marinade alle Zutaten gut verrühren
- Kräuterzweige, Fleisch, Auberginen – und Paprikawürfel, ohne die Zwiebeln, einlegen
- Zugedeckt 24 Stunden im Kühlschrank marinieren und öfter wenden
- Die Zwiebeln dann abwechselnd mit dem abgetropften Fleisch, dem Lorbeerblättern und dem Gemüse auf Spieße stecken und in der Pfanne braten oder auf einem Rost grillen. Dabei immer wieder mit der Marinade bestreichen

# Lukanka

## ZUTATEN:FÜR 4 PERSONEN:

- 600 Gramm Lukanka\* Schwarzen Pfeffer, geschrotet
- Rosenpaprika
- 6 - 8 zerdrückte Knoblauchzehen

## ZUBEREITUNG:

- Die abgezogene Lukanka in dünne Streifen schneiden, mit dem Kurdfond dünn bestreichen, mit Pfeffer und Paprika bestreuen

\* Lukanka, eine luftgetrocknete Rohwurst, die aus Schweine – und Rindfleisch hergestellt wird und typischerweise in abgeflachter Form in den Handel kommt.Diese Form entsteht durch mehrmaliges Pressen während des Trocknungsvorgangs.

# Geschmorte Lammhaxen

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 4 Lammhaxen, pariert, in 3 -4 cm. breite Scheiben gesägt
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Öl zum Anbraten
- 200 Gramm, weißes vom Lauch, gewürfelt
- 100 Gramm Sellerie, gewürfelt
- 200 Gramm Karotte, gewürfelt
- 2 Gemüsezwiebeln, gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 6 Tomaten, abgezogen, entkernt, gewürfelt
- 0,75 Liter Fleischbrühe
- 0,25 Liter Rotwein
- Salz, gemahlener Pfeffer
- gehackte frische Kräuter, z.B. Petersilie, Thymian, Basilikum
- gezupfter Kerbel und Majoran

## ZUBEREITUNG:

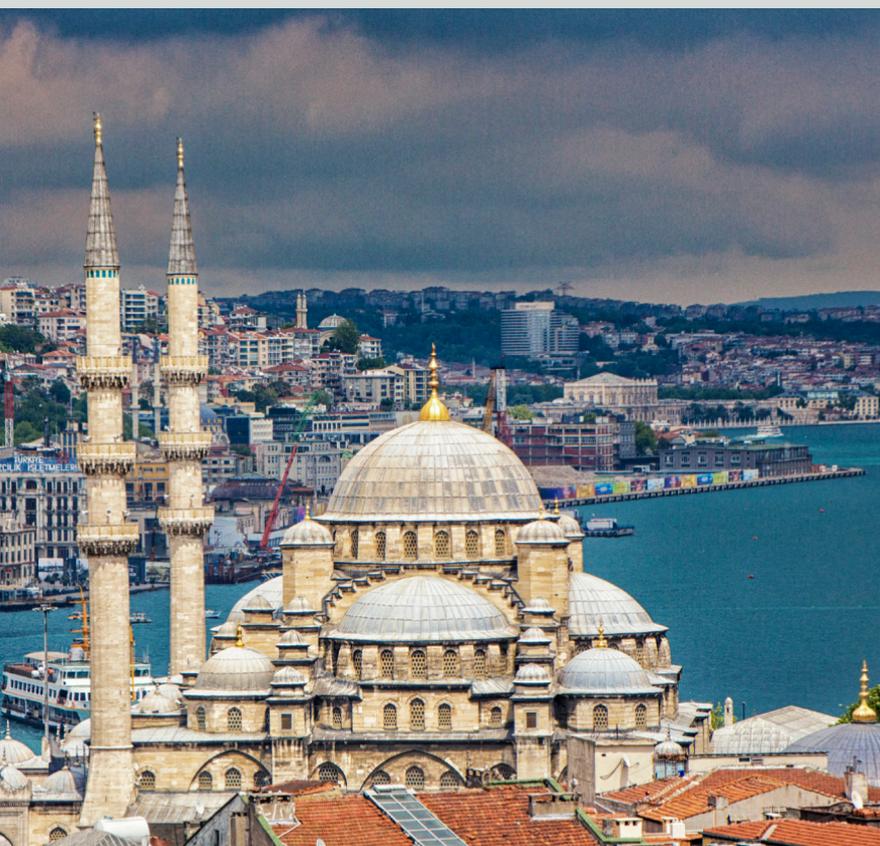
- Lammhaxen würzen, in Öl anbraten. Warmstellen
- Gemüsewürfel und Knoblauch im Bratfett anschwitzen
- Mit Fleischbrühe und Rotwein auffüllen, aufkochen, Lammhaxen zugeben und zugedeckt im Ofen circa 1 Stunde schmoren
- Lammhaxen herausnehmen
- die Sauce einkochen
- Tomatenstücke und Kräuter zugeben, abschmecken, über die Lammhaxen geben



Lammhaxen, pariert

# Ein Land der Gegensätze & kulinarischer Vielfalt

*Türkei*



Von Sofia her kommend passieren Sie mit mir auf unserer internationalen Küchenfahrt nun die türkische Grenze bei Edirne.

Nehmen Sie – wie ich – ein Tässchen Kaffee – womit Sie gleich eines der edelsten Geschenke der türkischen Küche an den restlichen Teil der Welt genießen.

Also Edirne also: Die Stadt mit der höchsten Moschee, wie wir dem Reiseführer entnahmen.

Aber das war gar nicht so leicht, denn Türken und Deutsche lieben einander zwar, besonders die Türken die Deutschen, verstehen sich jedoch nicht sonderlich, was die Sprache betrifft. Erst im Caféhaus des Herrn Ünül Kaçmak fanden wir die rechte Aufmerksamkeit. Er bemühte sich sogleich um uns und ich machte die Bewegung des Essens.

Ich deutete auf meine Augen und markierte Tränen: richtig scharf, compris? – da erschien in den Augen meines Gegenüber ein triumphierendes Leuchten, und er verschwand spornstreichs in der Küche. Wenig später servierte er uns Hammelkehle und Hammelaugen, zart gekocht, mit feinen Salatblättern aus einer würzigen Knoblauchsauce zu fischen.

Nun, Kennerschaft verpflichtet – wir würgten je eine dieser Delikatessen hinunter, den erwartungsfroh dabeistehenden Herrn Kaçmak und verfütterten den Rest der fremdartigen Speise, kaum dass er uns allein gelassen hatte, an seine Katze.

Der Hammel gilt als das edelste Tier in der Türkei; sein Fleisch ist, dank der guten Weiden, wirklich von höchster Qualität.

So, wie es Herr Kaçmak am anderen Tag servierte, habe ich es im wahrsten Sinne auf der Zunge behalten: am Spieß direkt auf glühenden Holzkohlen gegrillt. Oder, – wie es als „Şiş Kebap“ über den ganzen Balkan verbreitet ist – in mundgerechten Stücken gebraten und mit feingeschnittene Zwiebeln bestreut. Im Pilaw schließlich, *Rezept auf Seite xxx* jenem verehrungswürdigen Reisgericht, das sich nur mit viel Gefühl und noch mehr Erfahrung richtig bereiten lässt.

Schon an dieser kleinen Aufzählung sieht man, wieviel aus der türkischen Küche in die internationale Speisekarte eingedrungen ist – dazu die würzigen Ragouts aus vielen Gemüsen, vor allem das „Börek“, und die – oft übermäßig süßen – Süßspeisen, die kandierten Früchte, die Nußcreme „Halva“ und der türkische Honig.

Das hat natürlich seine historische Erklärung: Die Türken, Eroberer und Besatzer des Frühmittelalters, haben überall zwischen Wien und der Wolga neben der Kenntnis des Korans die Kultur ihrer Küche zurückgelassen.

Selbst sachkundige Türken verweisen in diesem Zusammenhang bescheiden darauf, dass schließlich einstens das Paradies innerhalb der Grenzen des Osmanischen Reiches zu suchen gewesen sei.

Ich jedenfalls habe nirgendwo Menschen getroffen, die mit größerer Hingabe und Dankbarkeit zu tafeln verstehen als sie, deren Kinder noch heute statt eines Talismans gern eine Knoblauchzehe am Hals tragen.

In Istanbul, der Hauptstadt, gerieten wir getreu der Erfahrung, das beste und typischste der Gastronomie stets am Hafen zu finden, auf den Fischmarkt zu Palamud den Thunfischen, und Uskumru, den Makrelen. Neugierig forschte der Fischer, woher wir kämen. „Alemani!“ – und schon waren wir seine Gäste.

Die Gehilfen huschten über den ganzen Markt, um das Beste herbeizuholen; aus Fischkisten entstand eine Festtafel. Der Fi-

scher selbst bereitete einen Salat aus geräucherten Sprotten, rohem Lauch, Tomaten, Schafskäse, Gurken, Rotwein, Essig und Öl, in einem schnell entzündeten Feuer brieten dazu frische Makrelen – es war ein königliches Mahl, mitten in der Fischhalle.

Am Abend brachte er uns in sein komfortables Haus, servierte uns Lammhacksteaksa mit Wirsingsalat, *Rezept auf Seite xxx* und zeigte uns sein im ersten Weltkrieg erworbenes Eisernes Kreuz, laut Urkunde verliehen von „Liman v. Sanders, preußischer General der Kavallerie, zur Zeit in türkischen Diensten“.

Dass hernach auch die unvermeidliche Bauchtänzerin aus Wanne-Eickel stammte, wunderte uns kaum noch, denn Deutsche und Türken lieben eben einander.

Seitdem bin ich ein gutes Stück bewandert in türkischer Küche; ich gebe Ihnen hier etwas davon weiter, in sozusagen freier Nachdichtung.

Nicht, dass es Ihnen so ergeht wie jenem sagenhaften Imam, dem zu Ehren eines der türkischen Nationalgerichte – geschmorte Auberginen, gefüllt mit einem Brei aus Tomaten und Zwiebeln – seinen Namen hat. Es heißt „Imam bayildi“: „Der Imam fiel in Ohnmacht“. Wobei nicht überliefert ist, warum er in Ohnmacht fiel. Weil er entzückt war, oder weil er sich überfressen hatte und weil sich, wie wir (fast) in Edirne Hammelkehle und -augen...

# Pilaw

## *mit Lammfleisch*

### ZUTATEN

#### FÜR 4 PERSONEN:

- 500 Gramm Lammfleisch aus der Keule, in 2 – 3 cm. große Würfel geschnitten
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Paprikapulver
- Öl
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, feingehackt
- 300 Gramm Basmatireis
- Gewürze: Zimt gemahlen, Kardamom gemahlen, Kreuzkümmel gemahlen
- Safranpulver in Rosenwasser aufgelöst, Nelken gemahlen
- 0,75 Liter Fleisch – oder Gemüsebrühe
- 1 Bund Blattpetersile, fein gehackt
- frische Korianderblätter
- frische Pfefferminzblätter

### ZUBEREITUNG:

- Reis waschen, abtropfen
- In einem großen Topf Öl erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen
- Lammfleisch würzen, zugeben, anbraten
- Basmatireis beifügen, unterrühren. Gewürze einstreuen
- Mit Brühe auffüllen, aufkochen, zugedeckt auf kleiner Flamme oder im Ofen garen
- Petersilie unterziehen, mit Koriander – und Pfefferminzblättern dekorieren

# Türkische Lammhacksteaks *mit Wirsingsalat*

## ZUTATEN

### FÜR 6 BIS 8 KLEINE HACKSTEAKS:

- 100 Gramm Karotten, in sehr kleine Würfel geschnitten
- 50 Gramm Sellerie, in sehr kleine Würfel geschnitten
- 100 Gramm Grünes von einer Lauchstange, in sehr kleine Würfel geschnitten
- 1 Gemüsezwiebel, in sehr kleine Würfel geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, sehr fein gehackt
- Butter,
- 400 Gramm Lammhackfleisch
- 400 Gramm Kalbshackfleisch
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Curry, Paprikapulver, gemahlener Kreuzkümmel
- gemahlener Rosmarin
- 0,1 bis 0,2 Liter Sahne
- 3 - 4 Eier
- 50 Gramm Senf
- 150 Gramm Semmelbrösel,
- frische Thymianzweige
- Butterschmalz

## ZUBEREITUNG:

- Gemüse – und Zwiebelwürfel und Knoblauch in Butter anschwitzen, erkalten lassen
- Mit beiden Hackfleischsorten vermengen
- Sahne, Eier, Senf und Semmelbrösel zugeben, würzen, abschmecken und Hacksteaks formen
- Falls die Hackfleischmasse zu fest ist, Sahne beifügen, sollte sie zu weich sein, weitere Semmelbrösel untermengen
- Hacksteaks zusammen mit den frischen Thymianzweigen in Butterschmalz braten

# Wiringsalat

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 1 Kopf junger Wirsing
- frische Küchenkräuter, wie z. B. Petersilie, Schnittlauch, Dill, Pfefferminze oder Basilikum, fein gehackt oder geschnitten
- 20 Gramm mittelscharfen Senf
- 10 Gramm Honig
- 2 cl. Balsamicoessig
- 8 cl. Olivenöl
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Kreuzkümmel gemahlen

## ZUBEREITUNG:

- Vom Wirsing den Strunk entfernen. Blätter ablösen, die dicken Blatttrippen herausschneiden
- Wirsingblätter in 2 cm. breite Streifen schneiden, in kochendem Salzwasser blanchieren, abgießen, abschrecken, abtropfen und ausdrücken
- Senf mit Honig und Balsamico glatt rühren
- Olivenöl nach und nach zugeben, mit Salz, Pfeffer und Kümmel kräftig abschmecken
- Küchenkräuter zugebenWirsing mit der Salatsauce anmachen.
- Wiringsalat anrichten und die Lammhacksteaks darauf legen

Bild

# Tavernen, Weine & Lebensfreude

*Griechenland*



**I**n Griechenland sind die Demokratie und die Blutwurst erfunden worden. Während der 25 Jahrhunderte, die seitdem vergangen sind, hat sich vieles verändert. Die Blutwurst ist geliebt.

Wir nähern uns dem klassischen Land auf der traditionellen Route – von See her, von Marseille, Genua oder Venedig. Dem Seereisenden zeigt Hellas nämlich von vornherein seine schöne Seite, während es dem Flugtouristen mit den Bergen Attikas von oben eine unwirtliche, schmutzig braune Schulter weist.

Aus dem Meer kommen auch die kostbarsten Andenken an das griechische Altertum, die Statuen und Amphoren, die ins Wasser fielen, als die gierigen Römer sie stehlen wollten und ihre Schiffe damit derart überluden, dass sie beim ersten Windhauch vor der Küste kenterten.

Und auf den Wellen schwimmt der Schlemmer schließlich geradewegs auf die größten Köstlichkeiten der griechischen Küche zu – nein, nicht die Blutwurst: auf die Fische („psaria“), die Langusten, die Krebse, die Muscheln.

Ich führ an Bord eines griechischen Schiffes, der MSS „Regina“, und genoß bereits unterwegs fachliche Vorbereitungen durch Memos Paraskjenopoudos, den Chefkoch, und Thomas Dimitrios, den Obersteward. Küchenfexe erkennen sich überall.

So war ich, ehe ich noch einen Fuß auf griechischen Boden gesetzt hatte, bestens darüber aufgeklärt, dass Griechenland küchenpolitisch in zwei Teile zerfällt, angedeutet durch den Festlandseinschnitt am Nordkeil der Insel Euböa, am Paß der

Thermopylen – dort, wo sich 480 v. Chr. der erste überlieferte „Kampf bis zum letzten Mann“ abgespielt hat, der seitdem Dichter und Feldherren beflügelt hat, ohne dass einer von ihnen je teilgenommen hätte.

Als kulinarischen Festpunkt ist Thermopylae heute wichtiger, dem dort teilt sich, wie gesagt, das Land in die Fleischzone – nordwärts, ins rinderreiche Thessalien – und die Fischzone, die den ganzen griechischen Süden umfaßt, wo von größeren Nutztieren nur noch Schafe gedeihen und die Küche auf Gemüse und Fisch angewiesen ist.

Es ist schon Jahrtausende her, dass in Griechenland die Gastronomie als hoher Ausdruck der Kultur galt, als Köche geachtet waren wie Philosophen, so beider Kunst schließlich im Gastmahl des Plato zusammenlief. Aber wenigstens die Erinnerung ist noch lebendig, und so kam es, dass meine griechischen Freunde mich verglichen mit dem Arcestratos, einem aus Sizilien stammenden Koch, der vor mehr als 2000 Jahren eine Reise um die Welt machte, soweit man sie damals kannte, und zuhause einem staunenden Publikum von fremdländischen Rezepten berichtete.

