

JOHANN

LAFFER

Das Journal des Geschmacks

40
REZEPTE
für Genießer

GEHEIMTIPP

Malta –
Trauminsel
für Genießer

WELTMEISTERLICH

Knusprige
Brot-Rezepte



„So liebe ich
Spargel!“

Rhabarber: Von süß bis herzhaft **Ostern:** Köstliches aus dem Ofen – leckerer Hefezopf, Rübli-Nuss-Schnitten u.v.m. **Step by step:** Gratiniertes Lammkarree

Back dir frohe Ostern.

MUM zum Selbermachen:
Frohe Ostern mit dem besten
Teigmacher OptiMUM von Bosch

Mehr unter www.mum-zum-selbermachen.de



BOSCH
Technik fürs Leben

„**Bester
Teigmacher
im Test**“

so Stiftung Warentest in test 12/2018

Stiftung
Warentest

test



**BEFRIEDIGEND
(2,7)**

Bosch MUM9D33S11

Im Test:
8 Küchenmaschinen mit
Schwenkarm von oben
5x befriedigend
1x ausreichend
2x mangelhaft

Ausgabe 12/2018

www.test.de

18AY19

SONNENBAD

Die schroffe
Steilküste
von Malta ist
nur eine der
Überraschungen,
die die Mittel-
meerinsel
für Johann Lafer
bereithielt.
Neugierig? Ab
Seite 14 erfahren
Sie mehr



Willkommen

in meiner Welt, liebe Leserinnen und Leser.
Es ist Frühling geworden da draußen! Und der Spargel ist wieder da – das ist eine Versuchung, der ich regelmäßig nicht widerstehen kann. Beim Spargel habe ich sehr an Sie gedacht und für Sie neue Rezepte entwickelt, mit denen Sie das Lieblingsgemüse der Deutschen in überraschender Gesellschaft auf dem Teller genießen können. Seien Sie gespannt! Außerdem feiern wir das Frühjahr auf ganz ästhetische Weise. Wir haben Bilder geschaffen, die sich kunstvoll um das Thema Erotik ranken: Aus klassischen kulinarischen Aphrodisiaka ist eine kleine charmante und geschmackvolle Galerie entstanden. Viel Spaß damit und mit den anderen Themen dieser Ausgabe wünsche ich Ihnen von Herzen und natürlich ein wunderbares Frühjahr.

Ihr

Johann Lafer

Genuss mit



Für Foodies.

Bestes **Wasser**
zu leckerem
Essen und
guten
Weinen.



**MACHEN SIE
DEN VERGLEICH!**

mineralienrechner.de

DAS WASSER MIT STERN.

Inhalt

AUF REISEN

14 **Malta – Insel der Genüsse**
Johann entdeckt
die Perle im Mittelmeer

116 **Johann ahoi!**
Eine Woche mit Freunden an
Bord der „Mein Schiff Herz“

KULINARIK & KULTUR

30 **Zeit zum Angrillen**
Die Accessoires zum Saisonstart

102 **Frühlings-Inspirationen**
Zum Hören, Sehen und Lesen

GENUSSWELT

32 **Variationen in Spargel**
Neue Rezepte für die Saison

46 **Scharfmacher**
Aphrodisiaka – Legende und Wahrheit

54 **Frisch aus dem Ofen**
Festliche Backrezepte von herzhafte bis
süß – nicht nur für den Osterbrunch

64 **Lafers kleine Kochschule**
Gratiniertes Lammkarree

78 **Endlich Rhabarber!**
Neue Meisterrezepte – nicht alle süß

90 **Hier kocht der Chef**
Johann Lafer besucht seine
Fond-Produktion

94 **Feine Kräuter**
Ein Spreewald-Treffen bei dem
Kräuterexperten Peter Franke

106 **Gesundheitsküche**
Johann Lafers Anti-Arthrose-Strategie
gibt es jetzt als Buch

14



116



54



32

Unsere
Titelthemen
haben wir farblich
gekennzeichnet



90





Geldermann

WAHRE SEKTKULTUR SEIT 1838

ZEIT FÜR GENUSS. SEIT 180 JAHREN.

Geldermann steht seit 1838 für deutsch-französische Handwerkskunst und wahre Sektkultur. Unsere erlesenen Cuvées reifen mindestens ein Jahr in traditioneller Flaschengärung und erhalten so ihren charaktervollen Geschmack.

Erfahren Sie mehr über wahren Sektgenuss auf www.geldermann.de



Inhalt

WARENKUNDE

- 76 **Brot**
Wissenswertes und Kurioses
- 88 **Rhabarber**
Alles über den Frühsommerboten

LAFER & FREUNDE

- 52 **Frühjahrsputz**
Yvonne Willicks schwört auf ihr System
- 66 **Brot vom Weltmeister**
Jochen Baier und seine Rezepte
- 130 **Festliches**
Gefeiert wurde in Hamburg und Wiesbaden
- 134 **Brennende Passion**
Ein Besuch in David Gölles' Whiskeydestille in der Südoststeiermark

NACH TISCH

- 133 **Gute (Tisch-)Manieren!**
Johann spricht Klartext
- 136 **Ein „Weizen“ zum Schluss**
Whiskey: Ruotker's 100% Wheat
- 138 **Kochen und Karate**
Johann Lafer trifft Jackie Chan

IN JEDEM HEFT

- 3 Editorial
- 8 Rezeptregister
- 10 Who is who
- 12 Küchenschatz
- 13 Impressum
- 137 Service/Vorschau

94



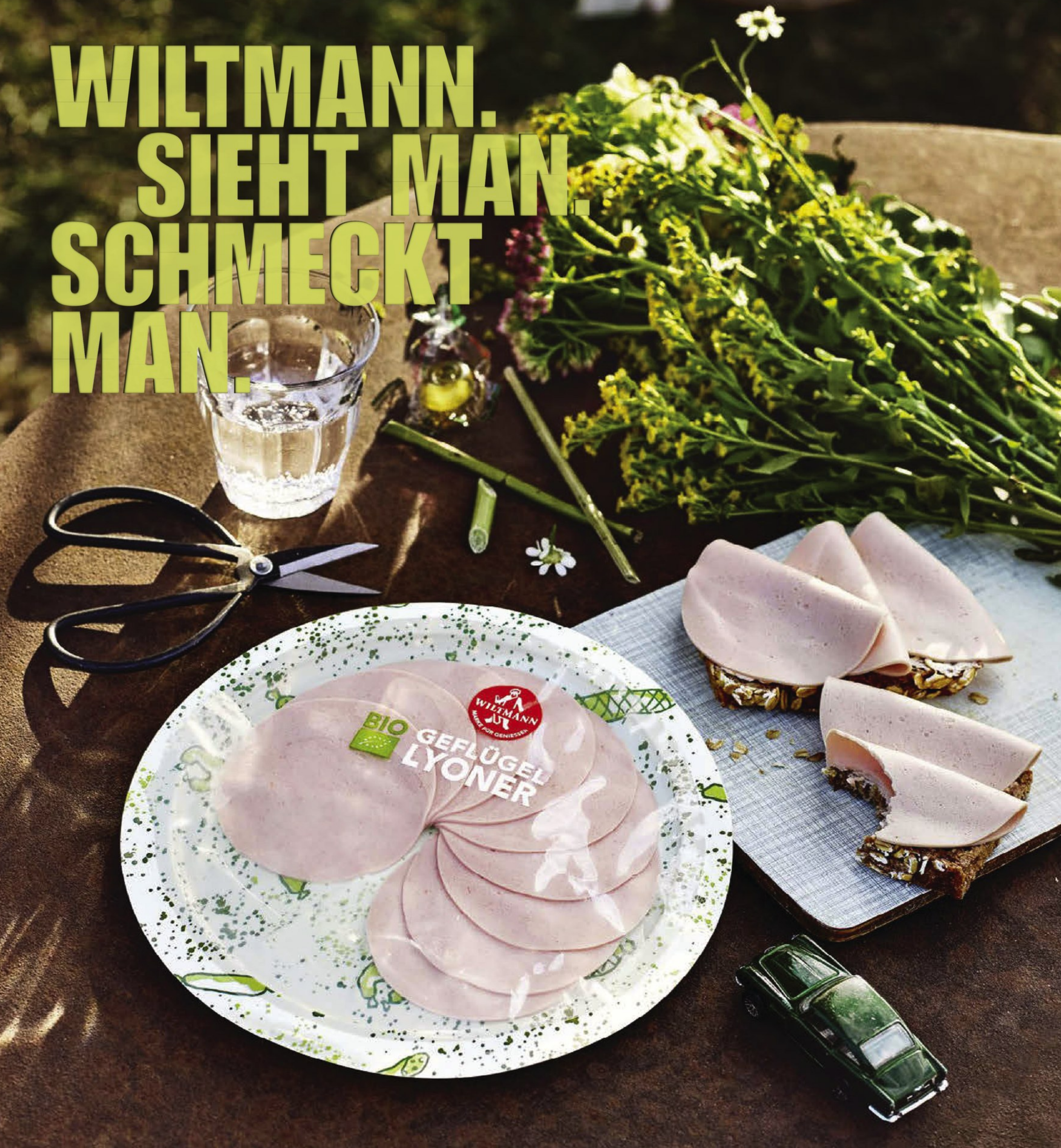
FOTOS: Fabienne Karmann, David Maupilé, Natalie Bothur, Marcel Uriaub,

46



wurde,
en aber
ernimmt

**WILTMANN.
SIEHT MAN.
SCHMECKT
MAN.**



Alle Rezepte in dieser Ausgabe

MALTA

- 25 Agnolotti mit Schneckenragout, Kürbis und Minzöl 1 1 0
- 26 Lampuki-Pie mit pikanter Salsa 1 1 0
- 27 Carabineros mit Guanciale und Tomaten-Aioli 1 0 0

SPARGEL

- 41 Spargel-Kartoffel-Puffer mit gebeiztem Lachs und Honig-Dill-Schmand 1 0 0
- 41 Spargel-Linguine à la carbonara 1 0 0
- 42 Seezungenröllchen auf Thaispargel-Spinat-Gemüse mit Apfel-Curry-Sauce 1 1 0
- 42 Spargelpizza 1 0 0
- 43 Spargel mit Muscheln à la bouillabaisse 1 0 0
- 43 Veganes Spargel-Erbsen-Curry mit gebratenem Tofu 1 0 0
- 44 Spargeltempura mit Zitronen-Basilikum-Aioli 1 1 0
- 44 Gebratener Spargel mit Passionsfrucht-Rum-Butter und Riesengarnelen 1 0 0

OSTERN

- 57 Herzhafter Hefezopf mit Bärlauch-Pesto-Füllung 1 1 0
- 57 Osternest-Muffins 1 1 0
- 58 Marmorierter Eierlikör-Gugelhupf mit Schoko-Mandel-Glasur 1 0 0
- 58 Plunderteigschnecken mit Pistaziencremefüllung 1 0 0
- 60 Profiteroles mit Brunnenkresse-Frischkäse-Füllung 1 1 0
- 61 Tartelettes au citron 1 1 0
- 61 Süße Rübli-Nuss-Schnitten mit Eierlikörcreme 1 1 0
- 62 Brioche-Brötchen mit Räucherlachs und Limetten-Crème-fraîche 1 0 0

LAFERS KOCHSCHULE

- 64 Lammkarree mit Kräuter-Knoblauch-Kruste 1 1 0

BROT

- 71 Bauernbrot 1 1 0
- 72 Genetztes Dinkelbrot 1 1 0
- 73 Seelen 1 1 0
- 74 Laugenbrezeln 1 1 0
- 75 Mürbe Hörnle 1 1 0

DREI SCHWIERIGKEITSGRADE

Ob Anfänger oder Könner – für jeden gibt es das richtige Rezept. Achten Sie auf diese Symbole:

LEICHT
1 0 0

MITTEL
1 1 0

ANSPRUCHSVOLL
1 1 1



110

RHABARBER

- 79 Rhabarber-Bete-Salat 1 0 0
- 80 Kalte Rhabarbersuppe 1 0 0
- 81 Lamm mit Rhabarber und Schälerbbsen 1 0 0
- 82 Rhabarbertarte mit Pistaziencreme und Rosmarinstreuseln 1 1 0
- 83 Tandoori-Hühnchen mit Rhabarber-Gurken-Couscous 1 0 0
- 84 Rhabarber-Pickles 1 0 0
- 85 Rhabarberpäckchen im Blätterteigmantel 1 0 0
- 86 Rhabarber-Cordial 1 0 0

GESUNDHEIT

- 108 Gemüsecurry mit Wildreis 1 0 0
- 111 Rucola mit Honigmelonen-Carpaccio und gegrilltem Tofu 1 0 0
- 112 Frühlingsfrisches Buchweizentaboulé 1 0 0
- 115 Gegrillte Zucchini mit Olivenpolenta 1 0 0

MEIN SCHIFF

- 125 Erbsen-Minz-Mousse, Spargel-Rote-Bete-Salat, Lammschinken und Meerrettich 1 1 0
- 126 Gegrilltes Thunfischsteak mit Jasminreis, asiatischem Kohl und Sesam 1 0 0
- 129 Lauwarme Schokoladentarte mit Mango und Kokoseis 1 0 0

WIR FEIERN SIE JUBELN!

1. TOPFSET LAFER

3. AEG KÜCHENMASCHINE

2. FRANKFURTER BRETT

Geschenke-Wochen

**40 Jahre musterhaus küchen Fachgeschäfte. 40 Jahre Fachhandels-
qualität zu fairen Preisen. Grund genug, mit Ihnen zu feiern!**

Und Sie erhalten die Geschenke*: ein hochwertiges Lafer-Topfset oder das Frankfurter Brett oder eine AEG Küchenmaschine. Sie haben die Wahl.

Schauen Sie vorbei und feiern Sie mit. Bei einem der über 600 musterhaus küchen Fachgeschäfte sind Sie in besten Küchenhänden. Und das seit nun 40 Jahren.

Alle Informationen unter www.musterhauskuechen.de/geschenke

* Beim Kauf einer neu geplanten Küche ab 10.000,- €. Nur in teilnehmenden Fachgeschäften.

AEG

FRANKFURTER BRETT®



**musterhaus
küchen**

FACHGESCHÄFT

Die Equipe für den guten Geschmack

Spring break! Diesmal: ein kräutersattes Brandenburg, Feinköstliches aus Nordrhein-Westfalen, Schwedens Sicht auf hiesige Usancen und die Antwort auf die Frage, wie man Gemüse inszeniert

FABIENNE KARMANN

Glitzernde, farbenfrohe Kleidung und Trachten von Frauen aus Marokko oder Portugal ziehen die Berliner Fotografin regelmäßig in sonnige Ferne. Zu Hause im brandenburgischen Schrebergarten tankt sie beim Gemüsepflanzen und Brombeermarmeladekochen auf. Dank Peter Franke, den sie für uns mit der Kamera begleitet hat, wird nun auch die Goldrute in den Wildkräutersalat gemischt: mehr Energie für neue Fotoabenteuer!

—> fabiennekarmann.de



CHRISTIAN PROTTE

Fotograf und Langzeitchronist seiner ostwestfälisch-lippischen Heimat, dessen Arbeiten sich häufig zwischen bildnerischer Romantik und wohlwollender Ironie bewegen, der, laut Selbstaussage „wahnsinnig kochfaul“, dafür mit Verve und Gusto den Erfindern von Stulle, Panino und Sandwich huldigt, da ihn – wen wundert's? – regelmäßig jegliches Sättigungsgefühl angesichts guten Brots verlässt.

—> protten.com



ANKE SADEMANN

Die gebürtige Freiburgerin und (trotz oder wegen eines französischen Intermezzos) Wahlberlinerin liebt an ihren kulinarischen Streifzügen den feinen Grat zwischen Tradition und Interpretation. Quer durch Europa oder nachbarschaftliche Gefilde – als „Green Travel“-Journalistin reist sie abseits der ausgetretenen Pfade, schärft den Blick für vermeintlich Bekanntes. Besondere Kennzeichen: hat immer Chiligrünkchen in Griffweite und köstliche Ziegenkäsevarianten im Kühlschrank.

—> ankesademann.com



KLAS FAHLÉN

Stunden seiner Kindheit hat unser Illustrator damit verbracht, zu kicken und Batman zu zeichnen. Als ihm klar wurde, dass er mindestens 1,88 groß und die Ausdauer eines Pferdes haben müsse, um wenigstens Fußballer zu werden (der Batman-Posten war vergeben), blieb's beim Zeichnen. Inspiriert von Pablo Picasso bis Stina Wirsen, pflegt er einen eleganten Strich – zauberhaft „retro“ und mit subtilem Humor.

—> klasfahlen.se



KATHARINA BRANDT

TV-gestählte – „Das perfekte Dinner“, „Die Küchenschlacht“ (Hobbyköchin des Jahres 2015), „MasterChef“ (Finalistin 2019) – und staatlich anerkannte Diätassistentin (damit begann alles), Eventköchin und brillante Foodstylistin, die Johann Lafers Rezeptkreationen (wir konnten sie diesmal für die „Spargeleien“ gewinnen) noch einmal so kreativ in Szene setzt.