Ich hatte, offen gestanden, noch nichts von diesem klassischen Kollegen gehört, fühlte mich aber natürlich höchst geschmeichelt. Damit verglichen waren die Ansprüche meiner griechischen Partner auf dem Schiff vergleichsweise bescheiden. Thomas Dimitrios, der sich vom Tellerwäscher durch alle Feinheiten unseres Berufs immerhin zum obersten Steward eines Luxusdampfers emporgearbeitet hat, bevorzugte „Shordalia“: Kartoffeln, zusammen mit zerdrücktem Knoblauch in Öl geschmort, dazu gebratene Auberginen und vielleicht etwas Fisch. Memos, der Koch mit dem langen Namen, mag am liebsten einen „Stamna“ genannten Feuertopf mit Lammhaxen und Gemüse und Spießchen aus Kuttelfleck und Leber, allerdings sehr kompliziert gewürzt. Und dem Kapitän der „Regina“, dem weltmännisch-feschen Togias Stephanos, kann der

Koch nichts besseres zu bereiten als Spaghetti mit Butter und Parmesan, und Fische am Spieß, *Rezept auf Seite xxx*

Endlich in Piräus an Land, fiel ich an dem romantischen Tourkolimano, dem uralten türkischen Hafen und sicherlich einem der schönsten Plätze der Welt, erst einmal auf einen nicht sehr schmackhaften Hummer herein. Dann aber schneite mir plötzlich ein Münchner Freund an den Tisch: Ein Fernsehautor, der eine scharfe und lüsterne Zunge besitzt und der mir daheim in Ruhpolding gern meine neuen Creationen kritisch verkostet. Er hatte sich, nach einigen schlechten Erfahrungen, ganz der griechischen Sitte des Vorspeisenessens zugewandt; ein paar kleine Fische, Scampi, frittierte Tintenfischstücke, griechischer Salat, dazu viel von dem angenehm harzigen Ret-sina-Wein – das ist schon alles, und das ist köstlich. Allenfalls noch einen gekochten oder gegrillten Barsch danach.

Die Hummer überlassen wir und die Einheimischen gern den Touristen, die sich's leisten können (und vielleicht nicht so empfindlich im Geschmack sind). Wir kamen danach ziemlich schnell auf die Hasen zu sprechen. Nicht die die sondern Sie meinen – auf die wilden Hasen, deren es in den griechischen Bergen soviele gibt. Und mein Freund hatte dazu ein Rezept aus Attika parat, das mir zurechtgekocht und zu Ehren seines Sohnes „Hase Daniel“ *Rezept auf Seite XXX* getauft habe.

In dieser Nacht machten wir Athen zu zweit unsicher. Hauptsächlich eine winzige, leider nicht mehr zu benennende Taverne in der Nähe des vorchristlichen Hauptplatzes. Die „Agora“, von der wir sagen gehört hatten, es gäbe dort vorzügliche Gerichte und besonders temperamentvolle Sängerinnen, denen die Gäste vor lauter Begeisterung zu vorgerückter Stunde ihre Teller auf die Bühne schmissen.

Je größer der Scherbenhaufen, den eine der Damen hinterließ, um so größer ihr Erfolg (die Teller mußten selbstverständlich bezahlt werden). Es war alles so, wie man berichtet hatte. Ich habe dort die feinsten „Boureki“ gegessen, die kleinen

Fleisch- und Käsepasteten, und vor allem hauchzarte „Dolmades“, *Rezept auf Seite XXX* ganz leicht gelierte Weinblätter, mit feingewiegttem Lammfleisch gefüllt.

Die Sache mit den Tellern, die fand nicht statt. Auf unsere Frage gab der Kellner ein verlegenes Hüsteln ab, danach die kurze Erklärung, das sei nicht mehr üblich, und der Patron sagte schließlich hinter vorgehaltener Hand, man halte das „heutzutage“ für ungriechisch und würdelos, und außerdem sei das Geschirr halt wirklich etwas knapp.

Und nun zur Blutwurst: Jene andere klassische Errungenschaft neben der Demokratie, die Griechenland der Welt geschenkt hat. Sie kommt aus der „schwarzen Suppe“, mit der spartanische Tyrann und Feldherr Lykurgos seine Mannen – und zwar ausschließlich – fütterte, damit sie groß und stark wurden: Blut, Speck und Zwiebeln. Bis der Koch Aphtonite, vielleicht angeregt von der leichten Verderblichkeit des Gerichtes, einmal auf den Gedanken kam, das alles in einen Darm zu füllen.

Damit wurde, ein halbes Jahrtausend vor Christi Geburt, die Blutwurst erfunden.

# Hase „Daniel“

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 4 Hasenkeulen, Schlossknochen ausgelöst, Gelenk durchtrennt
- 100 Gramm fetten Bauchspeck, in Streifen geschnitten
- die Hasenkeulen damit gespickt
- 4 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 Karotte, in Würfel geschnitten
- 1 Gemüsezwiebel, in Würfel geschnitten
- 1 kleine Sellerieknolle, in Würfel geschnitten
- 1 kleine Stange Lauch, in Würfel geschnitten
- frische Rosmarin - und Thymianzweige
- 0,5 Liter Agiorgitiko Wein aus Nemea, („Blut des Herkules“)
- 0.5 Liter dunkles Bier der griechischen Marke „Vergina“
- 100 Gramm Butterschmalz
- 50 Gramm Tomatenmark
- circa 100 Gramm Mehl zum Bestäuben
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Lorbeerblätter, zerdrückte Wacholderbeeren, Nelken
- 100 Gramm getrocknete Aprikosen, sehr kleingeschnitten
- 0,1 Liter Orangensaft

## ZUBEREITUNG:

- Knoblauch, Karotte, Gemüsezwiebel, Sellerieknolle und Lauch mit Kräutern in eine Schüssel geben, mit Wein und Bier aufgießen
- Aprikosen im Orangensaft einweichen
- Hasenkeulen in die Beize einlegen, zugedeckt 12 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen
- Keulen und Gemüse abtropfen, abtrocknen
- Hasenkeulen salzen, pfeffern, in Butterschmalz anbraten, herausnehmen, warmstellen
- Im Bratfett das Gemüse anbraten. Tomatenmark einrühren, rösten, mit Mehl stäuben, bräunen, mit Einlegebeize aufgießen
- Gewürze zufügen, Hasenkeulen einlegen, bei 200 Grad im Ofen zugedeckt garen
- Keulen aus der Sauce nehmen, Sauce durch ein Sieb streichen
- Sollte die Sauce zu dünn sei, bis zum notwendigen Bindungsgrad einkochen
- Bei zu dicker Sauce Rotwein und Bier nachgießen
- Aprikosen und Orangensaft zugeben, aufkochen und abschmecken

# Dolmades „Dimitros“

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 100 Gramm gekochter Reis
- 100 Gramm Lammhackfleisch
- 100 Gramm Zwiebelwürfel, angeschwitzt, abgekühlt
- Blätter von wildem Majoran
- 50 Gramm Ingwer, fein gewürfelt
- frische Minze, abgezupft und gehackt
- 1 Bund Blattpetersilie, gehackt
- Zitronensaft
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 12 sehr dünn geklopfte Lamm-schnitzelchen a 50 Gramm
- 6 Knoblauchzehen, zerdrückt
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 12 eingelegte Weinblätter
- Öl
- 30 Gramm Tomatenmark
- 1 Gemüsezwiebel, gewürfelt
- 0,3 – 0,4 Liter Fleisch – oder Ge-müsebrühe
- 2 Zitronen, in dünne Scheiben geschnitten

## ZUBEREITUNG:

- Reis, Lammhackfleisch, Zwiebelwürfel, Majoran, Ingwer, Minze und Petersilie mischen, salzen, pfeffern, Zitronensaft zugeben, würzig abschmecken
- Lammschnitzelchen auslegen würzen, mit dem Knoblauch bestreichen, abgetropfte
- Weinblätter auflegen, Hackfleisch - Reisfüllung darauf verteilen
- Füllung zuerst im Weinblatt und dann in den Lammschnitzelchen einwickeln
- Mit Zahnstochern fest stecken
- Zwiebelwürfel in Öl anbraten, Tomatenmark zufügen, mit Brühe auffüllen
- Röllchen einlegen, Zitronenscheiben dazwischen stecken
- Zugedeckt garen

# Fisch am Spieß

## ZUTATEN – FÜR 4 SPIESSE:

8 Filets von der Mittelmeer Goldbrasse (Lavraki) entgrätet, ohne Haut, je 100 Gramm schwer, größere Filets entsprechend zuschneiden. • gemahlener Pfeffer • 8 dünne Scheiben griechischer luftgetrockneter Apaki Schinken, zum Einwickeln der Fischfilets • 8 große Salbeiblätter • Öl und Butter

## FÜR DAS RISOTTO:

1 Gemüsezwiebel, fein gewürfelt • 4 Knoblauchzehen, gehackt • Olivenöl • 1 rote Paprikaschote, entkernt, fein gewürfelt • 2 kleinere Zucchini, fein gewürfelt • 250 Gramm Risottoreis • 0,2 Liter griechisches helles Lagerbier der Marke „Mythos“ • circa 1 Liter Gemüsebrühe • 1 Bund Petersilie, gehackt • 1 Bund Schnittlauch, geschnitten • 1 kleiner Bund Dill, gezupft, geschnitten, • Salz • gemahlener Pfeffer • 150 Gramm geriebener griechischer Graveria Hartkäse • frische Pfefferminzblätter

## ZUBEREITUNG:

- Für das Risotto Zwiebel – und Knoblauchwürfel in Olivenöl anschwitzen
- Reis und Paprikaschote zugeben, mit Bier ablöschen
- nach und nach Gemüsebrühe angießen, so dass der Reis immer bedeckt ist und quellen kann
- Bei der letzten Brühezugabe Zucchiniwürfel beifügen
- Fertig garen, geriebenen Graveria einstreuen, Petersilie, Dill und Schnittlauch untermischen
- Mit Salz und Pfeffer würzen
- Fischfilets von beiden Seiten mit gemahlenem Pfeffer würzen, auf die
- Schinkenscheiben mit den Salbeiblättern legen, einrollen
- Jeweils 2 Stück auf einen Spieß stecken. In Öl und Butter beidseitig kurz kross anbraten. Im Backofen bei 150 Grad fertig garen
- Pfefferminzblätter zur Dekoration auf die Spieße stecken
- auf Risotto anrichten

# Fish & Chips, Ale & Geschichte erleben

*England*



Der Kellner, den ich soeben mit einem original englischen „Come in!“ hereingerufen hatte, übersah die Situation mit einem schnellen Blick. Dann setzte er Whisky und Bier ab und sagte in akzentfreiem Deutsch: „Guten Abend, meine Herren. Die Getränke, bitte sehr!“. Die Sache war uns beinahe peinlich. Denn zwei Abende vorher hatte der bärbeißige Portier Mister Spencer, als er uns drei Kollegen in London empfing, gemeint: „Hoffentlich sind Sie nicht so skatbesessen wie die Gruppe vor Ihnen! Die haben nämlich jeden Abend nur Karten gespielt und nichts gesehen von England, außer den offiziellen Besichtigungen“.

Und nun saßen wir doch im feinen St. Ermin's Hotel in Westminster und kartelten. Allerdings nur, weil draußen der Nebel so dicht hing, dass man beim besten Willen nichts Besseres unternehmen konnte, aber immerhin. Und tatsächlich bekannte der Kellner, als unsere Überraschung vorbei war und wir ihn fragen konnten, warum er uns mitten in London so selbstverständlich auf deutsch angesprochen hatte: „Wissen Sie, Sir, wenn drei Herren allein auf einem Zimmer sitzen und Karten spielen, dann ist es Skat, und die drei Herren sind Deutsche!“

Nun, die Umwege, die mich in anderer Völker Küchen führten, mannigfaltig. In England war es ein bisschen weniger die offizielle Tour des „Central Office of Information“, als die Bekanntschaft jenes Kellners.

Er war übrigens kein Deutscher, wie wir zuerst annahmen, sondern Ire und hieß Tom O'Shea; er hatte allerdings zehn Jahre lang in Deutschland gearbeitet, in Magdeburg, vor dem Krieg. Das Wichtigste an ihm aber war sein Bruder, Richard O'Shea, Kneipier und Koch im Londoner Stadtteil Islington;

der aß und trank mit soviel Genuss und Wonne, dass es ein Vergügen war, ihn dabei zuzuschauen.

Denn das habe ich bei ihm, mit der sprachkundigen Hilfe von Tom, gelernt: Dass die vielverachtete, ja vielbelachte britische Küche in mancher Hinsicht überhaupt nicht zu übertreffen ist – das gilt vor allem fürs Fleisch, fürs Rindfleisch natürlich. Da haben die Briten die altgermanische Art des Röstens am Spieß perfekt weiter entwickelt.

Schon die selbstverständliche Ehre, die ein britischer Koch dem „raw material“ antut ( sie würdigt das Zeremoniell französischer „Rotisseur“ zu bloßen Faxen herab), lässt die sorgfältig konservierte Naturverbundenheit angelsächsischer und normannischer Recken ahnen. Tatsächlich glauben die Briten heute noch ein bisschen daran, dass sie diesem am Spieß gerösteten Rindfleisch ihre Weltgeltung verdanken – wie Henry Fielding sang: „Das fabelhafte Roastbeef, das unsere Herzen adelt und unser Blut feurig macht“! „Deswegen“, so mutmaßte der Franzose Voltaire, „siegen die Briten immer.“ Und wirklich: Lord Nelson ließ, ehe er sein Geschwader in die Schlacht führte, erst schnell noch zum Essen pfeifen – mit ihren vielen Steaks im Bauch kämpften seine Matrosen wie die Löwen. Vielleicht, weil das halbgeare Fleisch den Blutdurst weckt? Aber dann müßten die Deutschen mit ihrer Vorliebe fürs ganz rohe „Beef Tatare“ ja wahre Wölfe sein. Doch beschränken wir uns mehr aufs Küchentechnische:

Originals englisches Porterhouse-Steak wird überm offenem Feuer geröstet. Aber weil man ja nicht immer genügend Esser für so ein großes Stück zusammen bringt, schneiden es die Köche wie unser Gastgeber Dick O’Shea in handliche Stücke. Die richtige Beilage dazu ist natürlich ein „Yorkshire Pudding“ Einer der besten war der im „The Olde Ship Hotel“ in Brighton, während ich das schönste Steak in „Leofric’s Hotel“ im wieder aufgebauten Coventry fand. Und weil’s „roasted“ so gut ist, unterziehen die Briten ebenso Lammfleisch, Geflügel und Fische dieser Prozedur – für kontinentale Englandreisende ein Tipp:

„roasted“ schmeckt fast jedem, und preiswert ist es auch: Bei anderer Gelegenheit habe ich mich in London für ganz wenig Geld wochenlang von „Fish and Chips“ *Rezept auf Seite XXX* aus Straßenbuden ernährt (in Dankbarkeit überliefere ich mein verfeinertes Rezept davon).

Dass es in Großbritannien ebensowenig eine „nationale Küche“ gibt wie in Deutschland, das macht die Sache kompliziert. Wenn ich zurückdenke, fallen mir aus England zuerst ein die Frühstücke ein mit dem geräucherten und gebratenen „Kipper“-Hering als Höhepunkt; danach die „Sandwiches“, mit dem sich der vierte Earl of Sandwich, wiewohl bereits 1792 verblieben, in die gastronomische Unsterblichkeit eingetragen hat: ihn plagte der Spielteufel so heftig, dass er sich zum Essen nicht von den Karten weggeben wollte und darum das handliche Klappbrot zum Nebenbei-Essen erfand. Es besteht immer aus Bratenscheiben zwischen Weißbrotschnitten mit Würzbutter.

Aus Wales sind mir nur die „Rarebits“ *Rezept auf Seite XXX*, deren Rezept ebenfalls folgt, und die auf frischen Eichenbrettern überbackenen „Plank Steaks“ das liebste, aus Schottland die Fische, die Suppen, das Backwerk, und die herrlichen „Hot Pots“, gegen die unsere Eintöpfe geradezu simpel sind, deren Zubereitung aber viele Stunden beanspruchten.

Irland schließlich: Das Lammfleisch, der seltsame, spargelähnliche „Seekohl“ aus dem Atlantik, der Honigschinken und – die Kartoffeln, eine Köstlichkeit in vielen Zubereitungen. Wir aßen gut und lange, bei Richard O’Shea und den anderen Kollegen. Wir lernten England kennen und die Küche da und dort fürchten – aber dortige sie hatte für unsa ihren Schrecken verloren.

Nur das Geständnis, dass damals die ganze Voraussetzung verkehrt war – das lege ich hier zum erstenmal ab. Dass sich nämlich Tom O’Shea doch getäuscht hat bei seiner Charakterisierung der Deutschen und ihrer Skatsucht.

Wir, als Bayern, hatten an jenem Abend in London natürlich Schafkopf gespielt.

# Welsh Rarebit

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 250 Gramm, reifen Cheddar Käse, gerieben
- 25 Gramm zerlassene Butter
- 5 Gramm Senf, angerührt von englischem Senfpulver
- 5 Gramm Mehl
- etwas Worcestershire Sauce
- gemahlener Cayennepfeffer
- Paprikapulver
- Circa 4 cl. Bier
- 40 Gramm „Laverbread“, eine Paste aus essbaren Meeresalgen
- 4 dicke Scheiben Graubrot
- Butter

## ZUBEREITUNG:

- Käse mit Butter, Senf, Mehl, Worcestershire Sauce, Paprikapulver und Pfeffer in einen Topf geben, bei niedriger Temperatur erhitzen
- Bier nach und nach zufügen bis die Masse geschmolzen ist, sie sollte dickflüssig und cremig sein
- Abkühlen
- Brotscheiben in Butter auf einer Seite leicht anrösten
- Auf die ungebackene Seite das Laverbread streichen
- Die Käsemischung darauf geben und unter einem Salamander oder Grill bräunen
- Warm servieren

# Apple Tansy

## ZUTATEN:

- 4 saure Äpfel
- Butter
- 1/2 l Apfelwein
- 4 Eier
- 50 g geraspelte Mandeln
- Zucker
- Puderzucker

## ZUBEREITUNG:

- Äpfel schälen, entkernen, Scheiben schneiden
- Im 1/3 mit Wasser verdünnten Apfelwein kochen
- Eigelb mit Zucker schaumig rühren, geschlagenes Eiweiß unterziehen, Äpfel in ausgebutterter Backform damit bedecken. Mandeln daraufstreuen (können auch wegbleiben)
- Im Rohr überbacken, mit Puderzucker bestreut servieren

Eine köstlich-herbe Nachspeise, die in den Midlands, unter den „Österreichern Englands“ im Mehlspeisenkochen, hoch geschätzt ist.

# Fish and Chips

## ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN

### FÜR DEN BIERTEIG:

250 Gramm Kartoffelstärke oder Maisstärke • 250 Gramm Weizenmehl,  
• 1 Päckchen Backpulver • Salz • 0,25 Liter **sehr** kaltes Bier, am besten  
englisches Ale

### ZUBEREITUNG:

- Kartoffelstifte in kaltem Wasser waschen um die Stärke zu entfernen
- Abtropfen, abtrocknen
- Fritteuse auf 160 Grad erhitzen, die Kartoffelstifte darin blanchieren bis sie fast fertig sind, abtropfen, zur Seite stellen
- Kartoffelstärke mit Weizenmehl, Backpulver und Salz mischen
- Mit sehr kaltem Bier klumpenfrei verrühren. Wenn das Bier sehr kalt ist ergibt das beim Frittieren eine besonders schöne Kruste denn das sehr kalte Bier fördert die Bildung von kleinen Bläschen im Teig die für eine lockere und knusprige Textur beim Backen sorgen

---

### ZUTATEN FÜR DEN FISCH:

800 – 1000 grätenfreies Fischfilet, Kabeljau oder Seelachs • Salz • gemahlener  
Pfeffer • Zitronensaft • Mehl zum Wenden

### ZUBEREITUNG:

- Fisch in Portionsstücke schneiden, würzen und mit dem Zitronensaft beträufeln
- In Mehl wenden, durch den Bierteig ziehen, in heißem Öl bei 180 Gradgoldbraun ausbacken

### ZUTATEN FÜR DIE CHIPS:

Große geschälte rohe Kartoffeln, in dicke Stifte geschnitten • doppelt so dick wie Pommes frites

### ZUBEREITUNG:

- Die Kartoffelstifte bei 180 Grad noch einmal kurz frittieren bis sie kross sind
- 

### ZUTATEN FÜR DIE „MUSHY PEAS“:

400 – 500 Gramm gekochte Erbsen • 100 Gramm Butter • 1 Gemüsezwiebel, in feine Würfel geschnitten • 10 Gramm Zucker • Salz • gemahlener Pfeffer, • Zitronensaft • frische geschnittene Minzeblätter • Öl für Fritteuse

### ZUBEREITUNG:

- Für die „Mushy Peas“ Zwiebelwürfel in Butter anschwitzen, Erbsen und Minze zugeben, mit Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft würzen, pürieren
- Falls die Masse zu fest ist, mit etwas Kochwasser von den Erbsen „verlängern“ Konsistenz sollte wie bei Kartoffelpüree sein.
- Warmhalten

### FERTIGSTELLEN:

- Die Kartoffelstift bei 180 Grad in der Fritteuse noch einmal kurz frittieren bis sie kross sind
- Fisch, Chips und Erbsen in unbedrucktem Papier, Papptellern oder Pappschalen anrichten
- Mit einigen Spritzern Malzessig beträufeln

# Erdbeeren *mit Waldmeister*

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 600 Gramm Erdbeeren
- 8 Löffelbiskuit

### FÜR DEN WALDMEISTERSCHAUM:

- 3 Eigelbe
- 30 Gramm Zucker
- 30 Gramm Tannenhonig
- Salz
- abgeriebene Zitronenschale
- Saft von einer Zitrone
- 0.1 Liter Weißwein
- 12 frische Waldmeisterblätter,  
fein gehackt

## ZUBEREITUNG:

- Eigelbe, Zucker, Honig, Prise Salz, Zitronenschale und Zitronensaft im heißen Wasserbad cremig aufschlagen
- Wein und Waldmeisterblätter nach und nach unterrühren
- Erdbeeren anrichten
- Waldmeisterschaum darauf verteilen
- Löffelbiskuit anlegen



iStock  
Credit

Traditioneller walisischer Rarebit.

Genuss zwischen  
Gänsehaut & Nervenkitzel

*Gruselgeschichten*



**D**ass manchen Ehemännern angesichts der Kochkünste ihrer Angetrauten das Grausen kommt, ist eine bekannte Tatsache, von der wir hier nicht zu reden brauchen. Nein – das Gruseln, das ich in meinen Töpfen stifte, ist rein psychologisch. Es kitzelt nur an den Nerven, aber es konventiert dem Gaumen.

Vorweg, damit Sie sich schon ein bisschen fürchten lernen, ein kleines Beispiel: Wenn Sie in ein Gläschen Eierlikör einen Teelöffel Cherry Brandy oder Brombeerlikör geben und vorsichtig ein bisschen umrühren, so haben Sie das, was die Barmänner ein „Blutgeschwür“ nennen.

Es sieht auch genau so aus, schmeckt jedoch ganz vorzüglich. Erschrecken Sie Ihre Gäste einmal mit diesem kleinen Thriller aus meiner „Gruselküche“ – sie werden es Ihnen danken.

Ich habe für den gepflegten Horror schon immer eine Schwäche gehabt, den Horror, wie er sich in Alfred Hitchcocks Filmen oder guten englischen Kriminalromanen darbietet.

Ein gut gespielter Mord hat eben mehr Reiz als ein echter, und der Wandel der Empfindungen, der sich von der Spannung zur Lösung, vom richtigen „schönen Gruseln“ bis zur aufschnaufenden Entspannung vollzieht, ist ein Hochgenuss, den ich gerne gastronomisch umsetzen wollte. Wo hätte das besser gelingen können als in London?

In einem stillen Sträßlein des Londoner Westens, unweit St. James' Park, gelangte ich nach umfangreichen Recherchen in den einschlägigen Club. Er trägt den phantasievollen Namen „The Murder Menu Club“ und steht allen Gourmets offen, die

sich zutrauen, allein mit der Empfindungskraft ihrer Zunge Gifte und andere ungeeignete Zutaten in Speisen aufzuspüren. Die Atmosphäre ist wie bei Emma Peel und John Steed: hohe, düstere Räume, höflich schweigende Butler, grotesk-schaurige Dekorationen – und im Mittelpunkt der Tisch, der dem eigentlichen Club-Zweck dient. Auf ihm wird das „Mord-Menu“ serviert.

Es ist ein ganz normales britisches Essen besteht aus: Ein Drink, ein wenig Suppe, fischiger Vorspeise, dann große Fleischportionen, mit Chips und giftig grünen Erbsen garniert, zum Abschluss eine Süßspeise.

Doch: in irgendeinem Gang, in irgendeiner Beilage steckt das Gift, mit dem das Menu seinem Namen Ehre machen soll. Ist der Gast gewieft genug, schmeckt er das Zeug auf die erste Kostprobe heraus und lässt, während er geruhsam weiterspeist, den ominösen Gang einfach aus.

Schmeckt er's nicht...

Mich hat meine Zunge, nicht betrogen. Bei mir steckte die gruslige Ladung ausgerechnet in den Erbsen, die ja, wie gesagt, fürs kontinentale Auge von Natur aus schon giftig aussehen. Im Übrigen hat seit 134 Jahren kein Gast mehr Schaden in diesem Club genommen – entweder, weil die Clubleitung nach den ersten schlechten Erfahrungen mit Scotland Yard gar kein richtiges Gift mehr reicht, reicht oder die Clubmitglieder einfach zu gut geschult sind, um sich so hinters Licht führen zu lassen.

Denn der Unterricht, den der Aspirant dort genießt, ist wahrhaftig vielseitig. Da lernt er zum Beispiel, dass man Fleisch vor der Zubereitung am besten mit Hilfe einer Injektionsspritze „impft“ und nicht einfach einreibt, wie es Mord-Dilettanten häufig tun. Strychnin sollte stets von einer sauren Zutat begleitet sein, während das beliebte Curare im Essen überhaupt nur in Glücksfällen wirkt. Wie man insgesamt der biologischen Methode den Vorzug vor aller Chemie geben sollte: zum Beispiel Spinat einfach drei Tage stehen lassen und danach scharf ab-

schmecken, das wirkt sicher und schaut auch ganz natürlich aus. Den allergrößten Spaß machen Hormone und falsche Zellbausteine: aber das führt an dieser Stelle zu weit...

Im theoretischen Abschnitt der auf das Mord – Menü folgte, erhielt ich ein persönliches Gespräch mit dem Geschäftsführer des Clubs, was mich jedoch zusätzlich einige Pfund Sterling kostete.

Der Aufseher des historischen Bauwerks aus der Tudor - Ära, dem Gerücht nach ein verarmter Nachkomme russischer Großfürsten, hatte neben vielen guten und praktischen Tipps, wie man jemanden unentdeckt mit vergifteten Speisen „um die Ecke bringen“, könne auch noch mancherlei Geschichten über historische Bösewichte auf Lager.

Geschichten die die adeligen und teilweise schon leicht senilen Earls und Lords bei ihren Zusammenkünften im „Murder Club“ immer wieder beschäftigten.

Vor allem war es „Dracula“, die berühmte Romanfigur von Bram Stoker, die sie besonders faszinierte. Und so traf sich jedes Jahr am 26. Mai, dem Tag an dem das Buch erstmals erschien, die honorige Gesellschaft in den Clubräumen.

Mit wohligem Schaudern lasen sie dann aus der Erstausgabe des Buches die blutrünstigen Geschichten des irischen Schriftstellers über den „Pfähler“ Fürst Vlad III., der den armen Menschen in Transsylvanien und England das Blut aus der Kehle sauge.

Der Earl of Pembroke las den jungen Anwalt Harker, der schwerhörige Lord Burghley den Abraham Van Helsing und die Köchin, das einzige weibliche Wesen im Club, las die Mina und die Lucy Westenra. Außerdem durften natürlich Dr. John Seward und Arthur Holmwood nicht fehlen, eine doppelte Sprecherrolle, die vom königlichen aber schon leicht gichtigem Zeremonienmeister Arthur of Westminster immer wieder mit Bravour gemeistert wurde.

Die Köchin Pauline Elsworth durfte den Herd aber erst verlassen, nachdem sie den vornehmen Herren das Anti „Dracula Steak“ *Rezept auf Seite XXX*, mit dem Knoblauch - Gugelhupf *Rezept auf Seite XXX*, zubereitet und serviert hatte.

Nach dem Essen entspann sich, wie jedes Jahr, eine lebhaft Diskussion darüber, ob der Verzehr von Knoblauch blutsaugende Vampire abwehren könne.

Die große Mehrheit der hochherrschaftlichen Edelleute schien der Meinung zu sein, dass nur der reichliche Genuss von Knoblauch, so wie es in alten Mythen und Legenden beschrieben wird, der einzig wirksame Schutz vor den blutsaugenden Nachtgestalten sei, da der Schwefelgestank der Stinkzwiebel die zähnefletschenden Monster besonders wirkungsvoll abschrecke.

Während eine kleinere Fraktion auf der altbewährten Methode des Vorzeigens eines Kreuzes bestand, plädierte der Earl of Sandwich für die Verwendung von silberbeschichteten Spiegeln, die allein Unheil abwehren könnte.

Und wie jedes Jahr konnte man sich nicht einigen und verschob die Diskussion auf den nächsten 26. Mai.

Zur Konsumierung von Knoblauch fällt mir noch eine kleine Geschichte ein:

Da treffen sich der Moische und der Schmui in einem polnischen Städl und der Moische sagt: „Schmui, du werst nicht erraten, was ich hob‘ gegessen!“ Und der Schmui sagt: „Gib mer a Hauch!“. Der Moische bläst ihn an und der Schmui fährt erschrocken zurück und sagt: „Nu, was werste hob‘n gegessen: Knoblauch!“

Und der Moische feixt und schüttelt den Kopf und gibt noch a Hauch, und der Schmui sagt: „Nu was werste hob‘n gegessen: Zwieblach!“ Und der Moische lacht triumphierend und sagt: „Ich hob gewusst du kommst nicht darauf: Walderdbeeren!“

Bei der Zubereitung von Gerichten mit „Allium Sativum“ sollte man es ja auch mit kleineren Mengen bewenden lassen, es sei denn soll zur Abwehr der Vampire verwendet werden.

Von Auguste Escoffier, dem großen französischen Küchenmeister, erzählt man, er habe einzelne Knoblauchzehen an einen Faden geknüpft und sie jeweils in die Schwaden der Kochtöpfe gehalten und mit einem silbernen Fächer zwei – dreimal das Aroma ins Essen gewedelt, das wäre genug meinte der große Meister, der im Londoner Savoy Hotel die Küche auf ungeahnte kulinarische Höhen führte.

Und vom Londoner Savoy Hotel war es für uns beide nur ein Gedankensprung zu den alten Ägyptern, denn vor dem Hotel Savoy steht ein altägyptischer Obelisk, genannt „Cleopatras Needle“.

Die Erbauer der Pyramiden, so wusste mein polyglotter Clubmanager zu berichten, stärkten ihre Arbeiter mit reichlichem Verzehr von Knoblauch, quasi ein frühes Dopingmittel und dem Pharao Tut – ench – Amun wurden Knoblauchknollen in sein monumentales Grabmal mitgegeben.

So kamen wir über kurz oder lang zu weiteren geschichtlichen Bösewichtern.

Grigori Jefimowitsch Rasputin, vertraute mir mein Begleiter an, hatte katastrophalen Einfluss auf die Familie des Zaren und er hat dadurch wohl das Schicksal Russlands negativ beeinflusst.

Er ist dann von russischen Adligen, getötet worden, und seine Leriche warf man in die Newa, einem Fluss der durch Petersburg fließt.

Aber die Vorliebe für das Genre Horror Angst und Spannung sei ja auch in unserer Zeit allgegenwärtig, meinte mein Begleiter.

Er denke da sofort an Alfred Hitchcock, den Altmeister des Horrors, und seine Filme „Psycho“ und „Die Vögel“, deren düstere und spannungsgeladene Handlung auch heute noch die Zuschauer dazu bewegt, sich unter den Kinossesseln zu verkriechen.