—> katharinabrandt.de



FOTO: Dominik Fröls



LAMBERT

MÖBEL – TEXTIL – LICHT – ACCESSOIRES

BEI DIESEN HÄNDLERN FINDEN SIE DIE UMFANGREICHE LAMBERT-KOLLEKTION!

D 04109 LEIPZIG, HUBERT, 0341 2132112 · **04109 LEIPZIG**, INTERIEURTEAM, 0341 3191260 · **10623 BERLIN**, LAMBERT FLAGSHIPSTORE, 030 8813036 · **14199 BERLIN**, LIEBLINGSMOMENTE, 030 897775101 · **17459 ÜCKERITZ**, HUS & HOFF, 03837522013 · **18055 ROSTOCK**, KONTOR, 0381 4900415 · **21614 BUXTEHUDE**, HERMANN SCHÖNES LEBEN, 04161 512251 · **22589 GUDEWER**, DIE GARTENEINRICHTER, 040 871066 · **22767 HAMBURG**, WOHNART IM STILWERK, 040 52594321 · **20354 HAMBURG**, LAMBERT FLAGSHIPSTORE, 040 28809917 · **23669 TIMMENDORFER STRAND-NIENDORF**, LAMBERT STUDIO BRINKMANN, 04503 702880 · **23879 MÖLLN**, KRAMERDEEL, 04542 2630 · **25980 SYLT**, HOMESTORIES, 04651 9952776 · **25980 KEITUM**, TEEKONTOR KEITUM, 04651 8891194 · **25992 LIST**, KLEINKARIERT, 04651 4468117 · **26122 OLDENBURG**, INNENLEBEN LAMPE, 044126512 · **26789 LEER**, AQUA, 04912558 · **27283 VERDEN**, WOHNWERKSTATT, 04231 9567544 · **27721 RITTERHUDE**, FREIRAUM, 04292 1440 · **27726 WOPPSWEDE**, CASADI MOBILI, 047929445 · **30559 HANNOVER**, JÖHRENSHOF, 0511 56355999 · **30900 WEDEMARK**, HÖPERSHOF, 05130 8412 · **32312 LÜBBECKE**, SCHARRN 3, 05741 7303 · **33098 PADERBORN**, ABITARE, 05251 296322 · **33415 VERL**, BECKHOFF, 0524692600 · **33605 BIELEFELD**, LOHMEIER HOME INTERIORS, 0521 21015 · **35037 MARBURG**, KETZERBACH 12, 06421 66635 · **35685 DILLENBURG-MANDERBACH**, HOLZKRETZ, 02771 2671411 · **36433 BAD SALZUNGEN**, WOHNBAR, 03695 6393666 · **39104 MAGDEBURG**, THIES WOHNEN + LEBEN, 0391 5342426 · **40212 DÜSSELDORF**, LAMBERT FLAGSHIPSTORE, 0211 8620420 · **41751 MÖNCHENGLADBACH**, REUTER, 02161 3089226 · **44135 DORTMUND**, LAMBERT FLAGSHIPSTORE, 0231 99951381 · **44137 DORTMUND**, EINRICHTUNGSHAUS BÜKER, 0231 143031 · **44229 DORTMUND-KIRCHHÖRDE**, CORNER 378, 0231 94197871 · **45130 ESSEN**, STADTHAUS, 0201 5458965 · **45481 MÜLHEIM**, STILVOLL, 02841 8855344 · **46244 BOTTROP**, TIMMERHAUS, 02045 82385 · **46535 DINSLAKEN**, DECOBAR, 02064 603072 · **47447 MOERS**, DRIFTE WOHNFORM, 02841 6030 · **48143 MÜNSTER**, KÖSTERS WOHNKULTUR AM PRINZIPALMARKT, 0251 4142321 · **50672 KÖLN**, LAMBERT FLAGSHIPSTORE, 0221 2921650 · **51375 LEVERKUSEN**, HOME FASHION, 0214 73468448 · **53117 BONN**, DANIELS WOHNEN, 0228 9766007 · **53334 MECKENHEIM**, WILHELM LEY, 02225 99310 · **53604 BAD HONNEF**, EINRICHTUNGSHAUS WALKEMBACH, 02224 2471 · **59760 ARNSBERG**, VILLAWESCO, 02932 4767030 · **60314 FRANKFURT**, KONTRAST.MÖBEL.LEUCHTEN, 06994359551 · **61462 KÖNIGSTEIN**, KLAUTKE WOHNKULTUR, 06174 9980961 · **63456 HANAU-STEINHEIM**, MEISER – HOME OF LIVING, 06181 67340 · **65388 SCHLANGENBAD**, NEUMÜHLE ZAWOH, 06129 5119040 · **67434 NEUSTADT A.D. WEINSTRASSE**, HANDRICH LIVING, 06321 49980 · **69120 HEIDELBERG**, MC DÖRFLER KG, 09131 920260 · **92318 NEUMARKT OPF.**, DIE EINRICHTUNG, 09181 509980 · **94315 STRAUBING**, EINRICHTUNGSHAUS MELIOR, 09421 188879 · **97070 WÜRZBURG**, SCHWARZWELLER, 0931 42304 · **97421 SCHWEINFURT**, WOHNART IM RATHAUS, 09721 188013 · **97723 OBERTHULBA**, KONTRASTE KESSLER, 09736 1071 · **99084 ERFURT**, K2 WOHNKONZEPTE, 0361 7463074 · **A 4780 SCHÄRDING**, AUGUST WEYLAND, 0043 771235926 · **5741 NEUKIRCHEN**, ERWIN HÜTTL RAUMAUSSTATTUNG, 0043 65656250 · **6370 KITZBÜHEL**, KITZBÜHELER WERKSTÄTTEN, 0043 535664757 · **6370 KITZBÜHEL**, BÖHMS, 0043 6767878415 · **6833 WEILER**, WEILER MÖBEL, 0043 5523621150 · **8271 BAD WALTERSDORF**, HOTEL DER STEIRERHOF, 0043 33333211 · **CH 1279 BOGIS BOSSEY**, ADIRON-DACK SARL, 0041 223623188 · **3011 BERN**, MARIO BURKHARD INTERIEUR ET FLEUR, 0041 319180763 · **4144 ARLESHEIM**, MAXIMAL, 0041 617022270 · **4500 SOLOTHURN**, CASA, 0041 326231952 · **6003 LUZERN**, LAMBERT STUDIO LUZERN, 0041 412103747 · **6032 EMMEN**, DAVINCI INTERIORS DESIGN, 0041 412605151 · **6300 ZUG**, VARIANTIKUM, 0041 417102238 · **6314 UNTERÄGERI**, SZENARIO, 0041 417504004 · **7000 CHUR**, CASANOVAS, 0041 812521780 · **8142 UITIKON-WALDEGG**, IL SENSO, 0041 433219742 · **8280 KREUZLINGEN**, WOHNGEFÜHL, 0041 716723852 · **8702 ZOLLIKON**, LAMBERT FLAGSHIPSTORE, 0041 443914000 · **8965 BERIKON**, INSIDE, 0041 566330086 · **I 39011 LANA**, LEBENSRAUM HOME INTERIORS, 0039 0473550236 · **LAMBERT GMBH** · Konstantinstr. 303 · D-41238 Mönchengladbach, 02166 86830 · office@lambert-home.de · Weitere Lambert Fachhändler finden Sie auf unserer Webseite

WWW.LAMBERT-HOME.DE

Die Zange zur Stange

Johann Lafer ist passionierter Sammler. Regelmäßig bringt er Küchenhelfer, Kurioses und andere Zufallsfunde von unterwegs mit – und entdeckte ein Instrument aus der Tischkultur von vorgestern

Foto: OLIVER SCHWARZWALD



SPARGELZANGE

Dazu muss man wissen: Messerklingen werden noch nicht lange aus rostfreiem Stahl gefertigt. Davor neigten sie zu Rostansatz. Mit einer silbernen Spargelzange blieben die Messer verschont, und so kam es auch, dass Spargel an der feinen Tafel früher im ganzen Stück gegessen oder „geschlürft“ wurde. Die holzigen Enden dieses ehemaligen Luxusgemüses, das man ursprünglich nur grün genoss, ließen auch die Herrschaften von Welt einfach liegen.

JOHANN LAFER

Das Journal für den guten Geschmack

IMPRESSUM



Heft 01/2020 – Erstverkaufstag dieser Ausgabe ist der 25. März 2020

Das JOHANN LAFER Journal erscheint in der Jahreszeiten Verlag GmbH, Harvestehuder Weg 42, 20149 Hamburg.

ISSN 2567-7144. Telefon: +49 (0)40/27 17-0 (Zentrale), E-Mail: redaktion@lafer-journal.de

www.jalag.de

EDITOR-AT-LARGE:

Johann Lafer

HEAD OF EDITORIAL TEAM:

Dr. Thomas Garms

CHEFREDAKTEUR (V.I.S.D.P.):

Wolf-Christian Fink

CREATIVE DIRECTOR:

Tobias Zabell

LEITENDES OBJEKT-MANAGEMENT/CVD:

Anja Sibylla Weddig/Simone Wipperf

LEITENDER REDAKTIONS-MANAGER:

Bodo Drazba

FREIE AUTOREN UND MITARBEITER:

Karen Hartwig (Creative Consultant), Ursula Junger, Claudia Knye, Sylke Kruse, Miguel Montfort (Textchef), Anke Sademann, Gabriele Thal, Ann-Katrin Weiner (Artbuying), Yvonne Willicks

REALISATION & KONZEPT:

HOFFMANN UND CAMPE VERLAG GmbH

PUBLISHER:

Peter Rensmann

VERMARKTUNG:

Jahreszeiten Verlag GmbH,
Harvestehuder Weg 42,
20149 Hamburg, www.jalag.de

Tel. +49 (0)40/27 17-12 00

Fax +49 (0)40/27 17-43 43

ANZEIGENSTRUKTUR:

Darius Hohlbaum

Tel. +49 (0)40/27 17-24 32

VERTRIEB:

DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH,
Postfach 57 04 12, 22773 Hamburg
www.dpv-vertriebsservice.de

ABONNEMENTVERTRIEB UND ABONNENTENBETREUUNG:

DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH,
JOHANN LAFER Journal Kundenservice,
20080 Hamburg
Tel. +49 (0)40/21 03 13 71
Fax +49 (0)40/21 03 13 72
E-Mail: leserservice-jalag@dpv.de

Der **Jahresabonnementspreis** für 4 Ausgaben beträgt bei Versand innerhalb Deutschlands € 30,00 inkl. MwSt., für Österreich € 33,20, für die Schweiz CHF 49,60, bei Versand mit Normalpost ins übrige Ausland € 27,80 inkl. Versandkosten.

Studenten, Schüler und Auszubildende zahlen gegen entsprechenden Nachweis im Inland nur € 15,00.

Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlages oder infolge von Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche an den Verlag.



EIN UNTERNEHMEN DER GANSKE VERLAGSGRUPPE

WEITERE TITEL DES JAHRESZEITEN VERLAGS:

AW ARCHITEKTUR & WOHNEN,
DER FEINSCHMECKER, COUNTRY, FOODIE, MERIAN,
PRINZ, ROBB REPORT (DEUTSCHE AUSGABE),
WEIN GOURMET

Eine Ausgabe verpasst?

Einzelheftbestellungen gerne an sonderversand@jalag.de,
telefonisch bei unserem Info-Service unter
+49 (0)40/27 17-11 10, Fax +49 (0)40/27 17-11 20
Bitte Heftnummer und Erscheinungsjahr angeben.
Preis pro Heft: € 7,50 (inkl. MwSt.).
Versand D/A/CH: € 2,00 pro Sendung,
Versand in andere Länder:
Posttarif www.dhl.de
Zahlbar erst nach Rechnungserhalt.

EVENT-MARKETING:

Kenny Machaczek

GESAMTVERTRIEBSLEITUNG:

Jörg-Michael Westerkamp

LEITUNG ABONNEMENT VERTRIEB:

Christa Balcke

GESCHÄFTSFÜHRUNG:

Thomas Ganske, Sebastian Ganske,
Jörg Hausendorf, Peter Rensmann,
Helma Spieker

LITHO:

K+R Medien GmbH, Darmstadt

DRUCK:

Walstead Kraków Sp. z o. o.,
Obrońców Modlina 11,
30-733 Krakau, Polen



GALIONSFIGUR

Willkommene Abwechslung nach einer Kreuzfahrt mit über 77 000 Bruttoregistertonnen: ein Fischerboot im Hafen von Mgarr auf Gozo

**ALLE WEGE
FÜHREN ...**
*... in Valletta früher
oder später zum
Meer oder zu einer
Kirche (für jeden
Tag des Jahres hat,
so sagt man, der
Malteser eine). Hier:
Santa Luċija von
der Saint Paul's
Street aus gesehen*



Text:
MIGUEL MONTFORT

Fotos:
AXEL MARTENS

Perle im Mittelmeer

„Fior del mondo“ taufte die Insulaner die schroffe Schönheit, inzwischen kennt der Rest der Welt sie als „Hollywood des Mittelmeers“. Johann Lafer erlebt Malta als Schlaraffenland

Drei Flecken sonnengebleichtes Gelb auf Azurblau. Kalksteinformationen, die sich aus dem Meer erheben – drei schroffe Schönheiten: die Hauptinsel Malta (je nach Messung und Quelle 27 bis 28 Kilometer lang und 13 bis 15 Kilometer breit), Gozo (nur etwa ein Viertel so groß, und doch hat es Odysseus hier der Sage nach sieben Jahre ausgehalten) und Comino, knapp dreieinhalb Quadratkilometer groß. Wenn man es ganz genau nimmt, sind es sogar (und ganz offiziell) neun Inseln, von denen eine aus zwei gänzlich unbewohnten Felsen besteht, also fast zehn. Allemaal ein Archipel, irgendwo auf halbem Weg zwischen Europa und Afrika.

Eine Inselgruppe, die sich Johann Lafer schon immer einmal genauer ansehen wollte: „Es ist ein wenig merkwürdig – da kenne ich einige Länder in Asien wie meine Westentasche, aber auf Malta war ich noch nie! Ein EU-Staat, den ich nicht kenne. Und noch verrückter: eine europäische Küche, die ich noch nie probiert, geschweige denn gekocht habe. Eigentlich kaum zu glauben!“ Das heißt jetzt, strategisch vorzugehen und Boden wiedergutzumachen. Hauptquartier für ein paar Tage Expedition ins kulinarisch Unbekannte ist die frühere, zentral gelegene Hauptstadt Maltas, das atemberaubend schöne Mdina, einst *città notabile*, heute „die stille Stadt“. Von hier geht es zum *Diar il-Bniet*,



„Kann es sein, mein Herr, dass Sie gut kochen können?“

SHARON ZAMMIT
einigermaßen überraschte
Ehefrau von Carmel Zammit

MAN TRÄGT WIEDER FISCH
„Krawattenanprobe“ an Bord der
„Carmelo Padre“ im Hafen von
Marsaxlokk. Die Auswahl besorgte
Carmel Zammit



TOPFGUCKER

Ein erster Ausflug in die Welt der maltesischen Küche führt ins „Diar il-Bniet“, das „Haus der Mädchen“, heute ein Restaurant mit angeschlossenem Landgut und Hofladen – Autonomie pur



einem historischen Bauernhaus in Dingli, das zu einem Restaurant mit gastronomischem Showroom umfunktioniert wurde. Sämtliche Gerichte werden hier möglichst mit Produkten aus eigenem Anbau zubereitet. Brote, Kekse, Olivenöl, Honig, Käse – alles selbst gemacht. Vom Feld auf die Gabel! Und hier warten schon die ersten Klassiker auf Johann: maltesisches Brot und, darf nie fehlen, eingelegter, pfeffrig-würziger Käse (Gbejniet), eingelegte Tomaten, Oliven und Bohnenpaste (Bigilla), Artischockenravioli mit frischem Knoblauch und Minzbutter. „Herrlich!“, Johann ist ganz begeistert. „Ich könnte allein mit dem Brot, dem Käse und den Gemüsegerichten Wochen zubringen.“

Zwei Stunden später, mit reichlich Proviant bestückt und um einige Erfahrungen reicher, geht es weiter. Die nächste Etappe führt Johann zum Hafen des kleinen Fischerdorfs Marsaxlokk im Südosten der Insel. Als er dort ankommt, ist alles ver-dächtig ruhig, selbst die Boote scheinen in Zeitlupe

INSELDASEIN

Blick von Gozo (das ganz im Osten gelegene Dorf Qala im Rücken) über Comino und das im Westen vorgelagerte Inselchen Cominotto (dazwischen die Blaue Lagune) auf Malta



WEISSES GOLD

Salzbauer Emmanuel Cini mit einem Teil seiner kostbaren Ernte aus den Salinen („salt pans“) von Xwejni Bay



94 USEFUL BAZAAR 94

„Fantastisch!
Das ist Malta
im Herzen
und auf dem
Teller!“

JOHANN LAFER
über das Restaurant *Noni*



FRISCHER GEHT NICHT

*Republic Street, 10 Uhr morgens:
Jonathan „Noni“ Brincat, Patron und
Küchenchef des nach ihm benannten
Restaurants „Noni“, mit violetterm
Kohlrabi, der in den frühen Morgen-
stunden geerntet wurde*

auf den Wellen zu schaukeln: Siesta! „Kommt Leute, auf geht's, schlafen könnt ihr heute Nacht!“

Von Fragen und Fischen

Während Johann Lafer noch nach dem Fischer Ausschau hält, mit dem er hier verabredet ist, nähert sich eine Frau, die ihn auch gleich im schönsten maltesisch gefärbten Englisch anspricht: „Entschuldigen Sie, mein Herr, kann es sein, dass Sie gut kochen können?“ – „Ich glaube schon“, antwortet Johann und lacht. – „Sie kochen im Fernsehen!“ – „Und nicht nur da! Aber heute bin ich nicht zum Kochen hier, sondern mit Carmel Zammit verabredet.“ – „My god! Sie sind das? Wenn ich das gewusst hätte!“ Jetzt geht alles etwas drunter und drüber, Sharon alarmiert Carmel, eilt davon und kaum dass ihr fischender Ehemann von Bord seines Bootes gestiegen ist („Ich bin so häufig wie möglich auf dem Wasser, zu Hause werde ich landkrank“), steht sie mit einem Korb voller Fische bereit. „Leider ist heute kein *pixispad* (Schwertfisch) dabei“, bedauert Carmel. Dafür aber der Dauerbrenner der maltesischen Küche, die *lampuka* (Goldmakrele). Und sofort erklärt Sharon, wie der Fisch richtig zubereitet wird und schmecken muss. „Wunderbar, das probieren wir auf jeden Fall bei nächster Gelegenheit aus!“ – und schon ist Johann Lafer zur nächsten Spezialität unterwegs: Jetzt wird gebacken!