Im Rahmen einer kleiner Zeremonie, in der ich hoch und heilig versprechen musste, nie über die Geheimnisse des Clubs oder seinen Standort zu sprechen, wurde ich in den „Murder Club“ aufgenommen und um Mitternacht, beim Schlagen der Glocken von Big Ben, vereidigt und anschließend in die raue Londoner Wirklichkeit entlassen.

Als Symbol meiner Mitgliedschaft wurde mir als Ehrenzeichen ein aus Elfenbein geschnitztes kleines Skelett verliehen, das ich bei künftigen Treffen im Club am Smoking zu tragen hätte.

Es ist natürlich Ehrensache, die so gewonnenen Kenntnisse nur im Kreise von Gleichgesinnten anzuwenden. Jedes Clubmitglied setzt sich dem Vorwurf der Unsportlichkeit aus, wollte er diese Kunst auf lebensfrohe Erbtanten oder lästige Ehefrauen anwenden. Deswegen habe auch ich meine derart inspirierten Rezepte streng nach Clubsatzung ausschließlich aus genießbaren Zutaten komponiert.

So genügt auch in Fällen schweren psychologischen Schocks in der Regel ein Cognac und das dreimalige Aufsagen der bewährten Formel: „Schreck, lass nach!“ (3 x aufzählen!), Schreck lass nach, Schreck lass nach!

# Knoblauch – Gugelhupf *mit Sauerampfersauce*

## ZUTATEN

### FÜR EINEN GUGELHUPF:

- 800 Gramm Kartoffeln, in der Schale gekocht, erkaltet, geschält
- 60 Gramm Weizenmehl
- 60 Gramm Kartoffelstärke,
- 7 Eier, in Eigelb und Eiweiß getrennt
- 200 Gramm Speckwürfel, in feine Würfel geschnitten
- 1 Gemüsezwiebel, in feine Würfel geschnitten
- 10 Knoblauchzehen geschält und fein gehackt
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Muskatnuss und Kümmel, gemahlen
- frischer Majoran, gerebelt
- 1 Bund Blatt Petersilie, fein gehackt
- weiche Butter
- Semmelbrösel zum Ausstreuen der Gugelhupfform

## ZUBEREITUNG:

- Kartoffeln grob raspeln
- Speck – und Zwiebelwürfel mit Knoblauch in Öl anschwitzen, zu den Kartoffeln geben und würzen
- Mehl und Kartoffelstärke untermischen. Gehackte Kräuter beifügen
- Eigelbe unterziehen
- Eiweiß zu steife Schnee schlagen, unterheben.
- Gugelhupfform mit Butter ausstreichen, mit Semmelbröseln ausstreuen, die Kartoffelmasse einfüllen
- Im Ofen bei 180 Grad 1 Stunde backen
- Den Gugelhupf vor dem Stürzen etwas erkalten lassen.

# Sauerampfersauce

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 500 Gramm Sauerampferblätter
- 1 Schalotte, gewürfelt
- 20 Gramm Butter
- Für die Sauce
- 160 Gramm Butter
- 120 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- 0,5 Liter Gemüsebrühe
- Salz, Zucker
- gemahlener Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 0,1 Liter Sahne, steif geschlagen

## ZUBEREITUNG:

- Schalotte in Butter anschwitzen
- feingehackte Sauerampferblätter weichdünsten
- abtropfen, pürieren
- Butter zerlaufen lassen, Mehl unterrühren, mit kalter Gemüsebrühe auffüllen, kochen
- Sauerampferpüree und geschlagene Sahne unterziehen, abschmecken
- Zum Gugelhupf servieren

# Blutwurst – Bratäpfel

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 4 große Äpfel
- 250 – 400 Gramm geräucherte Blutwurst, je nach Größe der Äpfel
- gehackte frische Kräuter z.B. Petersilie, Majoran, Koriander
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- gemahlener Zimt
- Ingwer
- Paprikapulver
- helles Bier
- Butterflocken

## ZUBEREITUNG:

- Von den Äpfeln die Deckel abschneiden
- Mit einem Ausstecher zuerst das Kerngehäuse entfernen, dann die Äpfel aushöhlen, dabei den Boden nicht beschädigen. Es soll ringsum ein circa 2 cm. breiter Rand stehen bleiben
- Das „Apfelfleisch“ fein würfeln
- Für die Füllung die Blutwurst enthäuten
- Wurst mit einer Gabel zerdrücken und mit Kräutern, Gewürzen, Knoblauch, Apfelwürfeln und der entsprechenden Menge Bier zu einer kompakten Masse verarbeiten
- Äpfel innen mit Bier beträufeln und mit der Blutwurstmasse füllen. Deckel aufsetzen
- Äpfel in ein gebuttertes Bratgeschirr setzen. Mit Butterflocken belegen
- Etwas Bier angießen und die Äpfel im Backrohr bei 190 Grad circa 25 – 30 Minuten braten

# Anti "Dracula – Steak"

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 4 Rinderfiletsteaks a 200 Gramm

### FÜR DIE MARINADE:

- 0,25 Liter Olivenöl
- 12 Knoblauchzehen, geschält, grob gehackt
- 2 Chilischoten, entkernt, kleingeschnitten
- 20 Gramm Ahornsirup
- Zitronensaft, Sojasauce
- frische, gehackte Kräuter, z.B. Rosmarin, Thymian, Petersilie, Kerbel

### FÜR DIE GARNITUR:

- 2 kleine Lauchstangen, geputzt, längs halbiert, blanchiert, in Butter angebraten und gewürzt
- Salz, geschroteter Pfeffer

### FÜR DIE SAUCE:

- 6 cl. Rotwein
- 60 Gramm kalte Butterflocken

## ZUBEREITUNG:

- Für die Marinade Olivenöl, Knoblauch, Chilischoten, Ahornsirup, Zitronensaft, Kräuter und Sojasauce vermischen
- Steaks mehrere Stunden darin einlegen
- Steaks aus der Marinade nehmen, abtropfen, Knoblauchzehen usw. abstreifen
- Steaks salzen, pfeffern und entsprechend dem gewünschten Garungsgrad braten
- Mit den Lauchstangen belegen
- Bratfett mit Rotwein ablöschen
- restliche Marinade zugießen, einkochen, Butterflockchen unterschlagen
- Abschmecken, über die Steaks geben

*Bild*

# Wildnis, Weite & kulinarische Wunder

## *Kanada*



**E**rst wer wie ich vier Tage und drei Nächte in der transkontinentalen Eisenbahn von Halifax nach Vancouver abgesehen hat, der kann ermessen, wie groß Kanada ist. Es ist so groß, dass einem die ganze Sitzgelegenheit schmerzt – und dabei braucht man, wie sich zeigen wird, in diesem Land nichts mehr als heile Knochen. Mein ohnehin stark ausgeprägter jugenhafter Respekt vor den Leuten, die dieses Land einmal auf Pferderücken durchquert haben, wuchs auf dieser Reise quasi ins Unermessliche von Chingachgook bis „Alaska-Jim“, dem sagenhaften Rotrock-Polizisten.

Kanada also – der Feinschmecker denkt dabei an edlere Dinge wie Bärenschinken etwa und Elchleber, frische Lachse aus dem Mackenzie-Fluß, Hummer von der Hudson-Bai und den Whiskey mit dem zarten Rauchbouquet.

Und – auch das kann man erst nach einer solchen Bahnfahrt richtig ermessen – Weizen, Weizen. Weil aber zwischen den riesigen Weizenfeldern, den mächtigen Flüssen, den großen Seen und dem ewigen Eis noch soviel Platz bleibt für Wald und Tundra, füllt sich Kanadas kulinarische Landkarte auch noch, und gleich massenhaft, mit Damhirschen und Bergziegen, Hasen, Rebhühnern, Wachteln und Bekassinen. Und das alles serviert von einer Küche, die, aller amerikanischen Konservenindustrie zum Trotz, noch heute geprägt ist von englischer und französischer Überlieferung und in der indianische Rezepte ebenso daheim sind wie deutsche (eine der kleineren Provinzen des Landes heißt auch heute noch Neu-Braunschweig). Es ist, wie man sieht, in Kanada eine Lust, zu essen.

Von Ausnahmen natürlich abgesehen – wie dem Elchmagen, den mir Chief Buffalo Bill Long Lance in Bourlemaque im „Tal des Goldes“ eigenhändig servierte. Ich hatte in der Eisenbahn einen jungen Deutschen kennengelernt, Helmut Seifert, der schon viele Jahre in Kanada lebt und viele Leute kennt, auch den Häuptling Lange Lanze im Val d’or.

Wir machten einen Abstecher dorthin und wurden prompt zur Jagd eingeladen. Nun bin ich kein sehr eifriger Schütze, und unser Trupp – vier Irokesen und ich – blieb auch ohne Jagdglück.

Deswegen konnte ich auch der begehrten Jagd-Delikatesse nicht teilhaftig werden, des frischen Elch-Herzens, dem die Indianer wundertätige Wirkung zuschreiben. Aber der Häuptling entschädigte mich nach der Jagd mit einem tüchtigen Bissen einer anderen Zauber-Nahrung, einem Stück unausgeweideten, blutgefüllten und luftgetrockneten Elchmagens.

Helmut Seifert schaut mich bittend an. Da gedachte ich grausend meines Karl May: „Eine Rothaut kennt keinen Schmerz!“ biss zu und schluckte tapfer hinunter. So wurde Chief „Long Lance“ für mich zu einem der „Menschen, den man nicht vergißt“.

Nicht, dass die Indianer sonst keine gute Küche führten. Der Pemmikan zum Beispiel, das luftgetrocknete Büffelfleisch, steht dem Bündnerfleisch nicht nach, und das Ragout aus Schweinsfüßen, gewürzt mit ganzen Knoblauchzehen gespickt, mit Nelken, Zimt, Pfeffer und Oregano paniert und in heißen Fett abgebacken, ist eines der pikantesten Schweinsgerichte, die ich kenne.

Aber das französische Element in der kanadischen Küche sagt mir halt viel mehr zu, besonders die feinen Süßspeisen und Beignets, die im Gegensatz zum französischen Mutterland mit Buttercrème statt mit Käse gefüllt sind.

Dass die Ordensfrauen der „Sœurs de la Charité“ in Quebec zu Weihnachten den besten Lebkuchen der Welt backen, wie

man mir sagte, bezweifle ich, denn dazu kenne ich Nürnberg zu gut. Ihre Gingerbread Panscales sind sicher das kanadischste, denn er wird mit Ahornsirup gewürzt, wie jede zweite Süßspeise in Kanada, selbst bis hin zum Lebkuchen, halbgefrorenen, *Rezept auf Seite XXX*. denn das Ahornblatt ist Kanadas nationales Symbol, mit dem sich seitdem für mich einige der angenehmsten gastronomischen Erinnerungen verbinden.

Nur das zuvor ziemlich innige Verhältnis zum Bärenschinken ist seit damals gestört, und das kam so: in Seneterre, in der Nähe von Buffalo, hatte mich Helmut zu einer Mine geführt, in der viele Amerikadeutsche aus Pennsylvania arbeiteten. Unser Gewährsmann aber, so sagte man uns, war gerade in der Sandgrube, wir fanden aber dort statt seiner nur – eine Bärenmutter mit zwei Jungen. „Lauf!“ sagte mein kanadaerfahrener Freund zu mir und raste zurück zum Wagen. Ich nach, und die braune Bärin wie der Blitz hinterdrein.

Wir konnten gerade noch rechtzeitig die Autotür zuwerfen, sonst hätte vielleicht die beste Karl-May-Erinnerung nichts mehr geholfen. So saßen wir aufatmend in der sicheren Limousine, und die gestörte Bärin strich nur noch zehn Minuten böse brummend außen herum. Dann trollte sie sich zu ihren beiden Bärenkindern.

Von dem Schrecken erholten wir uns im berühmten „Banff-Springs Hotel“, dessen Küchenchef ich aus Salzburg kannte und der mir das Rezept für die Zubereitung der Form der formidablen Hirschkeule *Rezept auf Seite XX* überließ. Die wir zum Nachtmal serviert bekamen. Und so überwiegt auch die positive Erinnerung an das kanadische Abenteuer.

# Geschmorte Hirschkeule

## *"Banff Style" mit Pfifferlinge*

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 1000 Gramm Hirschkeule, Knochen ausgelöst, Fleisch pariert
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 100 Gramm Kozlik's Mustard
- Öl
- kleingeschnittenes Röstgemüse bestehend aus: Zwiebeln, Karotten, Knollensellerie und dem weißen Teil einer Lauchstange, insgesamt 500 – 600 Gramm
- Lorbeerblätter, zerdrückte Wacholderbeeren, Pfefferkörner
- 2 Zweige frischen Thymian
- 2 Zweige frischen Rosmarin
- 50 Gramm Tomatenmark
- 30 Gramm Weizenmehl
- 1 Liter Rotwein, Pelee Island Pinot Noir
- 1 Liter Wildfond
- 0,2 Liter Sahne
- 100 Gramm Preiselbeeren
- 100 Gramm Edelpilzkäse, „Celtic Blue“, zerbröselt
- 500 Gramm Pfifferlinge
- 100 Gramm geräucherter Speck, gewürfelt
- 2 Gemüsezwiebeln, in feine Würfel geschnitten
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 1 Bund Blattpetersile, fein gehackt
- Öl

### ZUBEREITUNG:

- Hirschkeule würzen, mit Senf bestreichen, von allen Seiten anbraten, aus dem Schmortopf nehmen, Gemüse zufügen, rösten, Tomatenmark einrühren
- Mit Rotwein ablöschen, zur Hälfte einkochen, mit dem Wildfond auffüllen
- Hirschfleisch und Gewürze zufügen, und 2 Stunden im geschlossenen Topf schmoren
- Fleisch herausnehmen, warmstellen
- Sahne, Preiselbeeren und Edelpilzkäse in die Sauce geben, zur gewünschten Konsistenz einkochen
- Sauce durch ein Sieb streichen, abschmecken
- Speck – und Zwiebelwürfel anbraten, Pfifferlinge beifügen und anbraten
- Würzen, gehackte Petersilie unterziehen
- Zur Hirschkeule servieren

# Kornelkirschen Chutney

”

## ZUTATEN:

- 1000 Gramm Kornelkirschen \*
- 0,5 Liter Rotwein
- Gelierzucker
- Ingwer gemahlen
- Muskatnuss, gerieben
- Zimt gemahlen
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- Früchte sehr dünn abgeschält, Schalen in feine Streifen geschnitten
- Saft ausgepresst

### \* Kornelkirsche – das Wildobst mit Überraschungen.

Ihre gelben Blüten sind eine der ersten Futterquellen für Bienen. Ab Spätsommer hängen dann rote Früchte am Strauch, die aussehen wie kleine Oliven.

Ihr Geschmack? Sauer! Dafür stecken sie voller Vitamin C. Direkt vom Strauch sind sie gewöhnungsbedürftig – verarbeitet aber ein Hit: als Marmelade, Saft, Likör oder sogar in Salzlake wie „falsche Oliven“.

Fun Fact: In Österreich nennt man sie „Dirndl“. Außerdem lieben Vögel, Haselmäuse und Siebenschläfer die Früchte genauso wie wir.

Robust, pflegeleicht und ökologisch wertvoll – die Kornelkirsche ist ein Strauch, der Garten, Küche und Tierwelt bereichert.

## ZUBEREITUNG:

- Kirschen in Rotwein und Fruchtsaft aufkochen
- Früchte zerdrücken, durch ein Sieb streichen
- Abwiegen
- gleiche Menge Gelierzucker zugeben, würzen
- Fruchtschalen untermischen, einkochen
- In Gläser abfüllen, gut verschließen
- Zur Hirschkeule servieren

# Gingerbread Pancakes

Rezept von den Schwestern der Nächstenliebe  
„**Soeurs de la Charite**“.

## ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

### FÜR DIE FÜLLUNG:

530 Gramm Butter • 40 Gramm Weizenmehl, gesiebt • 0,5 Liter Milch  
• Zimt, Kardamom, Anis, Nelken, Ingwer und Piment, gemahlen oder fertiges Lebkuchengewürz, • abgeriebene Zitronenschale • 50 Gramm geriebene Haselnüsse • 4 Eiweiß • Eigelbe für den Teig aufbewahren • 100 Gramm Puderzucker • Salz

### FÜR DEN TEIG:

80 Gramm Butter • 160 Gramm Mehl • 0,5 Liter Milch • 4 Eier und die Eigelbe von der Füllung • 40 Gramm Ahornsirup • Salz • Butter zum Ausbacken

### FÜR DIE SAUCE:

2 Birnen Sorte „Bartlett“, geschält, entkernt, in kleine Würfel geschnitten,  
• 40 Gramm Butter • 0,2 Liter Birnensaft • 50 Gramm Ahornsirup,  
• 50 Gramm Rosinen, in Birnensaft eingeweicht

### ZUBEREITUNG:

- Für die Füllung Butter schmelzen, mit Mehl glatt verrühren, mit der kalten Milch aufgießen
- Gewürze und Zitronenschale zugeben, aufkochen
- Haselnüsse unterrühren. Kalt stellen
- Eiweiße mit Puderzucker, einer Prise Salz steif schlagen und unter die abgekühlte Masse heben
- Für die Sauce Birnenwürfel in Butter anschwitzen, mit Birnensaft angießen, einkochen
- Ahornsirup und Rosinen zugeben
- Teigzutaten vermischen, dünne Pfannkuchen backen
- Pfannkuchen mit der Füllung bestreichen, zweimal einschlagen so dass Dreiecke entstehen
- In gebutterter Auflaufform hintereinander schichten
- Mit Birnensauce übergießen, mit Puderzucker bestäuben, im vorgeheiztem Ofen bei 180 Grad 10 Minuten überbacken

# Lebkuchenhalbgefrorenes *nach Art der "Himmelsbräute"*

## ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN:

- 1 Ei
- 3 Eigelbe
- 80 Gramm Zucker
- 20 Gramm Lebkuchengewürz
- 100 Gram feingewürfelten Lebkuchen, ohne Oblate
- 0,1 Liter Glühwein
- 2 cl. Rum
- 0,4 Liter Sahne, steif geschlagen

## ZUTATEN ORANGENSALAT:

- 4 Orangen
- 2 cl. Grand Marnier oder Cointreau
- Puderzucker
- Münzblätter

## ZUBEREITUNG:

- Ei, Eigelbe, Zucker und Lebkuchengewürz über Wasserdampf aufschlagen, bis eine cremige Masse entsteht
- Masse kalt schlagen
- ein viertel der Schlagsahne und die zerkleinerten mit Rum und Glühwein getränkten Lebkuchwürfel unterrühren
- Restliche Sahne unterheben
- In eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Form oder in kleine Förmchen füllen
- 12 Stunden bei -18 Grad frosten
- Orangen schälen, weiße Bindehaut entfernen, die einzelnen Fruchtsegmente ausschneiden
- mit Orangenlikör und Puderzucker mischen
- Halbgefrorenes aus der Kastenform oder den Förmchen stürzen
- anrichten, mit Kakaopulver bestäuben und dem Orangensalat servieren
- Mit Minzeblättern dekorieren

# Zwischen Chili, Pulque & feurigen Romanzen

*Mexico*



iStock™

Credit: Marcos Elihu Castillo R

**A**lso diese Adresse würde ich Ihnen gerne weitergeben: Das Erlebnis von Mexiko gönne ich jedem der sich einmal Feuer in die Adern wünscht. Aber Sie wissen ja, wie das ist mit den strengen Sitten des lateinischen Amerikas. Außerdem: Wer kommt schon dorthin, bis es irgendwann einmal wieder Olympische Spiele, eine Fußball-Weltmeisterschaft oder dergleichen gibt.

Und bis dahin ist die Dame sicher nicht mehr so schön wie damals, die Dame Ixtapacappa mit ihren mörderischen „Carinitas“.

Ich kann mich also darauf beschränken zu sagen, dass es in Mexico City war, gleich beim Park Alameda in der Nähe der Oper, Avenida Ayuntamiento, wenn Ihnen das etwas sagt; ich kenne mich ja nicht sehr gut aus in Mexico City nach drei Tagen.

Dort steht das großbürgerliche Haus, in das ich eines satten Sommerabends anno 1969 zum Essen geladen war.

Ich kam ein bisschen zu spät – oder gerade zurecht, um einem wunderschönen braunen Mädchen mit einem dampfenden Tablett in der Hand die Tür aufzuhalten, Kavalier, der ich bin! Aber ich erntete gleich doppelt scheele Blicke: einmal wegen der Verspätung und dann, weil man einer Bediensteten in Mexiko die Tür nicht aufhält, schon gar nicht einer Eingeborenen. Ixtapacappa, merkte gleich, dass ich mich ihretwegen bei den Gastgebern in die Tinte gesetzt hatte und bedachte mich mit einem verwirrend dankbaren Blick.

Nach einem grandios schmeckenden Red Snapper in Koriander-Basilikumsoße *Rezept auf Seite XX* wurde „Carnitas“ scharf gebratene Schweinefleischstückchen aufgetragen, die in höllisch scharfem Chillisaft geschmort wurden. wahrlich „höllenscharf“ und schon spürte ich die brennende Schärfe, die ich mit „Pulque“, dem Saft aus den Agavepflanze, zu löschen versuchte – es war hoffnungslos.

Seitdem weiß ich, wie eine menschliche Kehle in Weißglut brennen kann, seit jenem Abend in Mexico City. Unfähig zu sprechen, wurde ich etwas später in ein stilvolles altspanisches, angenehm luftiges Gästezimmer gebracht und schlief sofort ein.

Mir war, als umzingelte mich ein Feuerball, bis ich aufwachte und zwei dunkle Augen stifteten Trost, aber keine Kühlung. Dass sie, als einzige Wahrnehmung dieser ersten schlimmen Nacht, kein Traumgesicht waren, sondern der fürsorglich Ixtapacappa gehörten, erfuhr ich erst am nächsten Tag.

Das war ein Tag in den Bergen. Zwei deutsche Fußballfans, Edoardo, mein mexikanischer Gastgeber, und ich fuhren in die „Tierra fria“, zu einem Berg mit Namen „Oaxaca“ Ich war, nach einem erfrischenden „kontinentalen“ Frühstück ohne jede Schärfe, wieder soweit zum Menschen gediehen, daß ich aufnahmefähig war für die mexikanische Küche.

Don Edoardo zeigte uns ihre Grundlagen an Ort und Stelle: Den Mais, die Basis aller Tortillas und der meisten Eintöpfe, die Kakteen, die sowohl das Gemüse als auch die unerschöpflichen Bestandteile des Pulque und Tequila abgeben, die Ziegen, die die köstlichen mexikanischen Käsesorten liefern sowie die „Barbacoa de chivo“, deren Fleisch, portionsweise in Leintücher gehüllt, auf heißen Steinen mehr getrocknet als gedünstet wird.

Dieses wunderliche Gericht probierten wir auch, als wir am Ziel angekommen waren, zusammenmit den unvermeidlichen „Frijoles“, den dicken braunen Bohnen, und einer Paste aus To-

maten und Chili, die ich, argwöhnisch geworden, nur kostete. Aber das reichte offenbar schon aus.

Noch am Nachmittag befahl mich ein Schüttelfrost. In Mexico City zurück glühte ich im Fieber. 41 Grad Celsius maß der von der erschrockenen Familie herbeigerufene Arzt und konstatierte: Gewürzvergiftung! („Diese Gringos!“ wird er vermutlich gedacht haben.) Dann trat Ixtapacappa auf den Plan. Zuerst erblickte ich sie – ich glaubte meinen Augen nicht zu trauen – durch den offenen Vorhang im Nebenzimmer unter der Brause, völlig unbefangen sich im Wasserstrahl räkelnd, wie der Gott der Azteken sie geschaffen hatte. Eine Zeit später kam sie an mein Bett, stülpte ohne ein Wort die Decke zurück und rieb mich von Kopf bis Fuß mit einer Salbe ein, die der Doktor verordnet hatte. Und wieder fiel ich in tiefen Schlaf, diesmal kühl und traumlos.

Am nächsten Morgen war alles vorbei. Ich machte zu einem Stadtbummel in der mexikanischen Hauptstadt auf. Ixtapacappa begleitete mich, mit Erlaubnis ihres „Patrons“, wollte ich doch ein wenig mehr vom Leben und der Gefühlswelt der Mexikaner erleben, als es mir in den letzten Tagen möglich war.

Den stärksten Eindruck hinterließ bei mir die Kathedrale in der historischen Altstadt mit dem berühmten Pendel, das von der Kuppel des Mittelschiffs bis kurz über eine in den Boden eingelassene Steintafel mit Jahreszahlen reicht.

Das Pendel diente dazu, die ständigen Erdbewegungen und das langsame Absinken der Kathedrale deutlich zu machen.

Dann war es an der Zeit für ein „almuerzo“, wusste meine Begleitung ganz in der Nähe eine „Cocina economica“ in der uns der „Padrone“ ein „Mole Poblana“ *Rezept auf Seite XXX* und Ceviche von Kabeljau, *Rezept auf Seite xxx* kredenzte.

Mit einem zarten Küsschen und sanfter Umarmung verabschiedeten wir uns. Stunden später fuhr ich mit einem „Pirata Taxi“ zum Flughafen und flog mit Aeromexico in 2 Stunden nach San Cristobal de las Casas.

Womit meine mexikanische Romanze ihr Ende fand. Trotzdem erscheint sie mir seitdem immer wie ein schlechter Traum – so etwa wie meinem bayerischen Landsmann Karl Valentin, der Ententraum, wenn Sie den kennen: „Mir hat’s träumt, i bin a Ant’n, in am Weiher drin, umanandg’schwumma,, auf einmal siech i am Ufer an länglichen gelben Wurm... und grad wie i hinschwimm’ und will den Wurm packa, hast mi Du aufg’weckt!“.

Aber San Christobal sollte ja auch nur ein kurzer Zwischenstopp sein denn ich wollte unbedingt zu dem etwa 10 Kilometer entfernten San Juan Chamula, den Ort, an dem noch direkte Nachfahren der Mayas leben sollen.

Dort sollte das blutigste Erlebnis meines Lebens auf mich warten!

Durch das bunte Markttreiben flanierte ich in die Kirche San Juan Bautista. Bizarr und beklemmend war die Szenerie die mich umfing.

Ein Schamane schritt durch die Reihen und murmelte unverständliche Texte.

In der Hand hielt er ein verzweifelt gackerndes und um sich schlagendes Huhn.

Augen waren nun auf den Altar gerichtet, auf der sich eine offensichtlich schwer kranke alte Frau befand.

Die starrte ihn mit weit aufgerissenen Augen an.

Es begann eine uralte Zeremonie, bei der die Krankheiten der betreffenden Person auf das Huhn übertragen werden soll.

Der Schamane stieß einen lauten Schrei aus, schnitt dem Huhn blitzschnell die Kehle durch, sodass der Kopf zu Boden fiel.

Was danach folgte werde ich wohl nie vergessen!

Einer der jugendlichen „Weihrauchschwenker“ kam mit seinem Kessel, dem „Curandero“ zu nahe und versengte ihn am Arm.

In seinem Schmerz ließ er das Tier aus den Händen gleiten und in Windeseile schoss das enthauptete Huhn in die Höhe, trudelte durch den Kirchenraum in meine Richtung und verspritzte dabei ringsherum Blut.

Bevor der Schamane sein wild herumfliegendes Opfertier wieder einfangen konnte, war ich über und über mit Blutspritzern gesprenkelt.

Die Kleidungsstücke mit den Blutflecken hatte ich eingepackt, um sie als Beweis meinen Freunden vorzuzeigen, denn sonst würde mir ja niemand dieses, haarsträubende Vorkommnis glauben.

Bei meiner Weiterreise geriet ich dann am texanischen Houston Airport in die Fänge der „Customs Officers“, die bei der Durchsuchung meines Gepäcks auf die besudelten Kleidungsstücke stießen.

Ich erklärte wie das Blut auf Hemd und Hose gekommen sei, sie aber quitierten meine Geschichte nur mit Kopfschütteln. Man hielt mich wohl für einen Berufskiller.

Meine Garderobe wurde konfisziert und zur Untersuchung in ein Labor gebracht. Die zwei Tage, die die Untersuchung in Anspruch nahm, verbrachte ich in einer Arrestzelle am Flughafen.

Als sich herausstellte, dass das Blut wirklich von einem Federvieh stammt, wurde ich ohne Entschuldigung, aber mit besten Wünschen für meine Weiterreise, von den grinsenden Staatsdienern entlassen.

Meine Textilien bekam ich nicht zurück. ...

# Mole Pablona

## *Hänchenbrust*

### ZUTATEN

#### FÜR 4 PERSONEN:

- 800 Gramm frische Hähnchenbrust, ohne Haut und Knochen, in circa 2-3 cm. dicke Würfel geschnitten
- Salz und gemahlener Pfeffer
- 6 – 8 Chilischoten, am besten ein Mix aus scharfen und milden Sorten, entkernt
- 2 Gemüsezwiebeln, klein geschnitten
- 1 grüne Paprikaschote, entkernt, klein geschnitten
- 1 rote Paprikaschote, entkernt, klein geschnitten
- 3 Knoblauchzehen, geschält, halbiert
- 50 Gramm Rosinen
- 4 cl. Olivenöl
- Gewürze ja nach Geschmack, z.B. Kreuzkümmel gemahlen, Paprikapulver, Zimt gemahlen, Koriander gemahlen, Anis gemahlen, Oregano, Pfeffer gemahlen
- 6 Tomaten, enthäutet, entkernt, gewürfelt,
- 30 Gram Erdnussbutter
- 0,3 – 0,4 Liter Geflügel – oder Gemüsebrühe
- 60 – 80 Gramm dunkle Schokolade, mindestens 75 % Kakaoanteil, klein gehackt
- Saft von einer Limette
- Honig

### ZUBEREITUNG:

- Chilischoten, Gemüsezwiebeln, Paprikaschoten, Rosinen und Knoblauchzehen zu einer Paste pürieren
- Öl in einer Pfanne erhitzen, die Paste zufügen und unter ständigem Rühren anschwitzen
- Gewürze zugeben
- Hähnchenfleisch würzen, zur Paste geben, kurz anbraten
- Tomatenwürfel und Erdnussbutter zufügen, mit Brühe angießen
- Hähnchenbrust langsam garen
- Zum Schluss die Schokolade einrühren und schmelzen lassen
- Mit Limettensaft, Salz und Honig nachschmecken

# „Ceviche“ *vom Kabeljau*

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 750 Gramm sehr frisches Kabeljaufilet, entgrätet, ohne Haut in circa 1 cm. große Quadrate schneiden
- 5 Limetten, Saft ausgepresst
- 2 Orangen, Saft ausgepresst
- 4 – 5 cl. Olivenöl
- 2 rote Zwiebeln, in kleine Würfel geschnitten
- 3 Tomaten, gehäutet, entkernt, gewürfelt
- 1 Gurke, geschält, entkernt, gewürfelt
- 1 Avocado, entkernt, geschält, gewürfelt
- 1 Mango, entkernt, geschält, gewürfelt
- 1 Bund frischen Koriander, gezupft, Blätter fein gehackt
- Salz, gemahlener Pfeffer

## ZUBEREITUNG:

- Fischwürfel in eine flache rechteckige Glasschüssel oder Auflaufform geben
- Mit Limetten – Orangensaft und Olivenöl übergießen
- vorsichtig mischen und in der Form verteilen
- Fischwürfel sollten bedeckt sein. Etwa 2 – 3 Stunden im Kühlschrank, mit einer Klarsichtfolie abgedeckt „marinieren“
- Andere Zutaten mischen, in eine große Schüssel geben und die marinierten Fischstücke behutsam unterziehen
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- „Ceviche“ nochmals mit Klarsichtfolie abdecken und gekühlt weitere 30 Minuten durchziehen lassen
- Kalt servieren

# Red Snapper

## *in Koriander – Basilikumsauce mit Paprikanocken*

### ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

- 1000 Gramm Red Snapper Filets, entgrätet, die Haut eingeschnitten,  
• Salz, • gemahlener Pfeffer • Saft einer Zitrone • frischen Koriander und Basilikum, feingehackt • Butter zum Braten • 0,250 Liter Sahne,  
• 0,250 Liter Fischfond • Kalte Butterflocken

### FÜR DIE PAPRIKANOCKEN:

- 1 rote Paprikaschote, sehr fein gewürfelt • Paprikapulver • Chiliflocken,  
• 400 Gramm Kartoffeln, mehlig kochende Sorte • 2 Eigelbe • Salz,  
• gemahlener Pfeffer • gemahlene Muskatnuss • 60 Gramm Mehl,  
• 80 Gramm geriebener Parmesan

### ZUBEREITUNG:

- Kartoffeln, schälen, weichkochen, abschütten, trocken dämpfen
- Durch eine Kartoffelpresse drücken
- Eigelbe und Mehl unterarbeiten
- 2/3 des Käse und die Paprikaschote zugeben, würzen
- Mit einem Esslöffel Nocken formen, in Salzwasser aufkochen und einige Minuten ziehen lassen
- Anrichten, mit zerlassener Butter übergießen und mit dem restlichen
- Käse bestreuen
- Fischfilets würzen, in Mehl wenden, in Butter kross braten.
- Warmstellen
- Gehackte Kräuter in Butter anschwitzen, mit Sahne und Fischfond angießen
- Aufkochen, reduzieren, abschmecken
- Vor dem Servieren die kalten
- Butterflockchen zur Bindung unterschlagen



iStock™  
Credit: kasia2

Rohe Hähnchenbrust in geschnittene Stücke.

# Kulinarik für Champions & die Kunst des Sportkochs

*Hans Damker*



Die zwei, drei Sportarten, die ich treibe, genügen offenbar, um mir figürlich den Nimbus meines Berufes zu nehmen. Ich bin nämlich, wenn schon nicht mehr so dürr wie vor ein paar Jahren, noch immer eher mager. Es gibt Gäste, die das als mangelnde Eigenreklame und meinen erst allmählich sich auswachsenden Bauch mit scheelen Blicken betrachten (keine Angst, er wird schon noch!). Gegen sie kann ich ins Feld führen, dass Sportler eben anders gebaut sind. Ich habe das aus zweiter Hand, aber aus was für einer!

Hans-Georg Damker, 55, ist nicht nur mein Kollege, väterlicher Freund und Nachbar in Ruhpolding, sondern er ist vor allem auch der „Sportkoch“ des Deutschen Fußball-Bundes (DFB), der die deutsche Nationalmannschaft überallhin auf ihren großen Spielen begleitet. Und wenn sie, wie in den letzten Jahren, wieder so kräftig mitmischt in der Weltklasse, so führt das Hans Damker nicht ohne Stolz zu einem Teil auch auf seine Kochkunst zurück. Er „bekocht“ die Sportler seit 1933 – da fing er, ein Jahr vor deren Verbot, bei den Sechstagesfahrern im Berliner Sportpalast an – und hat seine eigenen Methoden entwickelt, das Innenleben seiner Schutzbefohlenen zu Höchstleistungen anzustacheln.

Leistungssportler die fremde Länder und fremde Leute kennenlernen wollen, und schon gar keine fremde Küche. Der Sportkoch muß deswegen immer eine ganze Wagenladung der gewohnten Lebensmittel mitführen und Vorlieben „seiner“ Leute ebenso im Küchenzettel berücksichtigen wie Abneigungen. So etwa, dass zwei seiner berühmten Stars keinen Fisch und keine Hähnchen mögen und der Nationaltrainer am liebs-

ten Spargelsuppe isst. Von seinem Essen hängt die körperliche Verfassung der Spieler ab, und von der wiederum das Prestige einer ganzen „Fußballnation“: Er „... bereitet für Deutschland“, und seine fahrende Küche ist so perfekt eingerichtet, daß er 1970 in Mexiko, nach dem Umzug der Mannschaft von Comanilla nach Pueblo, in 40 Minuten ein Menu herzauberte.

Dabei hat so ein Fußballer-Essen gar nichts Exotisches an sich, aber es ist ernährungsphysiologisch derart ausgeklügelt, dass sich mancher Normalbürger und auch Anti-Fußballer eine Scheibe absäbeln könnte. Wenn das Spiel um 15 Uhr beginnen soll, sieht mein Freund Hans Damker folgendes reichliches Frühstück vor: Kaffee, Tee, Milch, Orangenschaft, dünnen Kakao; gekochte Eier, verlorene Eier, Spiegeleier, Omelettes oder Rührei mit Schinken, Salami, Käse, Quark; Konfitüre, Honig; Filetsteak oder Kalbssteak nature (als Beilage allenfalles Spargelspitzen).

Bei den aufgeführten Gerichten und Getränken heißt die Devise natürlich nicht „alles von allem“, sondern nach Wahl.

Danach gibt es nichts bis zur Halbzeit um 15.45 Uhr, in der Apfel- und Orangenstücke mit zitronengesäuertem Tee gereicht werden. Abends sieht es dann wieder üppiger aus! Da gibt es zum Beispiel: Doppelte Kraftbrühe mit Eierstich; Seezunge Müllerin *Rezept auf Seite XXX* mit Blütensalat oder zwei kleine Tournedos *Rezept auf Seite XXX* ein großes Kalbssteak mit viel Gemüse oder Heilpflanzen, *Rezept auf Seite XXX* Obstsalat oder Crème Caramel.

Nach dem dramatischen Spiel gegen Italien in Mexiko gab es als Hauptgang Kalbsmedaillons.

Bei Boxern, um das genaue Gegenteil zum punktuellen Hochleistungssportler anzuführen, gibt Damker bereits um 5.45 Uhr morgens ein Glas Orangensaft, serviert nach einstündigem Waldlauf (des Boxers!). Gegen 7.15 Uhr dann ein sehr reichhaltiges Frühstück, darauf nach zweistündigem Sparringstraining rohen Schinken mit Melone, ein „Entrecôte“

oder „Chateaubriand“ mit Reis, Spaghetti oder Püree und sehr viel Gemüse. Birnenkompott als Dessert. Hierauf ruht der Crack zwei Stunden, wird gegen 16.30 Uhr mit Tee und Tartar geweckt, massiert und gegen 19 Uhr zur Hauptmahlzeit gegeben: „Tomatensuppe mit Reis“, doppeltes Kalbssteak mit großer, vom Saft zweier Zitronen gewürzte Salatplatte, Obstsalat und Käse. Ehe er um 21 Uhr wieder ins Bett geschickt wird, bekommt er noch ein halbes gebratenes Hähnchen, sozusagen als „Betthupferl“.

„Nach drei Tagen“, sagt Hans-Georg Damker selbst, „fühlen Sie sich so schlagkräftig wie Joe Frazier!“ Der Sportkoch liebt, es sich mit selbsterlebten Stories verbal abzureagieren. Bei seinen Auslandstourneen versammelt er gern irgendwo in einer landestypischen Kneipe die deutschen Schlachtenbummler um sich und erzählt. Etwa vom ersten Bundespräsidenten Theodor Heuss, der ihn einmal anvertraute, dass er auch um der Damkerschen Kochkunst willen gern immer wieder nach Berlin gekommen sei: „Koiner macht mer die Rinderbruscht mit Meerrettich und Rode Beede so wie Sie!“, denn das war die Leibspeise des Bundespräsidenten.

Oder die Sache mit Jean Roth, dem Schweizer Radrennfahrer teil des einstmals so berühmten Duo Roth/Bucher, bestellte eines Nachts im Berliner Sportpalast gleich von der Bahn weg „Hühle, rä knusprich!“ – und der einheimische Betreuer, der schwyzerdütschen Spracheigenart nicht gewachsen, verstand: „Nudeln mit Mostrich“. Kopfschüttelnd machte sich Hans Damker, an ausgefallene Wünsche gewöhnt, ans Werk:

Gab Butter in die Pfanne, verrührte sie mit englischem Senf und mischte Spaghetti darunter, bestreute das Ganze mit geriebenen Emmentaler, gratuierte es und servierte es dem Rennfahrer, Roth, genoss das kulinarische Missverständnis und stellte spontan eine zweite Portion „Nudeln mit Senf“ gehörten von da an zum Bestandteil von Sechstagerennen, wie Hans Damker selbst, der als reisender Koch nicht weniger als 248

„Sixdays“ zwischen Berlin, Antwerpen und Los Angeles betreute, ehe er 1966 zum Fußball kam.

Das war also Mexiko mit Damker. Inzwischen ist er wieder daheim angekommen und frönt seinen persönlichen Liebhabereien: Nun hat er Zeit für die persönlichen Liebhabereien.

Einmal, wenigstens, möchte ich ihn gerne begleiten. Fußball und Kochen, das sind sozusagen zwei Träume in einem vereint.

# Tournedos

## *mit Kartoffel – Birnen – Rösti und Pilzkrapfen*

### ZUTATEN – FÜR 8 TOURNEDOS VOM RINDERFILET:

- 600 Gramm geschälte rohe Kartoffeln
- 6 Birnen, geschält, entkernt
- Salz
- gemahlener Pfeffer
- Zitronensaft
- Butterschmalz

### FÜR DIE PILZKRAPFEN:

- 1 Gemüsezwiebel, fein gewürfelt
- Öl
- 1 Bund Blattpetersile, fein gehackt
- 200 Gramm frische Champignons oder Steinpilze, in kleine Würfel geschnitten
- 130 Gramm Butter
- 250 Gramm Mehl
- 0,5 Liter Milch
- 8 Eier
- Öl
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Öl zum Frittieren

### ZUBEREITUNG:

- Kartoffeln und Birnen getrennt grob raspeln
- Kartoffeln in einem Tuch auspressen, mit Salz und Pfeffer würzen
- Birnen mit Zitronensaft beträufeln, mit den Kartoffeln mischen
- Rösti formen, in Butterschmalz goldgelb backen
- Für die Krapfen Zwiebelwürfel in Öl anschwitzen, Pilze zugeben, würzen
- Petersilie zufügen, kalt stellen
- Butter schmelzen, mit Mehl verrühren, mit kalter Milch aufgießen
- aufkochen und in die warme Masse Eier nach und nach einarbeiten
- Erkalten lassen. Mit den Pilzen mischen, würzen
- Mit einem kleinen Löffel Krapfen abstechen, in heißem Öl ausbacken
- Tournedos würzen und zu gewünschtem Garungsgrad braten
- Mit Rösti und Krapfen servieren

# Seezunge „Müllerin“ *mit Blütensalat*

## ZUTATEN

### FÜR 2 PERSONEN:

- 2 küchenfertig vorbereitete Seezungen, je 800 Gramm schwer, ohne Kopf und Schwanz
- Salz
- gemahlener Pfeffer
- Weizenmehl, gesiebt
- Öl
- 2 Zitronen
- Butter
- 1 Bund Blattpetersilie, fein gehackt

## ZUBEREITUNG:

- Zitronen schälen, Fruchtsegmente ausschneiden
- Seezungen entlang der Mittelgräte, beidseitig, einige Zentimeter einritzen, würzen
- in Weizenmehl (daher der Name „Müllerin“) wenden, von beiden Seiten jeweils 5 bis 6 Minuten braten
- Warmstellen
- Bratfett abgießen, Butter in die Pfanne geben, aufschäumen
- Zitronenschnitze und gehackte Petersilie darin anschwanken, über die Seezungen geben

# Blütensalat

## ZUTATEN

### FÜR 2 PERSONEN:

- 600 Gramm, klein gezupfte Blattsalate
- 100 Gramm Feldsalat
- 100 Gramm Löwenzahnblätter
- 2 Bund Bärlauch, geschnitten
- 1 Bund Blattpetersilie, fein gehackt
- 1 Bund Kerbel, gezupft
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten
- Löwenzahnblüten, Gänseblümchenblüten, Kapuzinerkresseblüten

### FÜR DAS DEESSING:

- 20 Gramm Senfkörner
- 20 Gramm Tannenhonig
- 5 cl. weißer Balsamicoessig
- 0,1 Liter Olivenöl
- Salz, gemahlener Pfeffer

## ZUBEREITUNG:

- Salate mit Kräutern und Blüten mischen
- Senfkörner in einer Pfanne trocken rösten bis sie aufspringen
- kaltstellen

## ZUBEREITUNG DRESSING:

- Honig, Essig, Öl, Salz und Pfeffer zu Vinaigrette verrühren, abschmecken
- Salat damit anmachen
- Senfkörner daüberstreuen

# „Pflanzerl vom Hendl“

## ZUTATEN FÜR 8 PFLANZERL:

- Gemüsezwiebel, fein gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 100 Gramm Butter
- gewürfeltes Knödelbrot, circa 200 bis 250 Gramm
- 3 bis 4 Eier • 400 Gramm Geflügelhackfleisch, von Bruststücken
- 200 Gramm Schweinehackfleisch • 1 Bund Petersilie, gehackt
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten
- Salz
- gemahlener Pfeffer
- mittelscharfer Senf
- geriebener Meerrettich
- Paprikapulver und Curry

## ZUBEREITUNG:

- Zwiebel - und Knoblauchwürfel in Butter anschwitzen
- auskühlen
- Knödelbrot mit Eier einweichen, kräftig durchkneten
- Hendl - und Schweinehack mit Zwiebel - und Knoblauchwürfeln, Gewürzen, Petersilie und Schnittlauch mischen
- eingeweichtes Knödelbrot zugeben, verkneten, abschmecken



Frühlingsalat mit Löwenzahn, Spargel, Bärlauch, Blumen, Brennnessel.

# Hopfen & Grünzeug mit Genussgarantie

*Die Hallertau*



Zwischendurch, und einmal ganz undramatisch: Ich muss gestehen, dass ich eigentlich nie ein großer Freund von Salat war. Besonders der „grüne“ oder Häuptelsalat, wie er bei uns daheim so gerne aufgetischt wurde, und auch der Endiviensalat weckten in mir keine Begeisterung. Als Kind musste ich ihn essen – und fühlte mich dabei jedes Mal ein wenig wie ein Kaninchen. Noch heute staune ich über Menschen wie meinen Freund Werner Widmann, den altbayerischen Autor, der beim Maiervirt am Westerbuchberg eine ganze Vier-Personen-Schüssel voll „Andivi“ mit sichtlichem Genuss verdrücken kann. Für mich bleibt dieser Genuss ein Rätsel.

Ähnlich faszinierend ist mein Kollege Werner Behringer, der im ehrwürdigen Nürnberger Bratwursthäusle die berühmten, über Holz gegrillten Bratwürste – daumengroß, saftig und hochgelobt – genießt. Doch eigentlich, das muss man wissen, nimmt er die Würste nur als Vorwand, denn für ihn sind der Spargelsalat aus dem Knoblauchland und die seltenen Hopfenspitzen aus der Hallertau der wahre Genuss. Solche Beispiele zeigen: Salat muss nicht unbedingt wie „Karnickelfutter“ schmecken. Wenn man weiß, wie er zubereitet wird und welche Zutaten man kombiniert, kann Salat zu einem echten Geschmackserlebnis werden, das überraschen und begeistern kann.

Es ist kein Geheimnis – man weiß es spätestens seit Gayelord Hauser, dem Pionier der gesunden Ernährung –, dass Salat voller Vitamine steckt und gut für die Verdauung ist. Mittlerweile habe auch ich erkannt, dass es Zubereitungen gibt, die über die bloße Gesundheit hinausgehen und tatsächlich Genuss am

Gaumen bieten. Die richtige Kombination von Blättern, Kräutern, Dressings und weiteren Zutaten kann aus einem einfachen Salat eine wahre Delikatesse machen, die weit mehr ist als eine langweilige Beilage.

Ja, der gute alte Diät - Apostel Hauser, der eine spezielle Ernährungsphilosophie propagierte und der durch die Herausgabe von mancherlei Selbsthilfebücher berühmt wurde.

Sein Spruch: „Bleibe jung – lebe länger“ machte ihn weltweit bekannt.

Er versprach den Menschen, dass sie bedeutend länger leben könnten, wenn sie die von ihm propagierten fünf Wundermittel in größeren Mengen essen würden: Melasse, Bierhefe, Magermilch, Weizenkeime und Joghurt.

Die Methode schien zu funktionieren: Der als „Quacksalber“ verspottete wurde fast 90 Jahre alt...

In dem Zusammenhang fällt mir eine Episode aus den fünfziger Jahren in München ein. Gayelord Hauser war im Bayerischen Hof abgestiegen und bei der Abreise erschienen auf seiner Rechnung zwölf Schinken Sandwiches, drei Flaschen Champagner „Heidsick & Co. Red Top“, ein Whisky Soda und eine Schachtel Zigaretten.

Reporter der „Münchner Abendzeitung“, die diese Rechnung zugespielt bekamen, veröffentlichten Tage später nicht nur diese Rechnung sondern auch das Menü, das an diesem Abend der Zimmerservice auf die Etage brachte.

Das Menü bestand aus „Creme Sultan“, Steinbutt vom Rost sowie Huhn ungarisch. Als Nachtisch gab es Mocca Eis mit Biskuit und danach folgte eine Käseauswahl.

Aber zu Gayelords Entschuldigung sei gesagt, dass er Besucher hatte, denen er sicherem Vernehmen nach keine seiner Melassen mit Weizenkeimen kredenzte.