SANFTE RUHE
Marsovin, Mal-
tas älteste Wein-
kellerei, ist zu-
gleich auch die
größte. Dass sie
dort zudem noch
hervorragende
Weine keltern,
macht die Sache
perfekt und nicht
nur Malteser
sehr glücklich!



AUF REISEN MALTA

Pastizzi, Ftira & Co.

Was wäre Malta, was der Malteser ohne *pastizzi*? Nicht vorstellbar und deswegen eine Frage, die sich so niemals stellt. *Pastizzi* sind zum einen gefüllte Teigtaschen, zum anderen ein Eckpfeiler maltesischer Kultur. Und deshalb allgegenwärtig. Der Weg durchs wilde Snackistan führt zwangsläufig an unzähligen *pastizzeriji* vorbei, die alles, was in Kombination köstlich sein kann, in knusprigen Filoteig hüllen. Johann Lafer ist für eine Meisterklasse zu Besuch bei Marilù Vella, der Gründerin von *Pastizzi Gourmet* in Siggiewi. „Pastizzi isst man auf



GRUPPENBILD MIT BACKWAREN
Ftira heißt die gozitanische Pizzavariante, in die Johann Lafer gleich herzlich hineinbeißen wird



PASTIZZI!
Maltesischer Lieblingssnack
par excellence – und die
von Marilù Vella sind einfach
göttlich! Was der
Johann gerne bestätigt

The background is a dark, textured surface. It features several overlapping circles of varying shades of gray and black. A faint grid pattern is visible across the entire image, creating a sense of depth and complexity.

**WHAT IS
AVAXHOME?**

AVAXHOME-

the biggest Internet portal,
providing you various content:
brand new books, trending movies,
fresh magazines, hot games,
recent software, latest music releases.

Unlimited satisfaction one low price

Cheap constant access to piping hot media

Protect your downloadings from Big brother

Safer, than torrent-trackers

18 years of seamless operation and our users' satisfaction

All languages

Brand new content

One site



AVXLIVE • ICU

AvaxHome - Your End Place

We have everything for all of your needs. Just open <https://avxlive.icu>



KIRCHENSCHÄTZE

Saint John's Co-Cathedral: von außen fast schmucklos und streng, im Inneren eine fröhliche Orgie goldglänzenden Hochbarocks



SCHÄTZPREISE

Zehn Euro für einen Messinghai? Und noch mal so viel für das vertrauenserrückend „antike“ Bierseidel? Alles reine Verhandlungssache

HAFENQUARTIER

In der Kraft liegt die Ruhe: auf dem Dach der einstigen Festung Maçina in Sliema, heute zum Hotel Cugó Gran Maçina Grand Harbour umgebaut – ein damals wie heute architektonisches Juwel





**MDINA: ZWEI LÖWEN
UND EIN JAGUAR**
*Für die einen ist es ein
Stadttor von Königsmund
(„Game of Thrones“),
für diese beiden ist es der
perfekte Rahmen, um den
XK120 ein wenig zu bewegen*

Malta rund um die Uhr“, erklärt Marilù, während sie flink ein halbes Dutzend Teigtäschchen formt, dabei an drei brandneuen Füllungen feilt, dazwischen ein Blech in den Ofen schiebt und ein anderes („Achtung, sehr heiß!“) herauszieht – Ei, Ricotta, Spinat: ein Klassiker. Dann Rote Bete, Ziegenkäse, Thymian – fast noch besser! Genug gesnackt, jetzt wird geformt, gefaltet, gefüllt. Ein halbes Stündchen und ein paar die Konzentration befeuernde *pastizzi* später sieht es ganz danach aus, als hätte der Schüler den Bogen raus: „Well done, Johann!“

Offenbarungen

Inselhopping: Nach einem Abstecher zur winzigen *Mekren Bakery* in Nadur auf Gozo („Pizza heißt ab jetzt *ftira* – sa-gen-haft! Darf ich noch von den *qassatat* ...? Auch toll!“) und zu diversen ähnlich winzigen Geschäften in Fontana geht es mit der Fähre zurück nach Malta, zurück in die Hauptstadt Valletta. Ein kulinarischer Hotspot (und davon scheint es unzählige zu geben!) steht noch aus, Jonathan Brincats Restaurant *Noni*, das sich (Johanns Expeditionen haben Methode) in den Kellergewölben einer ehemaligen Bäckerei befindet. „Genuin maltesische Küche mit französischen Touch“ – was den neugierigen Gast hier erwartet, ist damit nicht einmal annähernd beschrieben. Etwa



DIE ALTE HAUPTSTADT

Mdina, die „città notabile“, in der Abendsonne. Heute leben etwa 240 Menschen in der mittelalterlichen Stadt, die in ihrer Ruhe und stillen Pracht aus der Zeit gefallen scheint

ein in der Tajine langsam gegarter Oktopus („perfekt, einfach perfekt!“), Pasta mit Calamaribolognese, pikante *nduja*, Salzzitronen. Dazu herrliche Weine von der Insel wie Antonin blanc und 1919 Gellewża von der ältesten Kellerei Maltas, Marsovin. Johann war natürlich selbst schon vor Ort ...

„Ich sag euch etwas: Wer Malta einmal besucht hat, der findet immer wieder dorthin zurück! Schon allein wegen der Küche!“ Ganz unter uns: Zwei Monate später war Johann Lafer wieder zu Besuch auf der Insel – diesmal mit der ganzen Familie! ♦

Malta: Reise zu den kulinarischen Wurzeln

Traditionelle, genuin maltesische Küche und kulinarische Moderne schließen sich nicht aus, ganz im Gegenteil! Eine neue Generation junger Gastronomen erkocht sich gerade eine sternenfunkelnde Zukunft



MITTEN IN MDINA

Trattoria AD 1530

Authentisch, originell, produktverliebt, freundliche Preise, noch freundlicherer Service – was will man mehr? Traumhafte Lage? Aber sicher doch! An einem kleinen lauschigen Platz, zwischen zwei Palazzi der *città notabile*, im Sommer unter Bäumen ... *casual dining*, wie wir es lieben.

—> xarapalace.com.mt



CAFÉKLASSIKER

Caffé Cordina

Berühmtestes und sicherlich schönsten Café in Valletta. Ein Besuch ist Pflicht!

—> caffecordina.com



AUF EIN GLAS UND MEHR

Trabuxu Bistro

Klarer Fall von „Lieblingsbeisl“ (passiert hier laufend!), mit *wine bar* um die Ecke.

—> trabuxu.com.mt



KULTURELL ERFRISCHEND

Muza Restaurant

Glücksfall: wunderschöner Museumsbau, feine Sammlung, inspirierte Küche.

—> muzarestaurant.com.mt



BODENSCHÄTZE

Vincent's Eco Estate

Ein liebevoll hippiesker, perfekt funktionierender Bio-Bauernhof. Erstklassige (auch verarbeitete) Produkte, dazu Tastings, Foodtrucks, regelmäßige Workshops und ein Besucherprogramm für die ganze Familie.

—> vincentcoestate.com



AN DER MARINA

Hammett's Maçina

Ein trutziges, fast ein halbes Jahrtausend altes Bollwerk, der Blick über den Hafen und die befestigte Stadt, auf dem Teller mediterrane Leichtigkeit, aromatische Tiefe: Punktlandung!

—> hammettsmacina.com



FÜR SCHOKOHOLICS

Sunday in Scotland

Die Oase für einen der knapp 60 Tage im Jahr, wenn auf Malta mal nicht die Sonne scheint: *hot chocolate*, verführerische Pralinen, köstliche Törtchen und Malteser Falken – ganz aus Schokolade! Erfunden wurde das liebenswerte Konzept von den Chocolatiers Amer Wahoud und Gordon Campbell Gray, angeblich während eines Regenspaziergangs im kühlen Schottland. Die Schokoladen werden jedoch nach geheimen Rezepten ausschließlich auf Malta hergestellt – Ehrensache!

—> sundayinscotland.com

A woman with long blonde hair, wearing a colorful floral dress and sunglasses on her head, is standing on a wooden balcony. She is using blue-handled pruning shears to trim a plant in a vertical garden system. The system consists of several grey plastic modules stacked vertically, each containing different plants like tomatoes, basil, and various flowers. The balcony has a wooden railing and a wooden roof structure. The background shows a residential building with a tiled roof.

Der Garten ist überall da, wo Du bist!

Mit dem vertikalen Stecksystem NatureUp! hast Du Deine Kräuter, Blumen oder frisches Gemüse stets Griffbereit. Lebe jetzt mit den city gardening Produkten von GARDENA Deine Gartenleidenschaft auch auf kleinsten Flächen aus.



gardena.com

Malta – ganz authentisch

Ein origineller Mix verschiedenster Einflüsse:
italienische und spanische Küche, französische Elemente,
ein Hauch *british cooking*, eine Prise Nordafrika
– und immer Malta!

Fotos:
AXEL MARTENS



Agnolotti mit Schneckenragout, Kürbis und Minzöl

1 Honig und Ricotta mischen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einen Spritzbeutel geben.

2 Pastateig in der Nudelmaschine möglichst dünn zu einer langen Bahn ausrollen. Hälfte des ausgerollten Teigs auslegen und die Ricottamasse in kleinen Häufchen im Abstand von etwa 5 cm darauf verteilen. Teig mit dem Eigelb bestreichen und die zweite Hälfte der Teigbahn darauflegen, dabei Zwischenräume gut andrücken. 20 Agnolotti mit einem Teigrädchen ausschneiden. Beisitestellen.

FÜR 4 PORTIONEN

11 TL Blütenhonig,
200 g Ricotta (durch ein Sieb gestrichen),
200 g Pastateig (mit Ei),
1 Bio-Eigelb (verquirlt),
2 EL Olivenöl,
1 Schalotte (fein gehackt),
1 Knoblauchzehe (geschält, zerdrückt),
1 EL fein gehackte Karotte,
1 Zweig Thymian,
100 g Schnecken (gekocht, ohne Haus),
1 EL fein gehackte glatte Petersilie,
100 g Kürbis (Butternut, im Ofen geröstet und püriert),
nach Belieben Minzblätter (fein geschnitten) oder -pesto

ZUBEREITUNGSZEIT

35 Minuten (+ 50 Minuten Kürbis)

SCHWIERIGKEIT



3 In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Schalotte, Knoblauch, Karotte und Thymian sanft anschwitzen, Schnecken dazugeben und weitere 5 Minuten garen. Mit Petersilie bestreuen und nach Belieben salzen und pfeffern.

4 In einem mittleren Topf Wasser zum Kochen bringen, salzen und die Agnolotti 5 Minuten darin garen.

5 Kürbispüree auf die Teller verteilen, Agnolotti und Ragout daraufgeben, nach Belieben mit Minze (fein geschnittene Blätter oder Pesto) anrichten.

Lampuki-Pie mit pikanter Salsa

1 Fisch salzen und pfeffern, im auf 170 °C vorgeheizten Ofen in einer Auflaufform in Alufolie eingewickelt ca. 18 bis 20 Minuten garen.

2 Inzwischen Öl in einer mittleren Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch sanft anschwitzen. Währenddessen die (Süß-)Kartoffeln in einem Topf in kochendem Wasser in ca. 5 Minuten garen, abgießen und unter Zwiebel und Knoblauch in der Pfanne mischen.

3 Fisch aus dem Ofen nehmen, Fleisch von den Gräten und der Haut lösen, Oliven und Kräuter in die Pfanne geben. Gründlich mischen und diese Füllung dann im Kühlschrank kalt stellen.

FÜR 4 PORTIONEN

*1 Goldmakrele (küchenfertig, ca. 500 g),
2 EL Olivenöl,
2 EL fein gehackte Zwiebel,
1 Knoblauchzehe (fein gehackt),
100 g Süßkartoffel (geschält, gewürfelt),
100 g Kartoffel (geschält, gewürfelt),
50 g Kalamata-Oliven (gehackt),
je 1 EL gehackte Petersilie,
Minze und Schnittlauch,
300 g Blätterteig (TK),
1 Bio-Eigelb (mit etwas Milch verquirlt),
200 g (Tomaten-Chili-Basilikum-Salsa)*

ZUBEREITUNGSZEIT

*45 Minuten + etwa 25 Minuten Ruhezeit
+ 30 Minuten Backzeit*

SCHWIERIGKEIT



4 Blätterteig gegebenenfalls 3 mm dick ausrollen, damit eine mit Olivenöl eingefettete Tarteform (Ø 18 cm) so auslegen, dass der Teig 1 cm über den Rand der Form hängt. Mit der erkalteten Fischmischung füllen. Den Rand des Pies mit dem verquirlten Ei bepinseln und mit einem Teigdeckel verschließen. In die Mitte des Deckels eine kleine Öffnung schneiden, damit später der Dampf entweichen kann. Deckel ebenfalls mit dem verquirlten Ei bepinseln.

5 Pie im Ofen bei 180 °C auf mittlerer Schiene in etwa 30 Minuten goldbraun backen.

6 Herausnehmen, in vier Stücke teilen und mit pikanter Tomatensalsa servieren.





Carabineros mit Guanciale und Tomaten-Aioli

1 Garnelenschwänze vom Kopf abdrehen, den Darm entfernen, gut auswaschen, abtrocknen und kühl stellen. Die Köpfe in einem Haarsieb ausdrücken, dabei Flüssigkeit auffangen. Zu der Flüssigkeit etwas Salz, Saft und geriebene Schale der Limette und Dill geben. Olivenöl dazugeben und aufschlagen.

2 Garnelen zusammen mit der Marinade in einen Folienbeutel geben. Vakuumieren, den Beutel in eine flache Schale geben und mit einem Brett (eventuell noch mit Milchkartons) beschweren. 10 Minuten beiseitestellen.

FÜR 4 PORTIONEN

12 Carabineros
(rote Riesengarnelen),
Fleur de Sel,
1 Bio-Limette (Saft und Schale),
1 TL fein gehackter Dill,
50 ml Olivenöl,
12 möglichst dünne Scheiben
Guanciale,
1 EL Olivenöl,
1 Fenchelknolle (gehobelt),
30 ml mit Orange aromatisiertes
Olivenöl,
50 g Tomaten-Aioli

ZUBEREITUNGSZEIT

35 Minuten

SCHWIERIGKEIT



3 Inzwischen in einer Pfanne Olivenöl erhitzen und bei maximal mittlerer Hitze Guanciale knusprig braten.

4 Carabineros aus dem Vakuumbeutel nehmen, vorsichtig abtupfen. Gehobelten Fenchel salzen und mit dem aromatisierten Olivenöl beträufeln, auf Teller verteilen, je drei Carabineros darauf platzieren und mit dem knusprigen Guanciale und etwas Tomaten-Aioli servieren.

LÖFFELWEISE FREUDE
Schweizer Schokolade von
ihrer niedlichen Seite: Die gol-
digen Hasen bringen ihre
Geschenkverpackung gleich mit.

Bezug über:
—> lindt.de



Endlich ist Frühling!

Tschüss, fahler Winterhimmel, wir
blinzeln jetzt in die ersten Sonnen-
strahlen und bringen wieder
Frische und Farbe in unser Leben



Die hat richtig was auf der Pfanne!

Aus 43 Getränkedosen ist die b.green von
Berndes gefertigt. Für diese nachhaltige Linie des
Spezialisten für Kochgeschirr aus Aluguss kommt
nur lebensmittelechtes, recyceltes Aluminium
zum Einsatz. So verbraucht die Herstellung einer
Pfanne nur noch fünf Prozent des Energieaufwands
bei konventionellen Produkten.