Es waren wohl Herren seines Verlages, die mutmaßlich nur am Vertrieb seiner Bücher und nicht an seinen Ernährungslehren interessiert waren.

„Honi soit qui may pense“

Zu vielen meiner Rezepte gehört nun mal ein Salat, und aus diesem Grund möchte ich Ihnen im Folgenden einige nicht ganz alltägliche Kreationen an die Hand geben. *Rezept auf Seite xxx* Diese sollen inspirieren und Ihnen zeigen, dass Salat weitaus mehr zu bieten hat, als man vielleicht erwartet. Ganz ohne Vorbehalte können Sie die Vielfalt der Aromen genießen und Ihren Speiseplan um kreative Kombinationen erweitern. Und auch wenn das Geheimnis des „Andivi“, dem einige meiner Freunde so lieben, wohl für immer ein Rätsel für mich bleibt, ist das in Ordnung. Denn vielleicht sind es genau diese kleinen Geheimnisse, die uns immer wieder auf neue kulinarische Entdeckungsreisen schicken.

Und wenn Sie bisher dachten, Salat sei nur eine leichte Beilage, die man zum Hauptgericht reicht, lassen Sie sich vom Gegenteil überzeugen. Ein gut zubereiteter Salat kann ein Hauptgericht für sich sein, reich an Aromen und Texturen, die das Gericht zu einem Erlebnis machen. Knusprige Nüsse, fein geraspelt Gemüse, frische Früchte und eine perfekt abgeschmeckte Vinaigrette können einen Salat zu einem kraftvollen, vollwertigen Mahl machen. Dabei ist die Welt der Salatzutaten fast unerschöpflich: Getreide wie Quinoa oder Hirse, knackige Hülsenfrüchte und proteinreiche Zutaten geben dem Salat nicht nur Struktur, sondern auch Substanz.

Die berühmteste „Salatologie“ hat wohl der Baron Friedrich Christian Eugen von Vaerst, der im 17. Jahrhundert lebte, geschrieben.

In unzähligen Abhandlungen erörterte und interpretierte der weithin bekannte Küchenphilosoph die Kulturgeschichte des schmackhaften Grünzeugs.

Dort findet sich auch folgende Geschichte über Papst Sixtus V.:

Dieser Papst schickte, so berichtet es Baron Vaerst, einem ins finanzielle Unglück gestürzten und darüber sehr krank gewordenen Bekannten als spezielles päpstliches „Heilmittel“, einen großen Korb mit frischen Salaten.

Der päpstliche Leibarzt schüttelte nur verständnislos den Kopf über diese eigentümliche Art von Medizin.

Doch der Freund Seiner Heiligkeit wurde überraschenderweise schnellstens wieder gesund.

Später stellte sich allerdings heraus, dass gut versteckt auf dem Boden des Korbes, eine prall gefüllte Geldbörse gelegen hatte und diese wohl der alleinige Umstand für die schnelle Heilung war!

Seitdem sagt man im Vatikan, wenn jemand des nötigen Kleingelds entbehrt: „Ihm fehle bestimmt der Salat des Papstes!“

# Zwiebelsalat

## ZUTATEN

### FÜR 4 PERSONEN:

- 6 große Gemüsezwiebeln, geschält, halbiert und in dünne Ringe geschnitten
- 1 Bund Frühlingszwiebeln, geschnitten
- kochendes Wasser, mit Salz und Zitronensaft
- 6 Tomaten, gehäutet, halbiert, entkernt, gewürfelt

### ZUTATEN – FÜR DAS DRESSING:

- 5 cl. Weißweinessig
- 5 cl. Kräuternessig
- 0,2 Liter Olivenöl
- 0,1 Liter Distelöl
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 1 Bund Schnittlauch, geschnitten
- 1 kleiner Bund Blattpetersile, fein gehackt
- gezupfte frische Kerbelblätter

## ZUBEREITUNG:

- Zwiebeln mit kochendem Wasser übergießen. 1/2 Stunde ziehen lassen, abseihen
- Für das Dressing Essigsorten mit Salz und Pfeffer mischen, mit Oliven – und Distelöl aufschlagen
- Kräuter einrühren
- Abschmecken
- Zwiebeln und Tomatenwürfel damit anmachen und durchziehen lassen

# Salat

## „Baron von Vaerst“

### ZUTATEN – FÜR 4 PERSONEN:

#### FÜR DEN SALAT:

1 Birne, geschält, entkernt • 1 Apfel, geschält, entkernt • 1 rote Paprikaschote, halbiert, entkernt • 1 grüne Paprikaschote, halbiert, entkernt • 1 gelbe Paprikaschote, halbiert, entkernt • 1 kleine Ananas, geschält, Strunk entfernt, • 2 Tomaten, gehäutet, entkernt • 2 Avocados, geschält, entkernt

#### ZUR GARNITUR:

8 große rohe Scampi, geschält • Salz, • gemahlener Pfeffer • 30 Gramm Butter • 2 zerdrückte Knoblauchzehen.

#### FÜR DAS DRESSING:

1 Bund Schnittlauch, geschnitten • 1 Bund Blattpetersilie, fein gehackt, • gezupfte frische Kerbelblätter • frisches Basilikum, in dünne Streifen geschnitten • frische Pfefferminzblätter, in dünne Streifen geschnitten • frischen Dill, geschnitten • 4 cl. Apfelessig • 4 cl. Balsamicoessig • 4 cl. Nussöl, • 4 cl. Traubenkernöl • 8 cl. Olivenöl • Salz • gemahlener Pfeffer • Pinienkerne zum Bestreuen

#### AUSSERDEM:

1 Kopf Friseesalat

#### ZUBEREITUNG:

- alatzutaten, kleinwürfelig schneiden
- Für das Dressing Essige mischen, mit Ölen aufschlagen, würzen
- Kräuter unterziehen, Salat damit anmachen
- Etwas Dressing überbehalten
- Friseesalat waschen, zerkleinern, mit dem restlichen Dressing anmachen
- Scampi würzen, in Butter mit dem Knoblauch anschwitzen
- Salat auf Teller anrichten, den Friseesalat und die Scampi ringsum anlegen
- Mit Pinienkernen bestreuen

# Lieserls Kräutersalat

## ZUTATEN:

### FÜR DEN SALAT:

- Frische Blattsalate, klein gezupft, gewaschen und gemischt wie z.B. Rucola, Frisee, Pimpinelle, Kapuzinerkresse, Bärlauch, Löwenzahn, junge Brennnesselblättern, junger geputzter entstielter Blattspinat, Feldsalat, Radicchio, Eichblatt usw
- frische gehackte Kräuter
- Rohe Champignons oder Steinpilze, in dünne Scheiben geschnitten
- Frühlingszwiebeln, geschnitten
- Knoblauchzehen, zerdrückt
- Gebratene, würfelig geschnittene, in Butter angeröstete Brotwürfel
- Senf, Honig, Salz, gemahlener Pfeffer
- Zitronensaft, Weißwein, Weinessig, Olivenöl
- dünn gehobelte Späne von Bergkäse
- Kapuzinerblüten, Borretschblüten, Blüten von Gänseblümchen

## ZUBEREITUNG:

- Salate mit den Kräutern, Frühlingszwiebeln und Pilzscheiben mischen
- Für das Dressing Senf, Honig, Knoblauch, Zitronensaft, Weißwein, Weinessig und Olivenöl glattrühren
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Salat mit Brotwürfeln und den gehobelten Bergkäsespänen bestreuen
- Mit den Blüten dekorieren

# Zweierlei „Obazda“

## ZUTATEN

### FÜR 6 PERSONEN:

#### FÜR DIE ERSTE MASSE:

- 300 Gramm reifen Camembert zerdrücken
- 50 Gramm weiche Butter
- 150 Gramm rahmigen Frischkäse
- 1 Frühlingszwiebel, geschnitten
- Salz, gemahlener Pfeffer
- Paprikapulver, Kümmel gemahlen
- 0,1 Liter Weißbier
- Schnittlauch zum Bestreuen

#### FÜR DIE ZWEITE MASSE:

- 50 Gramm Walnüsse, feingehackt
- 250 Gramm Gorgonzola, nicht zu weich zerdrücken
- 250 Gramm Rahmfrischkäse
- 4 cl. Sahne
- gemahlener Pfeffer
- 2 Birnen, geschält, entkernt, in kleine Würfel geschnitten
- 1 cl. Birnenschnaps
- 50 Gramm zerbröselte Amaretti-  
niplätzchen

## ZUBEREITUNG:

- Zutaten für beide Massen einzeln vermengen, abschmecken
- Mit einem nassen Löffel Nockerl abstechen und formen
- Anrichten
- Die erste Masse mit Schnittlauch bestreuen, über die zweite Masse Amarettiniplätzchen streuen
- Mit Basilikumblättern und Blüten von Kapuzinerkresse dekorieren

# Hopfensprossen

## *mit Nüssen*

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 600 Gramm Hopfensprossen \*,  
geputzt, gewaschen
- Für die Sauce
- 50 Gramm fein gehackte Wal-  
nüsse
- 50 Gramm Blauschimmelkäse  
zerdrückt
- 5 cl. Olivenöl
- weißer Balsamico Essig
- Salz, gemahlener Pfeffer
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 4 frische Feigen, gewürfelt

### ZUBEREITUNG:

- Hopfensprossen dämpfen. Wal-  
nüsse mit Blauschimmelkäse mi-  
schen
- Olivenöl und Knoblauchzehen  
unterrühren
- mit Essig, Salz und Pfeffer ab-  
schmecken
- Feigen unterziehen
- Zu den warmen Hopfensprossen  
servieren

\* Im Frühjahr werden überschüssige Wurzeltriebe der Hopfenpflanze entfernt, um das Wachstum der Blüten für die Bierherstellung zu fördern. Diese entfernten Triebe sind die Hopfensprossen.

#### ***Geschmack und Verwendung:***

Sie haben einen leicht herben, nussigen und erdigen Geschmack, der an grünen Spargel erinnert. Sie können roh in Salaten serviert oder kurz in Butter gedünstet werden. Weitere kulinarische Anwendungen sind Suppen, Beilagen oder Gerichte mit Käse und Zwiebeln.

#### ***Zubereitung:***

Die Sprossen müssen gründlich gewaschen werden, um anhaftende Erde zu entfernen. Holzige untere Enden müssen gegebenenfalls abgebrochen werden.

# Ministranten, Spitzbuben & süße Trationen

## *Weihnachten in Bayern*



Zwischen dem Nürnberger Christkindlesmarkt und der kleinen Kapelle am Salzachufer in Oberndorf, wo sie vor 150 Jahren das erstmal „Stille Nacht, Heilige Nacht“ gesungen haben, liegt mein Bayern.

Es ist ein rechtes Weihnachtsland: Der Winter ist dort länger als anderswo, der Schnee tiefer, der Mensch anhänglicher an die alten Bräuch' – und das Backwerk am Süßesten von allen. Aus Strudeln und Kipferl, aus Lebkuchen, Haselnussplutzerl, *Rezept auf Seite xxx* „Spitzbub'n“ *Rezept auf Seite xxx* iund Kokusbusserl *Rezept auf Seite xx* Dsteigen Düfte auf, die mit em Weihnachtsfest inniger verbunden sind als Glocken und Kerzen, sie erinnern mich an die Zeit, als ich dort in Bayern ein kleiner Bube war da war ich selbstverständlich Ministrant, wie alle frechen und vorlauten Buben hier zulande, weswegen sie auch „die Lausbuben des lieben Gottes“ genannt wurden. Man erzählt von einem „preußischen“ Ehepaar, welches beim Anblick einer altbayerischen Prozession so entzückt war von den unschuldigen Mienen der dahinschreitenden Ministranten, dass der preußische Herr in den gemütvollen Ruf ausbrach: „Guck mal, Emma, alle die süßen Kinderchen!“ – worauf ihn der nächstgehende Ministrant zischend belehrte: „Mir san Engerln, du Depp!“. Als Ministrant ist man selbstverständlich an allen mildtätigen und gottgefälligen Dingen beteiligt, durch die sich die Vorweihnachtszeit so auszeichnet: Packerl packen, Adventskränze flechten, Kirche schmücken, Chorsingen. Ich, als Gastwirtssohn und vor be-

stimmter Kochlehrling, wurde wie selbstverständlich jedes Jahr der Pfarrersköchin zugeteilt.

Es war eine strenge, gewichtige Dame, die bereits drei geistliche Herren überlebt hatte und die voller Rezepte steckte: Das von den Schneeballen hatte Hochwürden Nummer eins aus Trient mitgebracht, das von den „Spitzbubn“, Hochwürden Nummer zwei von seiner Mutter geerbt (war er auch Ministrant gewesen?), und das mit den Kokosbusserln war das Lieblingsgebäck von Nummer drei gewesen. Die Pfarrherren hatten alle keinen schlechten Geschmack bewiesen, und ich habe mir alle Rezepte gemerkt, nachdem ich gewissenhaft vom Teig geschleckt hatte.

Ein paarmal hat mich die Pfarrersköchin erwischt, da gab es eine Watsch'n oder, in schwereren Fällen, einen Sühnetermin bei Hochwürden Nummer vier (Standardstrafe: drei Rosenkränze). Aber gelernt habe ich doch von ihr viel.

Nicht alles, freilich: Auch die sozusagen geistlichen Tätigkeiten meiner Ministrantenzeit waren in dieser Hinsicht sehr einbringlich. Die kleinen Verrichtungen, die ein Trinkgeld einbrachten, wurden im Advent stets mit Backwerk belohnt. In dieser Zeit kaufte sich bei einer Hochzeit der Bräutigam, den wir mit einem Strick vom Messgewand den Weg zur Braut versperren, mit Zuckerwerk frei. Und so sparte auch der Progoder, der Hochzeitslader, an barem Geld, indem er uns mit Platzerl buchstäblich abspeiste. Aber das entspricht halt der Tradition in einem Land, das die Naturalien schon immer höher schätzt als das seelenlose Geld, und in dessen alten Weihnachtsliedern die Hirten dem Jesuskind stets zu allererst etwas zu Essen anbieten:

## Geh, mein Jakei – Melodie nach 'Kleenes Kindla, gruußer Goot'

Melodie in C-Dur, angepasst für einfachen Gesang

Geh, mein Jakei, hussigs Mannei,



schaug dem kindei um a Pfannei...



Milli ha i und aa'r a Mehl,



kochst dem Kind a Müasei schnell!



Kloanes Kindelein, großer Gott,



hilf uns streitn in den Tod!



Oder:

*„Aft sein mir halt gangen,  
i und du aa,kerzengrad auf Bethlehem,  
hopsassa, Dominik, du Schlampele,  
nimmst dei gemästets Lampele (Lamm),  
und Gori, du a Henna,  
und Riepl, du an Hahn...“*

Weiter:

*.... daß Gott als Mensch is geboren, und a kloans Büberl is worn.  
Nachbar, mach die auf die Roas, wann der Weg a koaner woaf.  
Du nimmst Mehl, Schmelz und Oar (Eier), du a Kitz aa zwoa,  
und an Buddan (Butter)  
müaß mer aa no hintrog'n,  
daß' all drei was zum Essen hob'n.“*

Schließlich:

*„Mir bet'n an's Kindelein in dem Ochsenkrippelein,  
liab's Büabl, as möchst hab'n  
möchst eppa unsere Gab'n –  
magst Äpfel oder Birn oder Nussen  
oder Kas magst Zwetschgen oder Pflaum'  
oder sinst a söllas G'fraß?“*

Solche Weis'n, die die praktische Frömmigkeit der Altbayern aufzeigen, sangen wir an jedem Donnerstag im Advent vor den Bauernhäusern beim „Klopfergehen“, ähnlich dem Sternsingen oder dem Sommersingen – und auch da wurden wir mit Kringeln und Kuchen reichlich beschert. Weil sich die Bauern in der Ausgiebigkeit des Backwerks immer gegenseitig zu übertrumpfen suchten, waren diese Weihnachtswochen damals eine richtige Hohe Schule für mein privates bayerisches Küchen- und Kuchenbüchl, aus dem ich Ihnen hier ein paar Kostproben offeriere – in der Rezeptur etwas „schlank“ gemacht wegen der modernen Kalorienfurcht, aber genauso wohlschmeckend wie bei einer Pfarrersköchin. Denn das tut ja heutzutage keiner mehr, Sie nicht und ich auch nicht, was uns damals das viele Schmalz und den Zucker und „den“ Butter verträglich – und was uns die Weihnachtszeit so unheimlich und atemlos gemacht hat, uns Ministranten: das Aufstehen früh um halb fünf, im Halbschlaf die Brettl anschnallen und im Stockfinstern abfahren zur Kirche, weil um halb sechs das „Engelamt“ gefeiert wird. Verdienen haben wir sie uns schon müssen, die schöne altbayerische Weihnacht und ihre vielen Plätzerln.