Bezug über:
—> berndes.com



Schön unter Verschluss

Wo sind bloß wieder
meine Schlüssel? Ab
jetzt immer in der
handgefertigten Bowl
aus massiver Eiche
– mit Deckel im
Signalton Flamingo
oder Koralle!

Bezug über:
—> schoenbuch.de

Lassen Sie sich den
Frühling bringen:
Woche für Woche einen
fröhlich-bunten Strauß!

Pflückfrisch ohne Umwege vom Feld nach
Hause liefert Bloomon Blumen frei Haus.
Die Idee für den unkomplizierten
Service hatten drei junge Männer:
Statt der üblichen kunstvollen Bouquets reicht
Ihnen der Postbote je nach Saison einen Strauß
Natur, den Sie nach Herzenslust arrangieren
können. Man wählt zwischen drei Größen,
legt Lieferrhythmus und -zeit fest. Sie sind im
Urlaub oder wollen Ihr Abo mal aussetzen?
Einfach auf der Website ändern oder stornieren.

Bezug über:
—> bloomon.de



Geschenk für Leser
Bei der ersten Bestellung gibt's eine
Glasvase gratis! Einfach „lafer“ beim
letzten Schritt eingeben





Ins Kraut geschossen

Johanns K.Gin, das sind Wacholder und elf temperamentvolle *Botanicals*, darunter Veilchen, Salbei, Bohnenkraut, Zitronen- und Orangenthymian, Aztekisches Süßkraut sowie Urwaldpfeffer aus Vietnam, alles gelagert im Rieslingfass – ein perfekter *sipping* Gin!

Bezug zum Beispiel über:
—> lantenhammer.de

Mit Bienenwachs und Kokosöl beschichtete Baumwolle hält von der Stulle bis zur Zwiebel alles frisch. Das Beste: Die Bio-Tücher von Toff & Zürpel sind wiederverwendbar.

Bezug zum Beispiel über:
—> gustavia-shop.de

Die haben Frische am Wickel



Rosa Zeiten für Genießer

Den sanften Farbverlauf einer Muschel ahmt der neue Ton „Shell Pink“ von Le Creuset nach. Vom Bräter über Küchenhelfer bis zu Geschirr schwelgt alles in der freundlichen Farbe und schenkt dem wintermüden Tisch eine Frühjahrskur.

Bezug über:
—> lecreuset.de

Stapelweise Design

Eine Hommage ans Bauhaus ist das Teeset Tongue von Designerin Bethan Laura Wood. Dafür gab's den German Design Award.

Bezug über:
—> rosenthal.de



Gruß aus Fern-Ostern

Nicht nur zu unserem Frühjahrsfest hält die Aluminiumfigur die hübsche Stellung: Dank asiatisch anmutender Ornamente ist Louise das ganze Jahr über ein alter Hase in Sachen Dekoration.

Bezug über:
—> lambert-home.de

Alle neue!

Meine, deine? Verwechslung ist ausgeschlossen bei den kegelförmigen Thermosflaschen von Lund London, denn jede hat eine andere Farbkombination. Für Kaltes und Heißes, aus recyceltem Stahl, 500 und 750 Milliliter.

Bezug zum Beispiel über:
—> oschaetzchen.de



Moderne Zeiten

Die Temperatur des Grillguts aus der Ferne kontrollieren – kein Problem mit dem Thermometer von Kingstone, welches sich via Bluetooth mit dem Smartphone koppeln lässt.

Bezug über
→ bauhaus.info



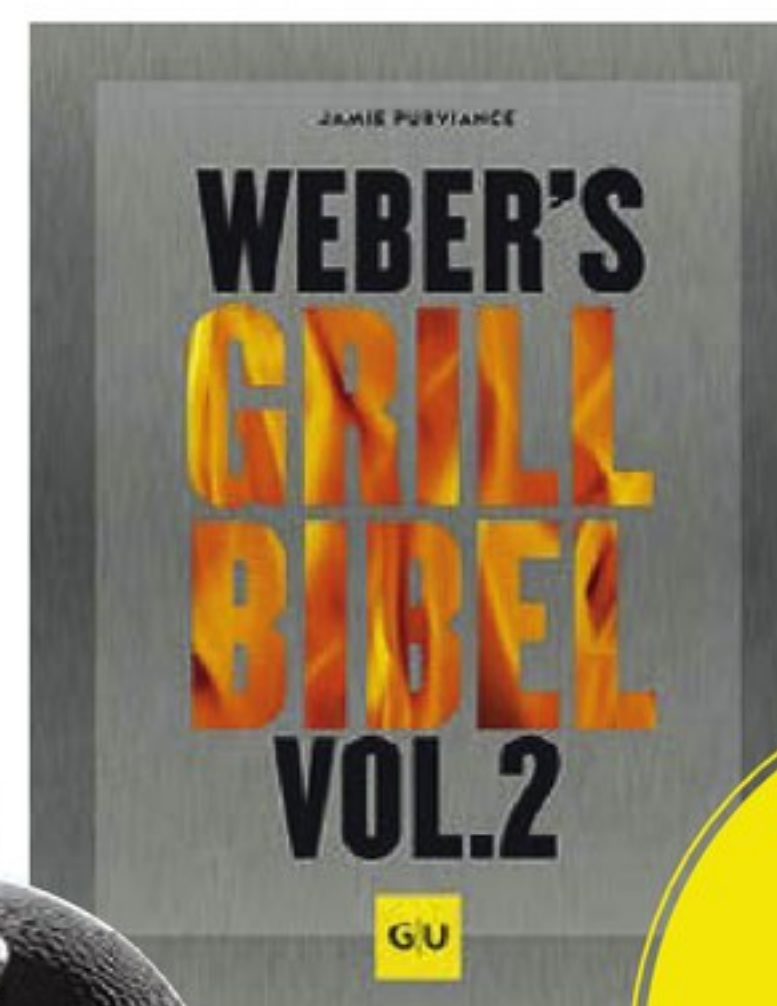
SCHÖNER ESSEN
Praktischer Maiskolbenhalter in tierischem Gewand – saubere Hände garantiert.

Bezug über
→ donkey-products.com



Meisterlich

Für alle, die das Kochen am offenen Feuer lieben – auf 360 Seiten liefert Grillguru Jamie Purviance lehrreiche Tipps und Tricks sowie mehr als 120 Rezepte.



IM NÄCHSTEN HEFT:
Die besten Grillrezepte für Fleisch, Fisch und Gemüse

Einer für alles

Ob grillen, backen, kochen, garen oder räuchern – der Kamado-Keramikgrill erledigt all diese Aufgaben mit Leichtigkeit.

Bezug über
→ bauhaus.info



Grillzeit

Mit diesen Zutaten macht der Start in die Outdoor-saison gleich doppelt so viel Spaß!



Immer griffbereit

Der aufklappbare Grillkoffer in leuchtendem Orange ist der ideale Begleiter für eine BBQ-Session am Strand oder im Park.

Bezug über
→ manufactum.de



Wortgewand

Ein optimales Gastgeschenk – schmeichelnder kann eine Grillzange für echte BBQ-Fans gar nicht sein.

Bezug über
→ donkey-products.com

Gar nicht spießig

Die rostfreien Edelstahlstäbe mit tierischem Messingkopf sorgen für einen dekorativen Auftritt.

Bezug über
→ manufactum.de



Bezug über
→ lecreuset.de

Für die richtige Würze
Farbenprächtig leuchten Mörser und Pfeffermühle um die Wette

Gut geschürzt

Die robuste Büffelleder-Schürze mit aufgesetzten Taschen bietet reichlich Platz für Grillutensilien.

Bezug über
→ petromax.de



IM KOMBIPACK

Rauchfreies und schnelles Anzünden mit Höfats' BBQ-Starter.

Bezug zum Beispiel über
→ connox.de





www.bauhaus.info

Wenn's gut werden muss.

**Bereit für die
Grillsaison.**



 **Exklusiv im BAUHAUS**



Über 800 °C

79,-

Gasgrill 'Power Burner'

Hauptgrillfläche 25 x 17,5 cm,
keramischer Brenner erzeugt
besonders hohe Temperaturen,
zaubert zart-saftiges Grillgut mit
knuspriger Kruste, extrem kurze
Garzeit, mit einer Piezo-Zündung
ausgestattet, schafft Temperaturen
über 800 °C

26786306





Des Spargels neue Freunde

Nichts geht über Spargel mit Schinken! Oder doch?
Probieren Sie mal Johannis geniale Kombinationen aus.
Wetten, Sie kommen auf den Geschmack?

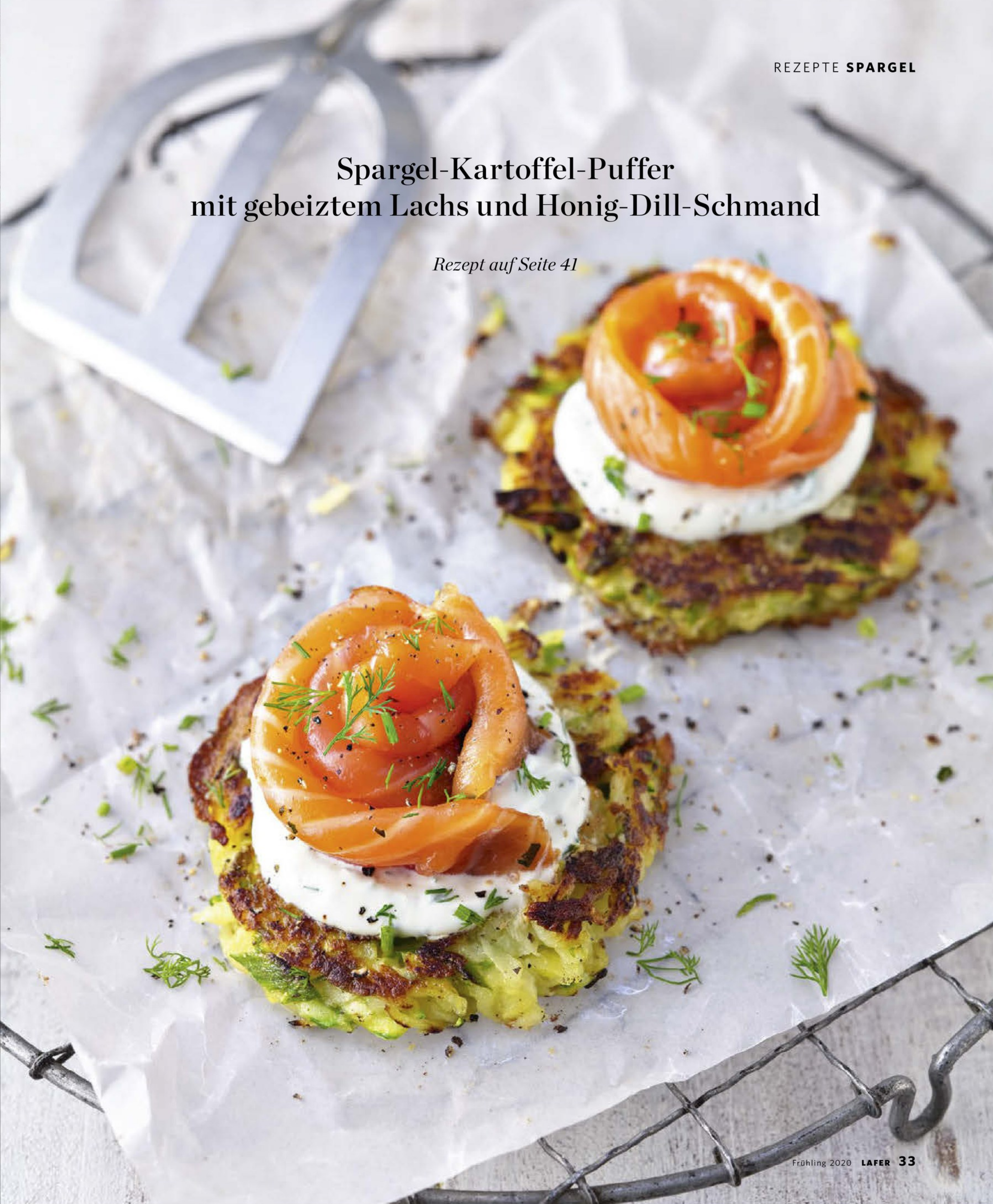
Aufmachermotiv:
PETER HÖNNEMANN

Fotos:
OLIVER BRACHAT

Foodstyling:
KATHARINA BRANDT

Spargel-Kartoffel-Puffer mit gebeiztem Lachs und Honig-Dill-Schmand

Rezept auf Seite 41



Spargel-Linguine à la carbonara



Rezept auf Seite 41

Seezungenröllchen auf Thaispargel-Spinat-Gemüse mit Apfel-Curry-Sauce



Rezept auf Seite 42

Spargelpizza



Rezept auf Seite 42

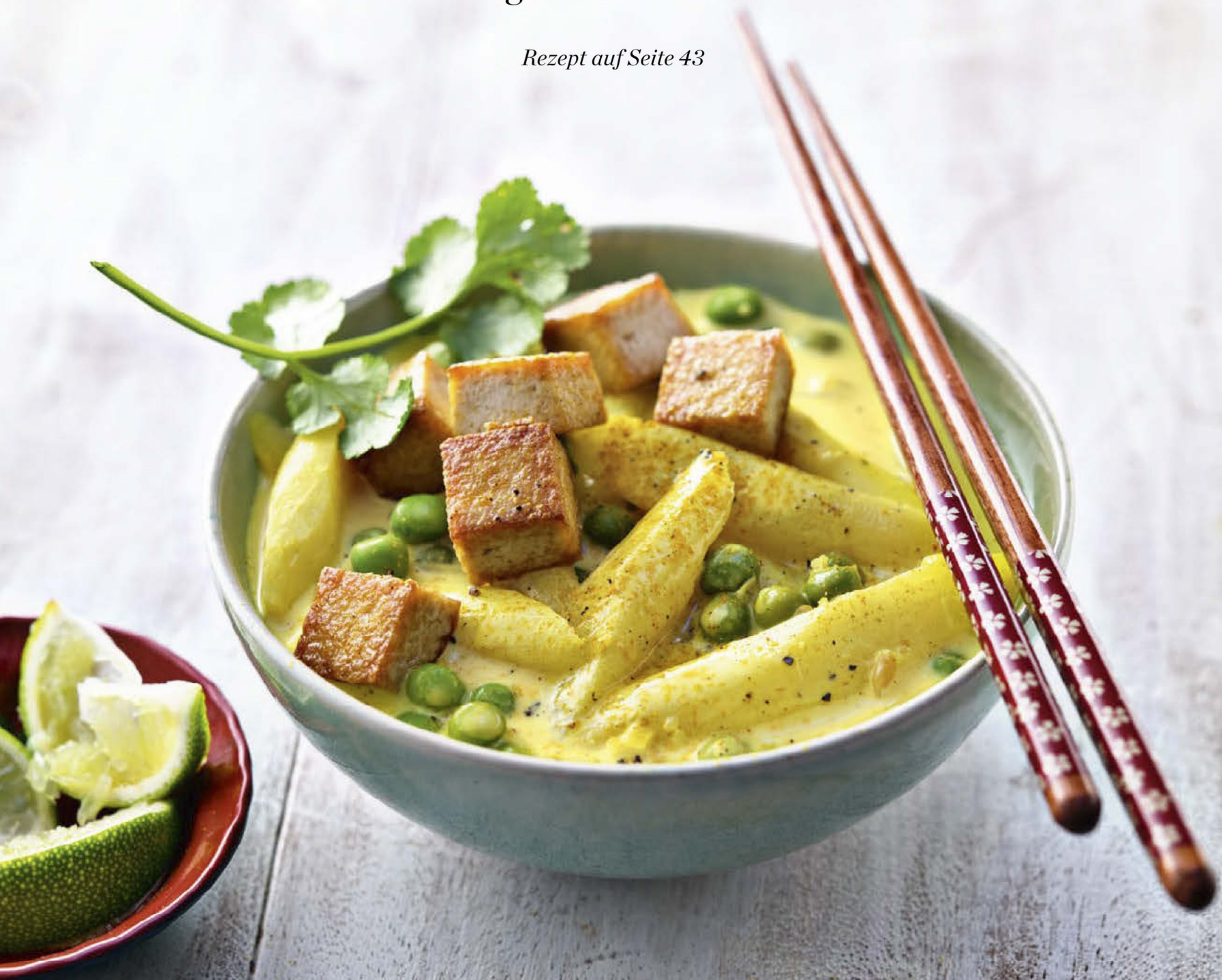
Spargel mit Muscheln à la bouillabaisse



Rezept auf Seite 43

Veganes Spargel-Erbсен-Curry mit gebratenem Tofu

Rezept auf Seite 43



Spargeltempura mit Zitronen-Basilikum-Aioli



Rezept auf Seite 44

Gebratener Spargel mit Passionsfrucht- Rum-Butter und Riesengarnelen

Exklusiv:
Johanns
Spargelrezept
VOM TITEL!



Rezept auf Seite 44



Spargel-Kartoffel-Puffer mit gebeiztem Lachs und Honig-Dill-Schmand

FÜR 12 PORTIONEN

6 dicke weiße
Spargelstangen,
2 große, vorwiegend
festkochende
Kartoffeln (300 g),
6 grüne Spargelstangen,
2 ½ EL Kartoffelstärke,
2 Bio-Eigelb,
Salz, Pfeffer,
1 Bund Dill,
175 g Schmand,
3 TL flüssiger Honig,
Cayennepfeffer,
Saft von
½ Bio-Limette,
75 g Butterschmalz,
300 g gebeizter Lachs in
dünnen Scheiben,
Dill (zum Garnieren)

ZUBEREITUNGSZEIT

45 Minuten

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

- 1 Weißen Spargel und Kartoffeln schälen, grob raspeln. Grünen Spargel waschen, ebenfalls grob raspeln. Alles mit Stärke und Eigelb mischen, kräftig salzen und pfeffern.
- 2 Dill abzapfen, fein hacken, mit Schmand und Honig glattrühren. Crème mit Salz, Cayennepfeffer und Limettensaft abschmecken.
- 3 In einer beschichteten Pfanne Spargel-Kartoffel-Mix in heißem Butterschmalz portionsweise (12 Puffer) goldbraun ausbacken.
- 4 Lachsscheiben auf den Puffern verteilen, je einen Löffel Crème auf jede Portion geben, nach Belieben mit Dill bestreuen. Sofort servieren.

Spargel-Linguine à la carbonara

FÜR 4 PORTIONEN

600 g grüner Spargel,
150 g Frühstücksspeck
(in dünnen Scheiben),
250 ml Sahne,
200 ml kräftige
Fleischbrühe,
Salz, weißer Pfeffer aus
der Mühle, Muskat,
75 g frisch geriebener
Parmesan,
3 Bio-Eigelb,
250 g Linguine,
80 g Butter

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

- 1 Ofen auf 200 °C vorheizen, Spargel putzen, holzige Enden entfernen. Stangen der Länge nach mit einem Gemüsehobel oder Sparschäler zu Streifen verarbeiten.
- 2 Speckscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im heißen Ofen goldbraun und knusprig rösten (10 Minuten).
- 3 In einem Topf Sahne und Brühe bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Umrühren etwa 10 Minuten leise einkochen lassen, mit Salz, Pfeffer, Muskat abschmecken, vom Herd nehmen, dann Parmesan, danach Eigelb unterrühren. Sauce unter Rühren nochmals auf dem Herd solange erwärmen (nicht kochen!), bis sie eine sämige Bindung erreicht. Warm halten.
- 4 Pasta in kochendem Salzwasser bissfest garen. Inzwischen Spargelstreifen in zerlassener Butter in einer großen Pfanne anschwitzen. Nach etwa 2 Minuten, wenn das Gemüse gar ist, Pasta abschütten, mit 2-3 EL Nudelwasser und etwa einem Drittel der Sauce unter die Spargelstreifen mischen. Mit Salz, Pfeffer würzen. Restliche Sauce, dann Spargel-Linguine auf Teller verteilen, Speck grob zerbröseln und über die Pasta streuen.





Seezungenröllchen auf Thaispargel-Spinat-Gemüse

FÜR 4 PORTIONEN

500 g Thaispargel,
1 kleine rote Chilischote,
20 g Ingwer,
3 EL Olivenöl,
500 ml Apfelsaft,
2 TL scharfes
Currypulver,
1 TL Stärke (in etwas
kaltem Wasser
verrührt),
100 g kalte Butter,
Saft von ½ Bio-Limette,
12 Seezungenfilets
(à 40 g),
2 Schalotten
(fein gewürfelt),
1 Knoblauchzehe
(in feinen Scheiben),
Salz, Pfeffer, Muskat,
150 g Spinatsalat,
Saft von 1 Bio-Zitrone

ZUBEREITUNGSZEIT

1 Stunde

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

1 Thaispargel putzen, quer halbieren. Spinat waschen und trocken schleudern. Chilischote der Länge nach halbieren und entkernen, Ingwer schälen, beides in feine Streifen schneiden.

2 Chili und Ingwer in 1 EL heißem Öl anschwitzen, mit Curry bestreuen und mit Apfelsaft ablöschen. Auf 200 ml einkochen, mit Stärke leicht binden, vom Herd nehmen, stückchenweise Butter unterrühren, mit Salz und Limettensaft abschmecken und warm halten.

3 Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen, aufrollen, mit einem Spieß feststecken und in einen gebutterten Dämpfeinsatz geben, diesen auf einen Topf mit leicht köchelndem Wasser setzen und zugedeckt etwa 10 Minuten dämpfen.

4 Schalotten, Knoblauch und Thaispargel in 2 EL Olivenöl 2 Minuten anbraten. Spinat hinzufügen, zusammenfallen lassen. Sauce vom Herd nehmen, Gemüse mit Salz, Pfeffer, Muskat würzig abschmecken und auf Teller verteilen. Je 3 Seezungenröllchen pro Portion auf dem Gemüse anrichten, Sauce darüber verteilen.

Spargelpizza

FÜR 4 STÜCK

20 g Hefe,
400 g Weizenmehl,
1 TL Salz,
2 Schalotten,
2 Knoblauchzehen,
2 EL Olivenöl,
1 EL Tomatenmark,
200 g Dosentomaten
(in Stücken),
2 TL Honig,
2 TL getrockneter
Oregano, Salz, Pfeffer,
8 Stangen
grüner Spargel,
8 Stangen
weißer Spargel,
10 Kirschtomaten,
300 g Mozzarella,
4 EL Olivenöl,
150 g Parmaschinken
(in dünnen Scheiben)

ZUBEREITUNGSZEIT

ca. 45 Minuten

+ ca. 30 Minuten

Zeit zum Gehen

+ ca. 15 Minuten

Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Hefe in 250 ml lauwarmes Wasser bröckeln, darin auflösen. Mehl und Salz dazugeben und zu einem glatten, geschmeidigen Teig kneten. In vier gleich große Stücke teilen, jedes zu einer Kugel formen und zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten aufgehen lassen.

2 Inzwischen Schalotten und Knoblauch fein würfeln und in heißem Olivenöl anschwitzen. Tomatenmark, Tomaten, Honig und Oregano zufügen, köcheln lassen, salzen und pfeffern. Sauce abkühlen lassen.

3 Grünen Spargel putzen, weißen schälen, holziges Ende entfernen. Spargelstangen schräg in dünne Scheiben schneiden. Kirschtomaten halbieren, Mozzarella in Scheiben schneiden.

4 Ofen auf 250 °C vorheizen. Teigkugeln auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu runden, flachen Fladen ausrollen. Auf zwei mit Backpapier belegte Backbleche legen. Teigfladen mit der Tomatensauce bestreichen, dann mit Mozzarella belegen. Spargelscheiben und Tomatenhälften darauf verteilen, Olivenöl darüberträufeln und im heißen Ofen 12-14 Minuten backen.

5 Parmaschinken in Stücke teilen, auf die heiße Pizza legen und sofort servieren.





Spargel mit Muscheln à la bouillabaisse

FÜR 4 PORTIONEN

1,5 kg Miesmuscheln
und/oder
Venusmuscheln,
150 g Kirschtomaten,
2 Schalotten,
2 Knoblauchzehen,
8 EL Olivenöl,
100 ml Weißwein,
400 ml Fischfond,
1 TL Safranfäden,
2 TL Tomatenmark,
3 EL frisch
gehackter Dill,
Salz, Cayennepfeffer,
2 EL Pernod,
Saft von ½ Orange,
800 g dünne weiße
Spargelstangen,
600 g dünne grüne
Spargelstangen,
8 Jakobsmuscheln
(küchenfertig),
Zucker, weißer Pfeffer
aus der Mühle

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten

+ 15 Minuten Garzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Muscheln gründlich säubern, geöffnete Schalen aussortieren. Tomaten waschen und halbieren. Schalotten und Knoblauch schälen, in dünne Scheiben schneiden und in einem breiten Topf in 1 EL heißem Öl anschwitzen. Muscheln zugeben, kurz andünsten, mit Wein ablöschen. Fischfond angießen, Safran, Tomatenmark und Kirschtomaten zufügen, zugedeckt etwa 8 Minuten garen. Danach die noch geschlossenen Muscheln aussortieren. 4 EL Olivenöl nach und nach unterrühren, Dill untermischen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Pernod und Orangensaft abschmecken. Warm halten.

2 Spargel schälen, holzige Enden entfernen. Spargelstangen in kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten garen, aus dem Wasser nehmen, gut abtropfen lassen, mit den Jakobsmuscheln in einer großen Pfanne in 3 EL Olivenöl 5 Minuten anbraten, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen.

3 Spargel und Jakobsmuscheln in tiefen Tellern anrichten, Mies- und Venusmuscheln mit dem Sud darüber verteilen. Dazu geröstetes Knoblauchbaguette servieren.



REZEPTE SPARGEL

Veganes Spargel-Erbsen- Curry mit gebratenem Tofu

FÜR 4 PORTIONEN

1 kg weißer Spargel
(möglichst dicke
Stangen),
300 g frische ausgelöste
Erbsen (sonst TK),
2 Schalotten,
1 Knoblauchzehe,
20 g Ingwer,
3 EL Erdnussöl,
3 TL Currypulver,
1 EL Kokosblütenzucker,
500 ml Kokosmilch,
1 EL rote Currypaste,
300 g Tofu,
3 EL Sesamöl,
3 EL Sesam,
3 EL Sojasauce (hell),
Saft von 1 Bio-Limette,
2 TL Speisestärke (in
etwas kaltem Wasser
angerührt),
Minze, Koriander
(zum Bestreuen)

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten

+ 15 Minuten Garzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Spargel schälen, holzige Enden entfernen. Spargelstangen in etwa 3 cm kurze Stücke schneiden. Erbsen aus den Schoten lösen. Schalotten, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln.

2 Spargel in einem großen breiten Topf in heißem Erdnussöl mit Schalotten, Knoblauch und Ingwer anschwitzen. Mit Curry und Kokosblütenzucker bestreuen, kurz anschwitzen. Kokosmilch angießen, Currypaste unterrühren. Bei schwacher Hitze 8 Minuten offen leise köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Erbsen hinzufügen, weitere 5 Minuten garen. Spargel sollte noch etwas Biss haben.

3 Inzwischen Tofu in 2 cm große Würfel schneiden. In einer beschichteten Pfanne in Sesamöl rundum anbraten, mit Salz würzen und mit Sesam bestreuen.

4 Curry mit Sojasauce und Limettensaft abschmecken, mit der Speisestärke leicht binden. Fertiges Curry auf tiefe Schalen verteilen, gebratenen Tofu daraufgeben, mit Minze und Koriander bestreut servieren.

Spargeltempura mit Zitronen-Basilikum-Aioli

FÜR 4 PORTIONEN

2 Knoblauchzehen,
1 Bund Basilikum,
150 ml Olivenöl,
1 Bio-Zitrone
(Schalenabrieb
und Saft),
2 TL Honig,
2 Bio-Eigelb
(zimmerwarm),
Salz, Cayennepfeffer,
125 g Reismehl,
2 Tütchen
Backpulver (32 g),
1 TL Currypulver,
Salz,
8 weiße Spargelstangen,
8 grüne Spargelstangen,
Mehl (zum Wenden),
500 ml Erdnussöl
(zum Frittieren)

ZUBEREITUNGSZEIT
45 Minuten

SCHWIERIGKEIT
● ● ○

1 Knoblauch schälen, hacken, Basilikumblätter abzupfen, mit Knoblauch und Olivenöl in einen Mixbecher geben und fein pürieren. Zitronensaft und Schalenabrieb, Honig, Eigelb und Basilikum-Knoblauchöl mit dem Pürierstab zu einer dicken Crème mixen. Dabei den Mixstab zunächst etwa 15 Sekunden am Boden des Bechers belassen, dann langsam nach oben ziehen. Dip mit Salz und Cayennepfeffer würzig abschmecken, kalt stellen.

2 Mehl, Backpulver und Curry zusammen mit einer Prise Salz und 250 ml eiskaltem Wasser zu einem dickflüssigen Teig verrühren. Weißen Spargel schälen, grünen Spargel putzen, holzige Enden entfernen. Stangen schräg halbieren, in Mehl wenden, durch den Teig ziehen und portionsweise in heißem Öl (160-180 °C) in etwa 1 Minute goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, etwas salzen und mit Aioli servieren.



Exklusiv:
Johanns
Spargelrezept
VOM TITEL!

Gebratener Spargel mit Passionsfrucht-Rum-Butter und Riesengarnelen

FÜR 4 PORTIONEN

10 Stangen grüner
Spargel,
10 Stangen weißer
Spargel,
12 Riesengarnelen,
2 Passionsfrüchte,
3 EL Olivenöl,
2 TL Zucker,
Salz, Pfeffer,
3 TL Ras el-Hanout,
80 ml brauner Rum,
75 ml Passions-
fruchtsaft,
75 g kalte Butter

ZUBEREITUNGSZEIT
25 Minuten +
15 Minuten Garzeit

SCHWIERIGKEIT
● ○ ○

1 Weißen Spargel schälen, grünen Spargel putzen, holzige Enden entfernen. Spargelstangen in kochendem Salzwasser 3-4 Minuten vorkochen, anschließend kalt abschrecken. Riesengarnelen auslösen und Darm entfernen. Passionsfrüchte halbieren, Fruchtmarm herauskratzen.

2 Öl in einer breiten Pfanne erhitzen. Spargelstangen darin etwa 5 Minuten braten, dabei mit etwas Zucker bestreuen und leicht karamellisieren. Anschließend salzen und pfeffern, dann auf einer Platte anrichten.

3 Riesengarnelen in die Pfanne geben, etwa 4 Minuten braten. Mit Salz und Ras el-Hanout würzen. Aus der Pfanne nehmen und auf dem Spargel anrichten. Den Bratensatz in der Pfanne mit Rum ablöschen, Passionsfruchtsaft und -mark samt der Kerne hinzufügen, Pfanne vom Herd ziehen, nach und nach kalte Butter einrühren. Sauce über Garnelen und Spargel verteilen.

EMPFEHLUNGEN

Von Spargeln und Weinen

ES HAT SCHON FAST etwas von einem Gesellschaftsspiel (ein wenig „Und frühjährlich fragt das Murmeltier“ ist auch dabei): Welcher Wein passt zum Spargel? Die Antwort, wie befürchtet, lautet: immer der, der dem Spargeleser am besten schmeckt! Jetzt bloß nicht das Handtuch werfen, immerhin haben namhafte Berufstrinker meterweise zu diesem Thema geschrieben, solide Hinweise gibt es schon. Auf der Empfehlungsliste ganz oben stehen meist einfache, fast immer leichte Weine mit sanfter Säure, die aber auch spritzig

sein dürfen. Als klassische Spargelweine werden Silvaner und Grüner Veltliner gehandelt, aber auch die sonst wenig beachteten Gutedel und Müller-Thurgau kommen plötzlich zu ihrem Recht. Weißburgunder? Grauburgunder? Wird alles gern genommen. Sauvignon blanc? Sowieso! Auxerrois, Rotgipfler und Scheurebe? Nische, aber zum Spargel prima! So ein Spargel, leicht bitter, dezent süß, ist recht anpassungsfähig, verzeiht einiges und strahlt förmlich – bei guter Begleitung. Komplizierter wird es je nach Zubereitungsart

und Beilage: Spargelcrèmesuppe, Kartoffeln und zerlassene Butter, Hollandaise, Remoulade, Vinaigrette? Als Risotto, mit Schinken, Fleisch oder gar Fisch und Meeresfrüchten? Die Anzahl der möglichen Kombinationen scheint nach oben hin offen. Und da man ohnehin nicht alle Varianten und diese auch nicht gleich gut bedienen kann, beschränken wir uns auf vier schöne Tropfen (ein erfrischendes Bier darf nicht fehlen!), mit denen es sich in allen Spargellebenslagen ganz besonders gut aushalten lässt!



**LES CLOS DE PAULILLES,
2018 BLANC AOP
COLLIOURE**

Grenache heißt hier der Schlüssel zum Spargelglück! 80 Prozent Grenache blanc, 20 Prozent Grenache gris, 100 Prozent florale Aromen (Orangenblüten, Wicken), dazu viel weiße Frucht (reife Birne, Pfirsich, Melone und Lychee), am Gaumen anfangs fast füllig, dann zunehmend mineralischer. Etwas Salz, erfrischende Säure, zartestes Grapefruitbitter und ein Hauch Ingwer im Finish: Ja, das passt wunderbar!

Bezug: zum Beispiel bei
→ keillings.de
→ weinundtee.de



**PRINZ VON HESSEN,
2016 RIESLING
DACHSFILET**

Zurück zum Wein! Und ausgerechnet zum Riesling, vor dem Spargelweinprofis gern warnen ... hier allerdings passt alles: jede Menge Fruchtaromen (Aprikose, Pfirsich, sogar etwas schwarze Johannisbeere), am Gaumen umso würziger, stoffig-dicht, dabei immer elegant und mit schönem Schmelz.