Die Hauptsach' von dem ganzen, und den Höhepunkt des Ministrantenjahres damals wie heute, sollten Sie aber miterleben, wenn Sie über Weihnachten bei uns in den Bergen sind, innerhalb der weißblauen Grenzpfähle – die Christmette. Und ehe Ihnen, wie üblich, dort vor lauter Weihnachtssentimentalität die Augen übergehen, betrachten Sie einmal die gemessen und würdevoll agierenden Ministranten, die sich ihres großen Auftritts wohl bewußt sind: wenn einer sich verstohlen den Bauch hält beim Niederknien, hat er bestimmt bei der Pfarrersköchin am Teig genascht.

Dann also Frohes Fest! – vielleicht einmal bei uns daheim, im Weihnachtsland Bayern.

# Spitzbuben

## ZUTATEN FÜR CIRCA 50 STÜCK:

- 180 Gramm Zucker
- 400 Gramm kalte Butter in Flocken
- 600 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- Salz
- 2 Packerl Vanillezucker
- 300 Gramm Ribiselmarmelade

## ZUBEREITUNG:

- Zucker, Butter, Mehl, Prise Salz und Vanillezucker zu glattem Teig verarbeiten
- In Klarsichtfolie im Kühlschrank über Nacht ruhen lassen
- Am nächsten Tag Teig durchkneten, auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche 5 mm. dick ausrollen
- Mit rundem Ausstecher Plätzchen ausstechen. Hälfte der Plätzchen in der Mitte mit einem kleineren Ausstecher in Herz – oder Sternform ausstechen
- Die Plätzchen auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech 30 Minuten ruhen lassen
- Im vorgeheiztem Backofen bei 220 Grad 10 – 15 Minuten backen, bis sie am Rand leicht gebräunt sind
- Ribiselmarmelade erwärmen und dünn auf die Plätzchen (ohne Loch) streichen
- Anschließend jeweils ein Plätzchen (mit Loch) daraufsetzen, leicht festdrücken
- Loch zusätzlich mit der Marmelade füllen
- Mit Puderzucker bestreuen

# Kokosbusserl

## ZUTATEN FÜR ETWA 30 STÜCK:

- 2 Eiweiß
- 70 Gramm Zucker
- 30 Gramm Puderzucker, gesiebt
- 150 Gramm Kokosflocken
- etwas Zitronensaft
- Salz
- kleine runde Oblaten

## ZUBEREITUNG:

- Eiweiß mit einer Prise Salz schaumig rühren
- Nach und nach Zucker einrieseln lassen. Zu festem Schnee aufschlagen
- Puderzucker, Kokosflocken und Zitronensaft unterheben
- Oblaten gleichmäßig auf dem Backblech auslegen
- Mit einem Kaffeelöffel kleine Busserl formen und auf die Oblaten setzen
- Bei 180 Grad im vorgeheizten Backrohr 12 Minuten backen

# Haselnussplatzerl

## ZUTATEN FÜR CIRCA 15 STÜCK:

- 200 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- 100 Gramm Haselnüsse, gemahlen
- 150 Gramm weiche Butter
- 70 Gramm Zucker
- 15 Gramm Backpulver
- 1 Ei
- 1 Eigelb
- Milch
- Vollmilchglasur
- Haselnusskerne
- Puderzucker

## ZUBEREITUNG:

- Mehl, Haselnüsse, Butter, Zucker, Backpulver und Ei zu Teig kneten
- Mit Klarsichtfolie abdecken und ruhen lassen
- Anschließend circa 1/2 cm. dick ausrollen
- Rund ausstechen, Eigelb mit Milch verrühren, Platzerl damit einstreichen
- Bei 180 Grad 8 – 10 Minuten backen
- Auskühlen
- Vollmilchglasur im Wasserbad schmelzen
- Auf jedes Platzerl einen dicken-Tupfer geben.
- Mit Haselnusskernen belegen
- Mit Puderzucker bestäuben

# Kaiserschmarrn

## *mit Rhabarberkompott*

### ZUTATEN FÜR 3 PORTIONEN:

- 4 Eier, getrennt in Eigelb und Eiweiß
- 30 Gramm Zucker
- 200 Gramm Weizenmehl, gesiebt
- 1 ausgekrazte Vanilleschote
- abgeriebenes einer Zitrone
- 0, 3 Liter Milch
- Salz
- 50 Gramm Weinbeerl in Rum eingeweicht
- 100 Gramm Butter
- 50 Gramm Zucker
- Puderzucker

### ZUBEREITUNG:

- Aus Eigelben, Zucker, Mehl, Vanille, Zitronenabrieb, Milch und Prise Salz Pfannkuchenteig zubereiten
- Eiweiße steifschlagen, unterziehen
- Hälfte der Butter in einer großen Pfanne schmelzen lassen
- Teig einfüllen, beidseitig anbacken
- Im vorgeheizten Backrohr bei 170 Grad goldbraun fertigstellen
- Herausnehmen, in nicht zu kleine Teile stückeln
- restliche Butter, Zucker und Weinbeerl zufügen
- durchschwenken, nochmals für kurze Zeit in's Backrohr geben
- Anrichten mit Puderzucker bestreuen

# Rhabarberkompott

## ZUTATEN FÜR 3 PORTIONEN:

- 800 Gramm Rhabarber
- Rhabarbersaft
- Bei Verwendung von Rhabarbersaft Zucker weglassen)
- 100 Gramm braunen Zucker
- 1 Stange Zimt oder Zimtpulver
- 5 Nelken
- 5 Stück Sternanis \*

## ZUBEREITUNG:

- Rhabarber schälen, in kleine Stücke schneiden. Mit Rhabarbersaft bedecken
- Gewürze zugeben, garen, erkalten, Gewürze entfernen
- Zum Kaiserschmarrn servieren

\* Sternanis – das Weihnachtsgewürz mit Sternenglanz.

Ob im Glühwein, Lebkuchen oder in aromatischem Kompott – Sternanis darf in der Weihnachtsküche nicht fehlen. Sein süßlich-würziger Geschmack verleiht Plätzchen und Getränken eine feine Tiefe, die sofort festliche Stimmung aufkommen lässt.

Schon ein einziger Stern reicht aus, um Desserts oder Braten eine besondere Note zu geben.

Tipp: Sternanis nach dem Kochen wieder entfernen – so bleibt das Aroma harmonisch und nicht zu dominant.

# Max Inzinger

## Ein Koch, der Tradition neu dachte und Millionen für die Küche begeisterte.

„Das soll ein Koch sein?“ fragten die Fernsehzuschauer zunächst einmal und betrachteten den dünnen jungen Mann, der seine fliegenden Haare nicht einmal unter der „vorschriftsmäßigen“ Kochmütze zu verbergen für nötig hielt, dafür aber ein freches buntes Tüch'l im offenem Hemdkragen trug, mit großem Misstrauen.

Das ist nun viele Jahre her. Der junge Mann ist auch heute noch genauso dünn und hat auch seinen äußeren Habitus kaum verändert – aber inzwischen kochen ein paar hunderttausend Hausfrauen (und auch ein paar Tausend kochlöffelschwingende Männer) begeistert das nach, was er ihnen auf der Mattscheibe, per „Dampfradio“, in Büchern und Illustrierten präsentiert.

Der junge Mann, Jahrgang 1945, heißt Max Inzinger und ist längst in Studios, in Redaktionen, auf Messen und vielen anderen Veranstaltungen mehr daheim als dort, von woher er eigentlich kommt: Aus Ruhpolding im Chiemgau nämlich, Oberbayerns berühmter, Urlaubshauptstadt.

Den Kochberuf hat er regulär gelernt und es war eine harte Lehrzeit.

Dass Kochen auch Vergnügen sein kann merkte er ein paar Jahre später, als er sich in seinen „Wanderjahren“ in der finnischen Hauptstadt Helsinki herumtrieb und zufällig in der Küche der Deutschen Botschaft ein Gastmahl zu improvisieren hatte.

Seine Kocherei hinterließ wohl Eindruck, denn danach wurde er von einem Diplomatenhaushalt zum anderen weitergereicht. Sein scharfer Verstand ließ ihn spüren, dass Kochen und Dip-

lomatie auf geradezu geniale Art und Weise zusammenpassen und die Küche der ideale Ort ist, eine Brücke der Völkerverständigung zu sein.

Weiterhin probierte er, forschte, las sich durch alte Wälzer, fing an zu schreiben und entwickelte allmählich eine moderne Hobby – Variante des Kochens.

Alte Überlieferungen und zeitgemäße Erkenntnisse darüber, wie unser Körper Nahrung verarbeitet und in lebenswichtige Energie umwandelt zu verquicken, verband er mit einer spielerischen Komponente. Das wischte mit einem Mal nicht nur den Staub von den Kochtöpfen der siebziger Jahre sondern zog im gleichen Maße Hausfrauen und (Haus) Männern neue Kochschürzen an.

Vielleicht banden sie sich dabei auch ein Halstüch'l um....

Und so hat es nicht lange gedauert, bis das Fernsehen auf diese Art von Küchenspaß aufmerksam wurde.

Seit vielen Jahren kocht nun Max Inzinger wöchentlich in der ZDF Drehscheibe, neuerdings auch im Gesundheitsmagazin „Praxis“. Er hat außerdem eine ganze Reihe von Diäten entwickelt, von der 999 Kalorien Schlankheitskur bis hin zu Essensvorschlägen für Leistungssportler.

Jede Woche plaudert er über die „fröhlichen“ Wellen von Radio Luxemburg und schreibt dazu Kolumnen in verschiedenen Zeitungen und Illustrierten.

Er bekommt jährlich nahezu eine Million Zuschriften mit Anregungen, Vorschlägen und Rezeptwünschen und so entwickelt Max Inzinger seine spielerischen Kochmethoden immer weiter.

Ein Publikum das ihn, seine Rezepte, sein Aussehen mit dem Halstüch'l und seinem Spruch: „Ich hab' da mal was vorbereitet!“ geradezu verehrt.

*Armin Schikora*

1978

# Nachwort

## Armin Schikora

Armin Schikora.

Geboren am 17.8 1930 in Saarau, Schlesien,

Flucht nach Nürnberg 1942,

Germanistikstudium,

Journalist bei den „Nürnberger Nachrichten“

Redakteur beim Bayerischen Rundfunk in München

und Leiter des Studios Franken in Nürnberg,

Schrieb unter dem Pseudonym Peter W. Benary zahlreiche  
Buchtex te und Zeitungsartikel.

# Über die Mitwirkenden

Hinter diesem Buch stehen Menschen, die ihre Leidenschaft für gutes Essen, ihre Kreativität und ihre reiche Erfahrung eingebracht haben. Jeder von ihnen hat auf seine ganz eigene Weise dazu beigetragen, dass dieses Werk entstehen konnte – sei es durch kulinarisches Wissen, gestalterisches Können oder die Liebe zum Erzählen.

Sie haben nicht nur Texte lektoriert, Rezepte geprüft und Layouts gestaltet, sondern auch Ideen entwickelt, Erinnerungen geteilt und mit ihrem Engagement dafür gesorgt, dass aus einem Projekt ein Herzenswerk wurde.

Dieses Buch ist daher nicht das Werk eines Einzelnen, sondern das Ergebnis vieler helfender Hände, kluger Köpfe und offener Herzen.

Ihnen allen gebührt unser Dank – für ihre Zeit, ihre Hingabe und dafür, dass sie dieses Buch mit Leben erfüllt haben.

## Jochen Grill

geboren am 07. Mai 1944 in Österreich, sammelte umfangreiche berufliche Erfahrungen als Koch, Küchenchef und Küchenmeister.

Seine Stationen führten ihn nach Irland, Schottland, Holland und in die britische Hauptstadt London, wo er unter anderem im „Luxushotel Savoy“ tätig war. Er arbeitete zudem auf dem Kreuzfahrtschiff „Hanseatic“ sowie in renommierten Restaurants in Deutschland – darunter der „Nassauer Hof“ in Wiesbaden und das „Schlosshotel Kronberg“. Auch im Berliner „Restaurant Conti“, das mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet war, wirkte er viele Jahre als Küchenchef.

Bis 2014 war Jochen Grill Inhaber des historischen Bahnhauscafés „Windbeutelgräfin“ in Ruhpolding, bevor er sich in den Ruhestand verabschiedete.

Heute ist er weiterhin als gastronomischer Berater und Autor aktiv.

## Norbert Bock

geboren in Traunstein, ist seit 1986 Inhaber der Agentur für Werbung & Druck e.K.

Mit über dreißig Jahren Erfahrung verbindet er kreative Gestaltung mit fundiertem technischen Wissen in der Druck- und Medienproduktion.

Seine Arbeitsschwerpunkte reichen von Grafikdesign, Geschäftsdrucken und Werbemitteln über Web- und Videoprojekte bis hin zu Media- und Außenwerbung.

Er betreute zahlreiche regionale Projekte und Marken, unter anderem die Gestaltung und das Webdesign der „Windbeutelgräfin“ in Ruhpolding.

Mit seiner Expertise im Layout und Lektorat leistete er einen wichtigen Beitrag zur grafischen und inhaltlichen Umsetzung dieses Buchprojekts.

## Rudolf Hinter

geboren in Bayern, ist Verleger und Inhaber des Carl Gerber Verlags.

Seit vielen Jahren widmet er sich der Veröffentlichung von Fach- und Sachbüchern sowie belletristischen Titeln und unterstützt Autoren von der Manuskriptentwicklung bis zur Drucklegung.

Sein besonderes Interesse gilt Büchern, die Wissen und Kultur vermitteln – von regionalen Themen über Rechts- und Wirtschaftsliteratur bis hin zu spannenden historischen Projekten.

Mit Leidenschaft begleitet er die Entstehung neuer Werke und sorgt dafür, dass jedes Buch mit hoher handwerklicher Qualität und einem stimmigen Gesamtkonzept erscheint.

Auch bei diesem Projekt war er von Anfang an dabei: von der redaktionellen Betreuung über die Gestaltung bis zur finalen Veröffentlichung.



# Kulinarische Weltreise

KULINARISCHE ÜBERRASCHUNGEN UND ERINNERUNGEN AN  
EINEN GROSSEN FERNSEHKOCH

Neue, bislang unveröffentlichte Geschichten aus dem Leben und den Reisen von Max Inzinger – gespickt mit Nostalgie, Diplomaten-Dinners und unvergesslichen Schlüsselerlebnissen.

*Wie es zu diesem Buch kam, ist selbst schon eine Geschichte:*

Armin Schikora, Freund und langjähriger Wegbegleiter des wohl beliebtesten Fernsehkochs der 1970er Jahre, hatte weit mehr niedergeschrieben, als in seinem Kultbuch „Inzingers Anti-Dracula-Steak, Hexensalat und Frutta d'Amore“ veröffentlicht wurde.

Diesen literarischen Schatz entdeckten kürzlich sein Sohn Daniel und seine Witwe Mara – und informierten Jochen Grill, Küchenmeister, enger Freund der Familie und Gastgeber der legendären „Windbeutelgräfin“ in Ruhpolding.

Jochen Grill begleitete Max Inzinger bei zahlreichen Kochevents und inszenierte gemeinsam mit Armin Schikora viele kulinarische Projekte.

In dieser engen Verbindung der drei Freunde und mit seiner jahrzehntelangen Erfahrung als Küchenmeister hat Jochen Grill den Nachlass von Armin Schikora liebevoll aufbereitet.

So entstand eine kulinarische Zeitreise, die nicht nur spannende und humorvolle Einblicke in die Küche feiner Länder bietet, sondern auch die Eigenheiten ihrer Bewohner auf unterhaltsame Weise einfängt.

Dieses Buch nimmt alle mit auf die Reise, die in 20 Kapiteln die Lebenslust des jungen Max Inzinger und die wichtigsten Zutaten seiner Reisküche erschmecken möchten – verfeinert mit den Zutaten von Armin Schikora und Jochen Grill: Humor, Charme und purer Freude.

**So schmeckten die 70er!**



Carl Gerber Verlag GmbH  
Lilienthalstraße 19 – 85296 Rohrbach

[www.gerberverlag.de/shop](http://www.gerberverlag.de/shop)

Artikel-Nr. 1115



ISBN: 978-3-87249-206-7