Bezug: zum Beispiel bei
→ vinothek-prinz-von-hessen.de



**SECRET SPOT WINES,
2018 LACRAU MOSCATEL
GALEGO BRANCO**

In Runde zwei: Muscat aus Portugal, genauer dem Douro-Tal. Warum sind wir darauf nicht schon früher gekommen? Herrliche Melange aus Rosenduft, Muskatblüte, Traubenmost, reifer Birne und mindestens so reifen, fast süßen Zitrusfrüchten (Cedrat, Bergamotte), am Gaumen sehr klar, feinste Säure, wunderbar erfrischend und ziemlich unwiderstehlich.

Bezug: zum Beispiel bei
→ portwine.de



**ÜBERQUELL,
SUNNY SPRING ALE**

Wechselfreuden: erfrischendes Zwischenbier (Zwibi) aus Hamburg, mit 4,3 Volumenprozent Alkohol deutlich leichter als jeder Wein, viel Hopfenherrlichkeit (Tradition, Cascade, Citra und Mandarin Bavaria) für ein sehr spritziges, zart grasiges, zitrusfruchtiges (etwas Ananas ist auch dabei) Golden Ale, das seinem Namen alle Ehre macht.

Bezug: zum Beispiel bei
→ shop.ueberquell.com

Das macht scharf

Köstlichkeiten können aphrodisieren. Einigen lässt sich das sogar wissenschaftlich nachweisen. Andere wecken durch Form und Farbe Assoziationen. Oder sie bringen wunderbare, göttliche Geschichten mit

AUSTERN UND CHAMPAGNER

Der Mix macht's

„Wenn man die Wahl hat zwischen Austern und Champagner, so pflegt man sich in der Regel für beides zu entscheiden“, schrieb Theodor Fontane. Casanova soll 50 Stück am Tag verspeist haben, um sein Liebesleben zu fördern. Wirksam ist vor allem das Zink in den Muscheln, von denen eine einzige den Tagesbedarf eines Mannes deckt. Champagner dazu stimuliert nicht nur angenehm die Sinne, sondern erinnert auch an die „schaumgeborene“ Liebesgöttin Aphrodite.



AVOCADO**Feinstofflicher Verführer**

Angeblich kannten schon die Azteken die guten Inhaltsstoffe der Avocado. Denn sie benannten sie *ahuacatl*, was vermutlich auch die Bezeichnung für Hoden war. Ihre potenzsteigernde Wirkung verdanken Avocados dem hohen Gehalt an Öl und Vitamin E. Somit halten sie jung und dynamisch, was dem Liebesleben auf keinen Fall schadet.



Text:
WOLF-CHRISTIAN FINK

Fotos:
MARCEL URLAUB

Styling:
CHRISTOPH HIMMEL

BLÜTENHONIG

Sweet Dreams

Aphrodite lockt mit Wabenhonig, der langsam auf ihrem Alabasterkörper verläuft. Das regt nicht nur die Fantasie an, sondern ganz praktisch auch die Testosteronproduktion des Mannes. Außerdem weckt Honig zartromantische Gefühle – nicht umsonst flittert man auf Englisch in den „honeymoon“.





GRANATAPFEL

Rot wie die Liebe

Dass Granatapfelsaft jede Menge Antioxidantien enthält, ist eine Entdeckung neueren Datums. Seine symbolische Bedeutung als Liebesapfel reicht bis in die Sagenwelt der Antike zurück. Unter anderem wurde Aphrodite von Paris als Anerkennung ihrer Schönheit mit einem Granatapfel beschenkt. Seinen Namen verdankt er dem lateinischen „granum“ für Kern, Korn oder Samen – und natürlich dem roten Edelstein Granat.

GRÜNER UND WEISSER
SPARGEL

Schießwütig

Beim Schießen kann Spargel im Frühjahr ziemlich viel Kraft entfalten. Diese Eigenschaft und seine phallische Form führten zum Gerücht, Spargel sei ein Liebesturbo. Tatsächlich enthält er die Libido stärkendes Vitamin E, allerdings zu wenig für eine erotische Wirkung. So lecker wie er ist, macht das aber nichts ...





WARUM AUSGERECHNET RIESLING?

Guter Sekt wird im Weinberg geboren. Schon die allererste Entscheidung ist somit eine der wichtigsten für die Qualität, die im Glas prickelt. Mit der Auswahl der richtigen Rebsorte sollte man es sich also nicht zu leicht machen.



Letzteres gelingt mit dem Riesling allerdings ausgezeichnet. Zugeben, er ist ein echter Klassiker mit Charakter, edel und weltberühmt. Aber vielleicht ist das genau der Grund, weshalb sich der König der weißen Rebsorten so eigensinnig und anspruchsvoll gibt.

Denn um gut zu gedeihen, nimmt er sich gerne Zeit. Am liebsten in exklusiver Lage, so wie man sie im Rheingau, in Rheinhessen und der Pfalz findet. Hier ist das Klima ideal. Denn warme Tage und kühle Nächte hat der Riesling besonders gern.



Auch beim Boden zeigt er sich wählerisch. Erst wenn dieser tiefgründig, mineralstoffreich und durchlässig beschaffen ist und Wärme speichern kann, entfalten die Riesling-Reben ihre volle Klasse. Begegnet man diesem hochwertigen



Gewächs mit viel Geduld, Sorgfalt, hoher Handwerkskunst und stetiger Kontrolle bis ins letzte Detail, dann fällt einem die Entscheidung leicht. Für unsere Vertragswinzer und ehrgeizigen Kellermeister ist Riesling der ideale Wein.



Eine Herausforderung, der sie sich mit aller Leidenschaft widmen. Denn wenn man den Riesling so behandelt und pflegt, wie er es verdient, wird man am Ende fürstlich belohnt. Mit seiner niveaufullen Eleganz, der kontinuierlich hohen Qualität und der für ihn so typischen fein-fruchtigen Aromafülle, mit der sich grandiose, rebsortenreine Cuvées kreieren lassen. Garant für ein Produkt, das einen großen Namen verdient.

Denn schließlich ist ein Sekt immer so gut wie sein Wein.

FÜRST VON METTERNICH. FÜRSTLICH GENIESSEN.



Zeit für den Frühjahrsputz – aber bitte mit System

Ein paar Haken zu setzen tut so gut: Mit Checklisten zum Großreinemachen bringt Yvonne Willocks ihre ganze Familie auf Trab. Und wenn man schon mal dabei ist, kann man auch gleich richtig Ordnung in sein Leben bringen ...

Illustration:
KLAS FAHLÉN



Der Frühling steht vor der Tür, die Tage werden wieder länger, die Sonnenstrahlen scheinen in unsere Wohnzimmer, Küchen und Schlafzimmer. Mit den Sonnenstrahlen durch trübe Fensterscheiben kommen aber auch die Staubmäuse zum Vorschein. Und das kritische Auge sieht Dreck an Stellen, die fast ein Jahr lang kaum Beachtung fanden. Fußleisten, Lichtschalter und Steckdosen sind da plötzlich genauso im Fokus wie verstaubte Gardinenstangen oder verklebte Dunstabzugshauben!

Putzen ist Frauensache? Nicht bei mir

Witzigerweise scheint dieses Phänomen evolutionstechnisch in uns angelegt zu sein. Denn das Wort Februar – der klassische Monat, um den Feudel zu schwingen – stammt vom lateinischen „februare“ ab und wird mit „reinigen“ übersetzt.

Vermutlich haben schon die alten Römerinnen und Römer den Monat zum Putzen genutzt. Und obwohl es den Frühjahrsputz womöglich schon sehr lange gibt: Die meiste Arbeit bleibt an uns Frauen hängen!



YVONNE WILLOCKS

Mit den WDR-TV-Sendungen „Servicezeit“ und „Der Haushalts-Check mit Yvonne Willocks“ räumte, ordnete, organisierte und sortierte sich die Rheinländerin in die Herzen ihres Publikums.

Derzeit ist sie außerdem Botschafterin der Landesgartenschau 2020 in ihrer Heimatstadt Kamp-Lintfort.

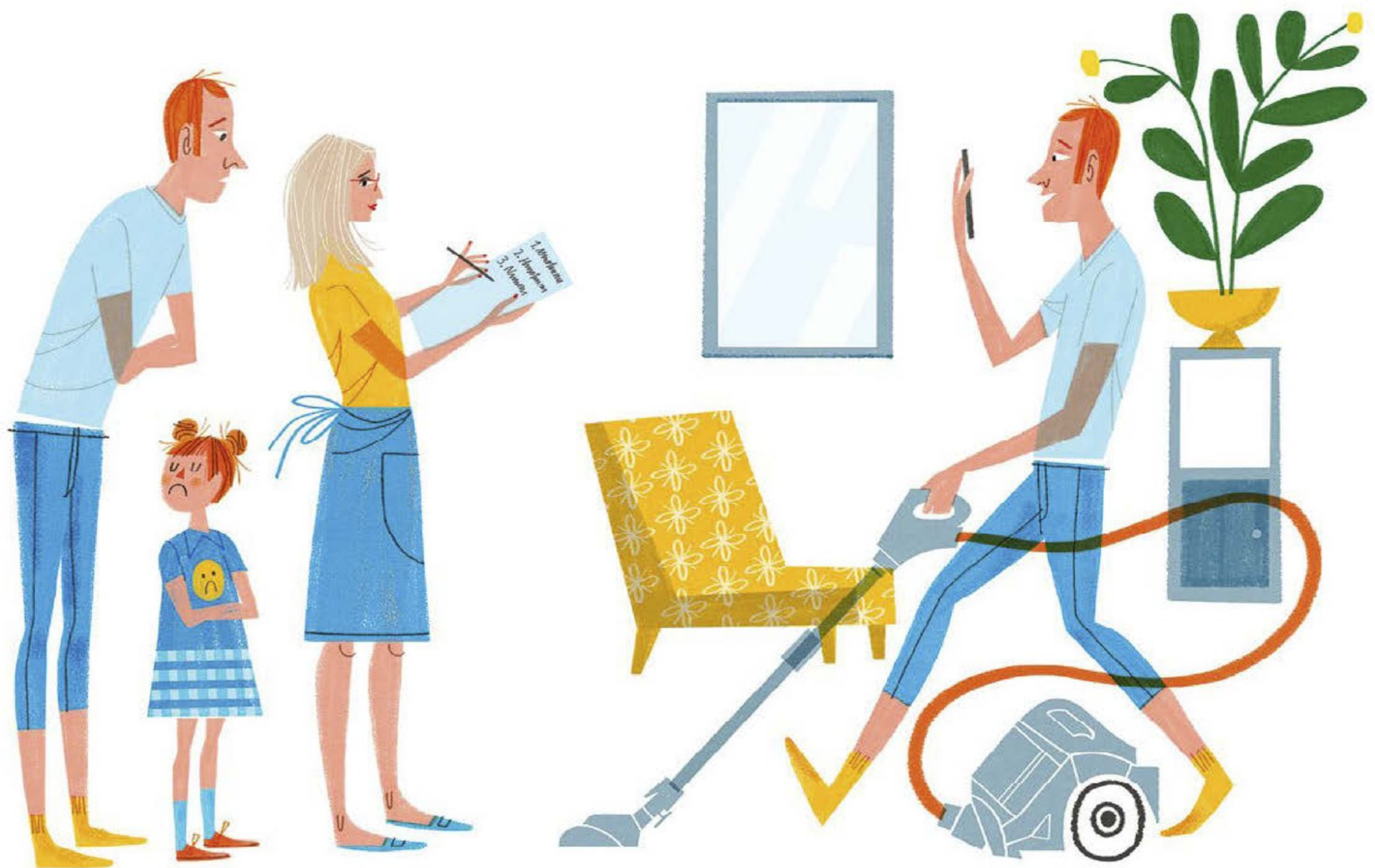
→ yvonnewillocks.de

Deshalb kann ich nur dafür plädieren, einfach alle Familienmitglieder in die Arbeit miteinzubeziehen! Wer lieber Fenster putzt als Böden wischt, darf sich an den Scheiben, Spiegeln und Oberflächen im Haus austoben. So lassen sich die Arbeiten ganz gut verteilen. Ausreden gelten nicht – aber es winken Belohnungen für alle, wenn die Arbeit geschafft ist!

Meine Tochter hat sich neulich selbst motiviert, die unvermeidliche Arbeit anzugehen: Statt stundenlang rumzulamentieren, dass sie fürs Badezimmer zuständig sei, hat sie den Wecker gestellt und erstaunt bemerkt, dass sie in schlanken 20 Minuten mit allem fertig war! Das ist ein wirklich guter Trick, den ich oft in meinen Coachingsendungen angewendet habe. Augenscheinlich hat sie da genauer hingeschaut, als ich dachte!

Effektiv reinigt es sich besser

Übrigens sollte das Augenmerk beim Frühjahrsputz auf Dingen liegen, die im Alltag eher vernachlässigt werden, denn seien wir mal ganz ehrlich: Wer wirklich nur einmal im Jahr putzt, der wird diese Kolumne gar nicht



lesen! Die meisten haben ja einen mehr oder weniger regelmäßigen Putzturnus und können deshalb im Frühjahr gerne den Fokus auf die Gegenstände legen, die sonst eher selten beachtet werden.

Lampen, Jalousien, Heizkörper, Spülmaschine, Fernbedienungen, Telefonhörer, Tastaturen, Matratzen, Badewannenstöpsel ... Eine gute Planung ist alles, um den Überblick bei einer gemeinsamen Putzaktion zu behalten. Bestenfalls achtet man bei der Festlegung der Reihenfolge darauf, doppelte Arbeitsschritte zu vermeiden. Beispielsweise macht Staubsaugen vor dem Staubwischen wenig Sinn, da einiges an Dreck aus den hohen Regalen beim Putzen auf den Boden fallen kann. Daher empfiehlt es sich, von oben nach unten zu putzen und das Staubsaugen ans Ende zu legen.

Das größte Argument für eine Checkliste beziehungsweise festgelegte Reihenfolge ist allerdings, dass man, nachdem ein strukturierter Ablauf erstellt wurde, am Ende hinter jeden Punkt einen Haken setzen kann. Man stellt sicher, dass man eine Aufgabe erledigt

hat, und nichts gibt einem ein so gutes Gefühl, wie einen Haken zu setzen, finde ich!

Fragen, die das Leben leichter machen

Und wenn Sie gerade schon dabei sind, dann nutzen Sie die Energie, die so ein Frühjahrsputz geben kann, gleich zum Ausmisten! Das fällt leider fast allen meinen Familienmitgliedern total schwer, und ich habe sowohl meinen Mann als auch unseren Sohn schon kopfüber in blauen Säcken erwischt, um Ausortiertes wieder in die eigene „Höhle“ zu schleppen! Da hilft es nur, sehr streng zu sein und seine Lieben (und sich selbst) zu fragen:

- Wann habt ihr diesen Gegenstand das letzte Mal benutzt?
Ähhh, weiß nicht = kann weg
- Was bedeutet er euch, was verbindet ihr mit ihm? *Ähhh, weiß nicht = kann weg*
- Was hindert euch daran, ihn zu entsorgen? *Ähhh, weiß nicht = kann weg*
- Ist er unwiederbringlich verloren, wenn ihr ihn aussortiert?

Ring von Omma auf der Flucht über die Grenze gerettet = behalten

- Macht mir dieser Gegenstand Freude? *Stehrümchen, an denen man sich sattgesehen hat, die eher unmotiviert platziert sind, machen keinen Spaß = verkaufen oder verschenken*
- Könnte er jemand anderem große Freude bereiten? *Tupperdosen, die sich nur mit Gewalt in den Schrank pressen lassen, machen keinen Spaß = verkaufen*
- Was wäre die schlimmste Konsequenz, wenn ihr ihn aus eurem Leben entfernen würdet? *???? = kann weg*
- Nimmt er viel Platz weg, den ihr eigentlich besser verwenden könntet? *Ja = weg damit*
- Kostet euch dieser Gegenstand Energie in irgendeiner Form? Braucht er Pflege usw.? *Ja = weg damit*

Wenn dann schön aussortiert wurde: Ordnung schaffen und sich an dem gewonnenen Platz freuen! Bis zum nächsten Frühjahrsputz werden die meisten Lücken sich wie von Zauberhand wieder gefüllt haben, wenn man sich nicht an einige Ordnungsregeln hält. Aber davon beim nächsten Mal mehr! ♦

Feine Bäckereien zum Osterfest!

Wir laden ein zum opulenten Kuchenbuffet:
Auf Etageren, Plateaus und Platten türmen
sich frisch gebackene Köstlichkeiten. Süß oder
herzhaft – hier kommt keiner zu kurz!

Fotos:
OLIVER SCHWARZWALD

Foodstyling:
VOLKER HOBL

Styling:
KIRSTEN SCHMIDT





Champagner- und Wassergläser:

Zwiesel – Simplify

Champagner: *Laurent-Perrier – Cuvée Perrier*

Brotmesser: *Victorinox*

Teller: *Fürstenberg – Carlo*

Besteck: *Robbe & Berking – Riva*

Quadratische Platte: *Meissen – Royal Palace*

Kaffeetasse: *Meissen – Cosmopolitan*

Etageren: *Rosenthal – Loft*

Brotteller: *Meissen – Paradise Birds Sky*

Vase hinten: *Meissen*

Teekanne: *Thomas – Loft*

Plateau: *Fürstenberg – Carlo*

Runde Platte: *Meissen – Paradise Birds Sky*

Bauchige Vase: *Rosenthal – Phi*

Eckige Vase: *Meissen – Flying Wonders*



JOHANN'S TIPP:

„Statt Bärlauch
passt auch Basilikum
für diese würzige
Verflechtung“

Brotmesser: Victorinox
Wasserglas: Zwiesel - Simplify
Teekanne: Thomas - Loft
Konfitürenglas: Robbe & Berking
Teetasse: Meissen - Cosmopolitan
Teller: Villeroy & Boch - it's my moment



Herzhafter Hefezopf mit Bärlauch-Pesto-Füllung

FÜR 1 HEFEZOPF (12-14 PORTIONEN)

Für das Pesto:

80 g frischer Bärlauch,
50 g geröstete
Pinienkerne,
150 ml Olivenöl,
80 g frisch geriebener
Parmesan,
Salz, Pfeffer

Für den Hefeteig:

250 ml lauwarme Milch,
1 Würfel frische Hefe,
500 g Mehl (Type 405),
1 EL Zucker,
1 Prise Salz,
2 Bio-Eier (Größe L),
80 g flüssige Butter,
1 Eigelb mit 2 EL Milch
verquirlt

ZUBEREITUNGSZEIT

25 Minuten
+ 50 Minuten zum Gehen
+ 35 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

1 Für das Pesto Bärlauch gründlich abbrausen, trocken schütteln, Blätter grob hacken, mit Pinienkernen und Olivenöl in einen hohen Becher geben und mit einem Mixstab zu einer cremigen Masse pürieren. Parmesan unter das Pesto heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Für den Hefeteig die lauwarme Milch in eine Rührschüssel geben. Hefe hineinbröckeln, in der Milch auflösen. Mehl, Zucker und Salz gründlich vermischen, mit den beiden Eiern und der Butter zur Hefemilch geben und alles zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Zugedeckt etwa 30 Minuten ruhen lassen.

3 Ofen auf 200 °C vorheizen. Hefeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck (ca. 30 x 40 cm) ausrollen. Pesto gleichmäßig dünn darauf verteilen, glatt streichen. Teig von der langen Seite her straff aufrollen. Teigstrang mit einem scharfen Messer der Länge nach durchschneiden. Hälften mit der Schnittfläche nach oben ineinander verflechten. Zopf auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, 20 Minuten ruhen lassen, danach mit verquirltem Eigelb einpinseln und auf mittlerer Schiene in 35 Minuten goldbraun backen.

Osternest-Muffins

FÜR 8 STÜCK

Für die Muffins:

125 g weiche Butter,
100 g Zucker,
2 Bio-Eier
(zimmerwarm),
100 g Mehl,
3 EL Kakaopulver,
2 TL Backpulver,
150 ml Milch

Für Crème und Garnitur:

200 ml Milch,
15 g Speisestärke,
50 g Zucker,
50 g geschälte Pistazien,
125 g weiche Butter,
3 Strudelteigblätter,
50 g flüssige Butter,
3 EL Puderzucker,
kleine Schokoladeneier
zum Garnieren

ZUBEREITUNGSZEIT

1 Stunde
+ 40 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

1 Ofen auf 180 °C vorheizen. 8 Papierförmchen in ein Muffin-Backblech verteilen. Butter mit Zucker mit einem Handrührgerät schaumig schlagen. Nach und nach die Eier unterrühren. Mehl, Kakao und Backpulver mischen, darübersieben und unterrühren. Danach Milch untermischen. Papierförmchen zu zwei Dritteln mit dem Teig füllen, im heißen Ofen 30 Minuten backen. Erkalten lassen.

2 Inzwischen für die Crème Milch mit Stärke, Zucker und Pistazien in eine hohen Becher geben, mit einem Pürierstab möglichst fein mixen. Mix in einen Topf geben und auf dem heißen Herd so lange rühren, bis die Mischung eine puddingartige Konsistenz erreicht. Vom Herd nehmen, abkühlen lassen. Weiche Butter mit dem Handrührgerät schaumig aufschlagen. Dann löffelweise den abgekühlten Pistazienpudding zufügen und langsam unterrühren. Buttercrème in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen und auf die kalten Muffins spritzen.

3 Für die Garnitur die Strudelteigblätter in möglichst feine Streifen schneiden. Teigstreifen locker zu kleinen Nestern (Ø 5 cm) formen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und mit der flüssigen Butter beträufeln. Dann mit Puderzucker bestäuben und im Ofen in etwa 10 Minuten goldbraun und knusprig backen. Nester vorsichtig auf die Muffins setzen und mit kleinen Schokoeiern garnieren.



Marmorierter Eierlikör-Gugelhupf mit Schoko-Mandel-Glasur

FÜR 1 GUGELHUPF (Ø 20 CM)

Für den Teig:

225 g weiche Butter,
250 g Mehl (Type 405),
150 g Puderzucker,
3 Bio-Eier (zimmerwarm),
1 Päckchen Backpulver,
200 ml Eierlikör,
30 g Kakaopulver

Für die Glasur:

50 ml Sahne,
4 EL Eierlikör,
100 g Zartbitterschokolade,
50 g Mandelkrokant

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ 1 Stunde Backzeit
+ 30 Minuten Kühlzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Ofen auf 180 °C vorheizen. Gugelhupf-form ausfetten, mit etwas Mehl bestäuben. Butter und Puderzucker in eine Rührschüssel geben und mit einem Handrührgerät schaumig schlagen. Dann nach und nach die Eier unterrühren. Mehl mit Backpulver mischen, unterheben, Eierlikör angießen und unter den Teig rühren.

2 Hälfte des Teigs aus der Schüssel nehmen. Kakao zum restlichen Teig geben und unterrühren. Hellen und dunklen Teig abwechselnd in die Form füllen, mit einer Gabel oder einem Kochlöffelstiel marmorieren. Auf mittlerer Schiene 1 Stunde backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und auf ein Kuchengitter stürzen.

3 Für die Glasur Sahne mit Eierlikör erwärmen. Schokolade klein hacken, zum warmen Sahnemix geben, darin schmelzen. Glasur gleichmäßig über den ausgekühlten Gugelhupf gießen, mit Mandelkrokant bestreuen. Für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen und die Glasur fest werden lassen.



Plunderteigschnecken mit Pistaziencremefüllung

FÜR 10 SCHNECKEN

2 Bio-Eigelb,
50 g Zucker,
125 ml Milch,
15 g Speisestärke,
75 g geschälte
Pistazienkerne,
1 EL Amaretto,
1 Prise Fleur de Sel,
500 g fertiger Plunder-
bzw. Croissantteig,
1 Bio-Eigelb mit
2 EL Milch verquirlt

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ 2 Stunden Gefrierzeit
+ 35 Minuten Zeit
zum Gehen
+ 25 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Eigelb mit Zucker, Milch und Stärke in einem Topf verrühren, erhitzen und so lange rühren, bis die Mischung eine dicke, puddingartige Konsistenz erreicht. Topf vom Herd nehmen, Crème in eine Schüssel füllen und abkühlen lassen. Pistazien, Amaretto und Salz hinzufügen, mit einem Pürierstab möglichst fein untermixen.

2 Teig flach auf eine Arbeitsfläche legen, Pistaziencreme gleichmäßig darauf verteilen, glatt streichen. Teig von der schmalen Seite her aufrollen und straff in Alufolie wickeln. Enden links und rechts fest zudrehen, Rolle für 2 Stunden ins Gefrierfach legen.

3 Teigrolle aus der Folie wickeln und mit einem Sägemesser in etwa 2 cm breite Scheiben schneiden. Diese nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und 35 Minuten gehen lassen.

4 Ofen auf 200 °C vorheizen. Schnecken mit dem Eigelbmix bepinseln, im heißen Ofen in 25 Minuten goldbraun backen.

Teller: Meissen – Paradise Birds Sky
Tortenheber: Robbe & Berking – Riva
Vase: Rosenthal – Phi
Ovaler Servierteller: Fürstenberg – Carlo

JOHANN'S TIPP:

„Der Teig kommt als Rolle ins Gefrierfach, dann lassen sich die Schnecken besser schneiden“



Teller: Fürstenberg – Carlo
Besteck: Robbe & Berking – Riva
Eckige Vasen: Meissen – Flying Wonders
Kaffeetasse: Meissen – Cosmopolitan

Profiteroles mit Brunnenkresse-Frischkäse-Füllung

1 Für den Teig Wasser, Milch, Butter und Salz in einen Topf geben, unter Rühren einmal kurz aufkochen. Mehl unter ständigem Rühren in die kochende Flüssigkeit geben und so lange rühren, bis der Teig sich als Kloß vom Topfboden löst. Teig in eine große Schüssel geben. Eier nach und nach hinzufügen und unterrühren, bis ein glatter Teig entstanden ist. Diesen in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle füllen und abkühlen lassen.

2 Ofen auf 200 °C vorheizen. Teig als kleine, etwa 2-3 cm große Tupfen auf ein gefettetes und mit Mehl bestäubtes Backblech spritzen. Profiteroles im heißen Ofen in 20 Minuten goldbraun backen. Anschließend auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Danach mithilfe einer mittelgroßen Lochtülle jeweils ein kleines Loch in die gebackenen Profiteroles stechen.

3 Inzwischen für die Füllung Brunnenkresse verlesen, dicke Stiele entfernen. Brunnenkresse grob zerkleinern und mit Frischkäse, Zitronensaft und Milch in einen Mixbecher geben. Das Ganze mit einem Pürierstab fein mixen, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

4 Frischkäsemix in einen Spritzbeutel mit mittelgroßer Lochtülle umfüllen und in die Profiteroles spritzen.

FÜR 20 STÜCK

Für den Brandteig:

80 ml Wasser,
80 ml Milch,
75 g Butter,
1 TL Salz,
80 g Mehl,
3 Bio-Eier

Für die Füllung:

1 Bund Brunnenkresse
(200 g),
175 g Frischkäse
(Doppelrahmstufe),
Saft von ½ Zitrone,
3 EL Milch,
Salz, Cayennepfeffer

ZUBEREITUNGSZEIT

45 Minuten
+ 20 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT



Etagere: Rosenthal – Loft
Vase: Meissen –
Royal Blossom
Kuchenzange: antik





Tartelettes au citron

FÜR 10 STÜCK

250 g Mehl,
50 g Puderzucker,
1 Prise Salz,
125 g kalte Butter
(gewürfelt),
2 Bio-Eier,
4 unbehandelte
Bio-Zitronen
(Schalenabrieb und Saft),
175 g Zucker,
20 g Puddingpulver
(Vanille),
50 g Crème fraîche,
1 Prise Salz

ZUBEREITUNGSZEIT

1 Stunde
+ 20 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

- 1 Mehl, Puderzucker, Salz und Butter in eine große Schüssel geben, 2 EL kaltes Wasser zufügen, zu einem glatten Teig verkneten. In Folie wickeln und mindestens 30 Minuten kühlen.
- 2 Ofen auf 200 °C vorheizen. Tarteletteförmchen (Ø 6 cm) mit Butter auspinseln. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 3 mm dünn ausrollen. Mit einem Ausstecher Kreise (Ø 7 cm) ausstechen, diese in die Förmchen legen, am Rand rundum andrücken. Überstehenden Teig wegschneiden. Tartelettes im heißen Ofen in etwa 20 Minuten goldbraun backen.

3 Eier trennen. Eigelb, Zitronensaft und -schale, 100 g Zucker, Puddingpulver und 50 ml Wasser in einem Topf unter ständigem Rühren so lange erhitzen, bis die Flüssigkeit eine puddingartige Konsistenz erlangt hat. Dann Crème fraîche unterrühren. Zitronencreme in die Tartelettes füllen und im Kühlschrank vollständig erkalten lassen.

4 Eiweiß mit einer Prise Salz zu steifem Schnee schlagen. Dabei nach und nach die restlichen 75 g Zucker einrieseln lassen. Eischnee in einen Spritzbeutel mit Sterntülle umfüllen und auf die erkaltete Zitronencreme spritzen. Anschließend Eischnee mit einem Brenner goldbraun abflämmen.

Süße Rübli-Nuss-Schnitten mit Eierlikörcreme

FÜR 10 PORTIONEN

400 g Karotten,
½ Bio-Zitrone (Saft und
Schalenabrieb),
4 Bio-Eier,
150 g Zucker,
150 g gemahlene
Haselnüsse,
150 g Mehl,
1 TL Backpulver,
2 Blatt Gelatine,
125 ml Eierlikör,
250 g Mascarpone,
75 g Marzipan,
orange Lebens-
mittelfarbe,
8 geschälte Pistazien,
5 Schoko-Nuss-Cookies,
2 EL Haselnussöl

ZUBEREITUNGSZEIT

45 Minuten
+ 25 Minuten Backzeit
+ 1 Stunde Kühlzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

1 Ofen auf 180 °C vorheizen. Backrahmen (30 x 25 cm) auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Karotten schälen, fein raspeln, mit Zitronensaft und -schale mischen. Eier und Zucker in eine große Schüssel geben, mit dem Handrührgerät schaumig aufschlagen. Haselnüsse, Mehl, Backpulver und Karottenmischung zufügen, gut vermischen. Teig in den Backrahmen füllen und im heißen Ofen in 25 Minuten goldbraun backen. Auskühlen lassen.

2 Gelatine 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Eierlikör erwärmen, Gelatine ausdrücken, darin auflösen. Dann mit Mascarpone glatt rühren. Crème gleichmäßig auf dem Rübliboden verteilen. Diesen in 3 etwa 10 cm breite Stücke schneiden und aufeinandersetzen. 1 Stunde im Kühlschrank kühlen.

3 Marzipan mit Lebensmittelfarbe färben, zu Möhrchen formen, mit je einer halben Pistazie garnieren. Cookies zerkrümeln, mit Öl vermischen und als „Erde“ auf die Torte streuen. Marzipanmöhrrchen zu einem Drittel in die „Erde“ stecken.



Platte:
Meissen – Royal Palace

Brioche-Brötchen mit Räucherlachs und Limetten-Crème-fraîche

1 Hefe in lauwarme Milch bröckeln und darin auflösen. Zucker und 80 g Mehl hinzufügen, zu einem glatten Vorteig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen. Dann 150 g Mehl, 3 Eigelbe, Butter und 1 Prise Salz zum Vorteig geben und zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Diesen weitere 30 Minuten zugedeckt gehen lassen.

2 Ofen auf 200 °C vorheizen. Teig in 15 gleich große Stücke teilen, zu runden Bällchen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Teigkugeln zugedeckt nochmals 30 Minuten gehen lassen, dann mit dem verquirlten Eigelb bestreichen und im heißen Ofen in etwa 15 Minuten goldbraun backen.

FÜR 15 BRÖTCHEN

15 g Hefe,
75 ml lauwarme Milch,
20 g Zucker, 250 g Mehl,
4 Bio-Eigelbe
(davon 1 verquirltes),
60 g weiche Butter, Salz,
1 Bio-Limette,
200 g Crème fraîche,
75 g heller Blattsalat
(z. B. Lollo bionda),
½ Salatgurke,
250 g Räucherlachs
(in dünnen Scheiben)

3 Inzwischen Schale der Limette fein abreiben, dann Limette auspressen. Schalenabrieb, Saft und Crème fraîche verrühren. Salat verlesen, waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Gurke waschen und in Scheiben schneiden.

4 Fertig gebackene Brötchen halbieren. Untere Hälften mit Salat sowie Gurken- und Lachsscheiben belegen. Crème fraîche darüber verteilen, mit der zweiten Brötchenhälfte belegen und am besten frisch genießen.

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ 1 Stunde 30 Minuten
zum Gehen
+ 15 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○





Belebt den Weingenuss.

Ein guter Wein – das ist Genuss pur. Und zu jedem guten Wein empfiehlt sich ein ebenso gutes Wasser. Staatl. Fachingen ist perfekt, denn es wirkt ausgleichend auf den Geschmackssinn, indem es die Geschmacksnerven neutralisiert. Eine ideale Basis, um die vielschichtigen Aromen des Weines genießen zu können. Staatl. Fachingen – belebt den Weingenuss!

**STAATL.
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.

Anwendungsgebiete: Staatl. Fachingen STILL regt die Funktion von Magen und Darm an, fördert die Verdauung und hilft bei Sodbrennen. Es fördert die Harnausscheidung bei Harnwegserkrankungen, beugt Harnsäure- und Calciumoxalatsteinen vor und unterstützt die Behandlung chronischer Harnwegsinfektionen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information: 01/2013.
Fachingen Heil- und Mineralbrunnen GmbH · Brunnenstraße 11 · 65626 Fachingen · www.fachingen.de

Lafers Lammkarree mit Kräuter-Knoblauch-Kruste

Zart und saftig bleibt das Fleisch unter dem hübschen grünen Mantel – genau das Richtige zu Ostern. Und Johann führt Sie Schritt für Schritt zum Erfolg

Fotos:
MATHIAS NEUBAUER

Foodstyling:
ANDREAS NEUBAUER

FÜR 4 PORTIONEN

3 Scheiben Toastbrot,
100 g frische Frühlingskräuter
(z. B. Bärlauch, glatte Petersilie,
Kresse, Sauerampfer,
Kerbel, Estragon etc.),
3 Knoblauchzehen,
75 ml Olivenöl,
50 g weiche Butter,
Salz, Pfeffer,
2 Lammkarrees (à ca. 500 g),
2 EL Olivenöl

ZUBEREITUNGSZEIT

30 Minuten
+ 2 Stunden Kühlzeit
+ 25 Minuten Garzeit

SCHWIERIGKEIT

●●○





9 Schritte zum Erfolg

1 Toastbrotsscheiben entrinden, würfeln und im Mixer fein mahlen.

2 Kräuter abbrausen, trocken schütteln, Blätter abzupfen.

3 Knoblauch schälen und in das Olivenöl pressen.

4 Gezupfte Kräuter zum Olivenöl geben, alles zusammen mit einem Pürierstab fein mixen.

5 Kräuter-Knoblauch-Öl mit weicher Butter verrühren. Brotbrösel unter den Buttermix mischen. Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

6 Krustenmasse als Rolle in Butterbrotpapier wickeln und für 2 Stunden kalt stellen.

7 Lammkarree von Haut und Sehnen befreien.

8 Ofen auf 160 °C vorheizen. Öl in einer Pfanne erhitzen, Lammfleisch salzen, pfeffern und auf jeder Seite 2 Minuten anbraten. Dann auf unterster Schiene 15 Minuten garen.

9 Lamm aus dem Ofen nehmen, Backofengrill vorheizen. Krustenmasse in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden, auf die Lammkarrees legen und unter dem heißen Grill etwa 3 Minuten gratinieren. Anschließend in einzelne Koteletts teilen.

Als Beilage ideal: grünes Frühlingsgemüse. 4 breite Bohnen, je 2 Stangen Frühlingslauch, grüner Spargel, je 100 g Zuckerschoten, Saubohnen, Erbsen und Keniabohnen putzen, wenn nötig schälen und in Stücke schneiden. Gemüse in kochendem Salzwasser in 5–6 Minuten bissfest garen, abschütten und kalt abschrecken. 75 g Butter in einer Pfanne zerlassen. Gemüse hineingeben, 5 Minuten schwenken. Dabei alles kräftig mit Salz, Zucker und etwas Cayennepfeffer würzen.

MEISTER SEINES FACHS

*Jochen Baier (47) leitet
seine Bäckerei im
schwäbischen Herrenberg
in sechster Generation*



„Brotqualität fängt auf dem Acker an“

Vor zwei Jahren wurde der Herrenberger Jochen Baier zum „World Baker of the Year“ gewählt. In seiner hochmodernen Backstube wird das Brot nach allen Regeln jahrhundertealter Kunst gebacken. Johann Lafer fragte ihn nach seinen Erfolgsrezepten

Aufgezeichnet von: WOLF-CHRISTIAN FINK
Fotos: DAVID MAUPILÉ

Wie wichtig ist, aus deiner Sicht, das Brot für die Geschichte der Menschheit?

Unglaublich wichtig. Mehl, Wasser – der durch Fermentierung entstehende Sauerteig wurde in der Frühform als Fladenbrot in der Sonne getrocknet und hat ganze Völker ernährt. Die Ursprungsidee kam vermutlich aus Ägypten.

Wie hat sich das Urbrot dann weiterentwickelt?

Die entscheidende Veränderung hängt mit der Industrialisierung zusammen, wie übrigens bei vielen Lebensmitteln. Weizen wurde in Laboren für bessere Erträge neu gezüchtet und bekam neue Eigenschaften, was auch das Brot verändert.

Findet man heute überhaupt noch die Zutaten für ein klassisches, perfektes Brot?

Alles ist verfügbar, in nahezu beliebigen Mengen. Doch die Qualität des Brotes fängt auf dem Acker an. Wir verarbeiten nur biologisch angebautes Getreide, keine modernen Züchtungen, ohne Glyphosat.



JAHRELANGE FREUNDSCHAFT

Johann Lafer und Jochen Baier verbinden nicht nur viele gemeinsame Fernsehauftritte

Wie bist du auf das Thema Nachhaltigkeit gekommen?

Das hatte zunächst ganz persönliche Gründe. Ich habe Neurodermitis, ich habe Asthma und eine Mehlstauballergie – also so ziemlich alles, was man als Bäcker brauchen kann. Seit 20 Jahren habe ich Berufsverbot und darf kein Brot mehr backen.

Wie bitte?

Ja, ich bin nur noch Regisseur in einer sehr modernen Backstube, komme aber selbst mit Mehl nicht mehr in Berührung. Zum Glück habe ich mit der Berufsgenossenschaft seinerzeit einen Weg

gefunden, meine 180 Jahre alte Bäckerei in sechster Generation weiterführen zu können. Wir haben viele Prozesse neu entwickelt, den Mehlstaub so weit wie möglich aus der Luft verbannt. So wurde zwangsläufig zugleich auch mein Blick für die Zutaten geschärft, das fängt bei harmloser Ascorbinsäure an und geht weiter mit vielen Zusätzen aus dem Labor. All das will ich nicht in unserem Brot. Die Menschen entwickeln mehr und mehr Unverträglichkeiten. Wir haben Kunden, die keine Backhefe vertragen, andere kein Gluten. Sie sind auf natürliche Rohstoffe angewiesen.

„Die guten Bäcker finden ihre Liebhaber und werden überleben“

JOCHEN BAIER

Die Problematik kenne ich auch aus der Küche. Aber wie backt ihr dann Brot? Ohne Weizen?

Man kann Reis- oder Maismehl verwenden. Es darf eben auch kein Weizenmehl in der Luft sein. Aber man muss gar nicht über Zöliakie reden. Vielen Menschen bekommt der moderne Weizen einfach nicht mehr. Dann kommt es auch auf die Zubereitung an. Wir verwenden zwar modernste, computergesteuerte Technik, aber wir lassen lange Reifezeiten zu, das Wichtigste überhaupt für ein gutes Aroma. Das ist bei Wein oder Käse ganz ähnlich.

Und dann bist du sogar „Weltbäcker des Jahres 2018“ geworden ...

Ja, eine Auszeichnung wie der Oscar fürs Lebenswerk. Ich fing mit einer Konditorlehre an und wurde später als bester Konditormeister Deutschlands ausgezeichnet ...

... da saß ich in der Jury, 1998 war das!

Und so ging es dann immer weiter mit Preisen und Auszeichnungen. Dann wurde ich Gründungsmitglied der Bäcker-Nationalmannschaft, einer Art Sonder-einsatzkommando, das unser deutsches Brot weltweit bei Meisterschaften vertritt. Auch wenn die Kanzlerin oder der Bundespräsident ein großes Fest geben, sind wir dabei.



GEBACKENE PERFEKTION

Johann Lafer und Jochen Baier traten gemeinsam in der ZDF-Serie „Deutschlands bester Bäcker“ auf

Gemeinsam haben wir für die ZDF-Serie „Deutschlands bester Bäcker“ das Land bereist und mit vielen deiner Kollegen zusammen gebacken. Das Ergebnis war nicht immer so positiv. Siehst du eine Gefahr für das deutsche Brot, immerhin Weltkulturerbe?

Heute schließt in Deutschland jeden Tag eine Bäckerei. Nicht nur aus wirtschaftlichem Druck, sondern auch wegen Nachwuchsmangels. Trotzdem bin ich am Ende optimistisch, denn es findet eine Rückbesinnung auf Qualität statt.

Wer etwas Besonderes macht, hat auch Erfolg?

Genau. Natürlich spielt auch das Können eine Rolle, die Tradition. Nicht jeder hat unser Know-how, das ist ja klar. Aber weil es immer weniger Bäcker werden, bleiben die guten übrig. Die schlechteren haben keine Existenzgrundlage mehr, denn sie werden durch den Handel ersetzt. Die guten finden ihre Liebhaber und werden überleben. Allerdings muss auch das Qualitätsbewusstsein der jungen Generation geschärft werden. Es gibt eben nicht nur Toastbrot und Aufbackbrötchen. Auch davon hängt unsere Zukunft entscheidend ab.

Industriell hergestellte Teiglinge kommen heute aus dem Ausland ...

Ein Croissantrohling, in Kasachstan hergestellt und in Stuttgart aufgebacken, hat Logistikkosten von unter einem Cent. Also ist es fast egal, wo die Sachen hergestellt werden. Das ist schon erschreckend.

Heißt das, dass die deutschen Verbraucher immer noch zu knauserig sind?

Es mangelt wahrscheinlich an Wertschätzung sowohl für das Handwerk wie auch für



OSCAR DER BÄCKER

2018 erhielt Jochen Baier die Auszeichnung „World Baker of the Year“ für sein Lebenswerk

das Produkt. Das gilt für unsere Kunden zwar nicht, aber allgemein beobachte ich häufig, wie wenig die Menschen über traditionelles Backhandwerk wissen. Gleichzeitig sehnen sie sich nach duftendem Brot, frischen Brötchen, der kleinen Bäckerei an der Ecke. Und am Ende tragen sie ihre Sehnsucht doch wieder in den nächsten Supermarkt. Dabei sollte ihnen bewusst sein: Mit jedem Stück Industriebrot geht ein Stück Backkultur verloren. Frei nach einem berühmten Satz: Erst wenn das letzte handgemachte Brot aus dem Ofen gekommen ist und die letzte Handwerksbäckerei das Licht ausmacht, werden die Menschen begreifen, was sie verloren haben.

Stimmt es, dass es nirgends so viele Brotsorten wie in Deutschland gibt?

Wir haben derzeit mehr als 3000 registrierte Brotsorten. Das ist ein Schatz, den wir unbedingt hüten müssen.



AROMENFÜLLE

Gutes Brot erkennt man nicht zuletzt am reichhaltigen Duft nach Kruste, Sauerteig, Gewürzen und hochwertigem Bio-Mehl

Für mich ist der Gradmesser immer das Frühstücksbuffet in den Hotels. Eine Schande, was einem da vorgesetzt wird. Aber noch eine ganz praktische Frage: Kann man zu Hause qualitativ hochwertiges Brot backen ohne die ganze professionelle Ausstattung einer Backstube?

Ja, allerdings. Und es gibt eine erstaunliche Entwicklung: Backen ist anscheinend das neue Kochen. Noch nie gab es so viele versierte Hobbybäcker wie zurzeit, und es werden immer mehr. Im Internet wimmelt es von Foren und Blogs zu diesem Thema. Die Menschen, die das einmal ausprobiert haben, kommen zu einer ganz anderen Wertschätzung für Brot und Brotgenuss – einfach aus eigener Anschauung.

Wo bekomme ich die besten Zutaten für deine Rezepte?

Es muss Bio-Qualität sein – entweder direkt aus der Mühle oder aus dem Bio-Laden.

„Gradmesser ist das Frühstücksbuffet in Hotels“

JOHANN LAFER

Wenn es geht, würde ich immer ein lokales Mehl kaufen. Reifen Sauerteig am besten direkt vom Bäcker des Vertrauens.

Wenn das Brot einmal fertig ist, wie bewahre ich es am besten auf? Was mache ich mit Resten?

In einem nicht glasierten Tongefäß. Darin kann die Luft zirkulieren, überflüssige Feuchtigkeit wird abgeführt. Man kann es auch einfrieren. Dabei

muss man unbedingt darauf achten, dass der Gefrierbeutel dickwandig und luftdicht ist, sonst gibt es Gefrierbrand. Aus Resten lassen sich Semmelbrösel und Croûtons machen. Oder ein Kochstück wie einen Griesbrei kochen, mit Brotmehl statt Gries. Beim nächsten Brotbacken kann man dann sechs Prozent des Mehls durch diese Masse ersetzen. Ein schlaues Recycling!

Und dann ab in den vorgeheizten Backofen?

Moderne Öfen erreichen die ideale Temperatur von 250 Grad Celsius problemlos. Am besten, man backt das Brot auf einem heißen Stein, den man miterhitzt.

Homepage: baecker-baier.de

Instagram: [#baeckerbaier](https://www.instagram.com/baeckerbaier)

Die lassen es krachen!

Es geht doch nichts über eine krosse Kruste mit
saftiger Krume. Backen Sie Ihr Brot einfach
mal selbst! Mit diesen Rezepten kommt der Liebling
frisch und duftend aus dem eigenen Ofen





**ORIGINAL-
REZEPT**
von Bäckermeister
Jochen Baier

WELTMEISTER
„World Baker of the
Year 2018“ darf sich
Jochen Baier nennen.
Das ist die höchste
Auszeichnung, die
das Bäckerhandwerk
zu vergeben hat

Bauernbrot – Bäcker Baiers Hausbrot

1 Für den Vorteig Hefe zerbröckeln und in einer Schüssel mit dem lauwarmen Wasser auflösen. Weizen- und Roggenmehl mischen und unterrühren. Den Teig zugedeckt 2 Stunden an einem warmen Ort (24 °C), dann 10–16 Stunden im Kühlschrank (ca. 6 °C) reifen lassen.

2 Am nächsten Tag für den Hauptteig Kartoffeln schälen und zerstampfen. Mehl in eine große Schüssel geben und eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe zerbröckeln, mit einem Teil des lauwarmen Wassers verrühren und in die Mulde gießen. Vorteig zugeben. Restliches Wasser, Kartoffeln und Salz untermischen. Kräftig durchkneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst. Dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche glatt wirken und zugedeckt 90 Minuten ruhen lassen (Teigtemperatur: 26 °C). Dabei zweimal zusammenfalten, damit der Teig mehr Stabilität bekommt.

3 Den Teig einwirken, sodass die Oberfläche Spannung bekommt, mit Mehl bestäuben und im

FÜR 1 LAIB (CA. 900 G)

Für den Vorteig:

2 g frische Hefe,
100 ml lauwarmes Wasser,
50 g Weizenmehl (Type 1050),
50 g Roggenmehl (Type 1150)

Für den Hauptteig:

100 g gekochte Kartoffeln,
400 g Weizenmehl (Type 1050),
8 g frische Hefe,
240 ml lauwarmes Wasser,
12 g Salz

ZUBEREITUNGSZEIT

30 Minuten
+ 12–18 Stunden Reifezeit
+ ca. 2 Stunden Ruhezeit
+ 1 Stunde 10 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT



bemehlten Gärkorbchen oder auf einem bemehlten Baumwolltuch in einer Schüssel für 20–30 Minuten zugedeckt auf Gare stellen.

4 Backofen auf 250 °C (Unterhitze plus Brotstein; Umluft mit Backblech: 230 °C) vorheizen. Auf der unteren Schiene ein leeres Backblech, auf der mittleren Schiene den Gitterrost mit dem Brotstein einschieben. Brotlaib auf einen Brotschieber kippen, mit dem Messer rautenförmig einschneiden und direkt auf die heiße Steinplatte einschießen. Ohne Brotstein den Brotlaib mit Backfolie auf das Backblech geben und auf mittlerer Schiene backen. Zum Beschwaden 1 Tasse Wasser aufs untere Backblech gießen, Ofentür sofort wieder schließen. Nach 5 Minuten kurz öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann, und das Blech entnehmen.

5 Nach 15 Minuten die Temperatur auf 220 °C (Umluft: 200 °C) reduzieren. Brot in ca. 55 Minuten fertig backen. Es sollte bei der „Klopfbprobe“ an der Unterseite hohl klingen.

Genetztes Dinkelbrot

1 Für den Vorteig Dinkelmehl in einer Schüssel mit kochend heißem Wasser übergießen. Mit dem Schneebesen zu einem glatten Brei verrühren und abkühlen lassen. Alternativ den Vorteig am Abend herstellen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

2 Für den Hauptteig Dinkelmehl in eine große Schüssel geben, eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe zerbröckeln, in einer Tasse mit etwas lauwarmem Wasser verrühren, alles in die Mulde gießen. Vorteig zugeben, restliches Wasser und Salz untermischen. Von Hand kräftig durchkneten, bis ein weicher Teig entsteht. Teig zusammenlegen und in einer geölten Schüssel zugedeckt 3 Stunden ruhen lassen (Teigtemperatur: 26 °C). Dabei dreimal mittig falten, damit er mehr Stabilität bekommt.

3 Backofen auf 250 °C (Unterhitze plus Brotstein; Umluft mit Backblech: 230 °C) vorheizen. Auf der unteren Schiene ein leeres Backblech, auf

FÜR 2 LAIBE (À 450 G)

Für den Vorteig:

100 g Dinkelmehl (Type 630),
250 ml kochendes Wasser

Für den Hauptteig:

400 g Dinkelmehl (Type 630),
10 g frische Hefe,
200 ml lauwarmes Wasser,
10 g Salz

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ ca. 3 Stunden Ruhezeit
+ 1 Stunde Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

der mittleren Schiene den Gitterrost mit Brotstein einschieben. Teig auf der mit Wasser benetzten Arbeitsfläche in 2 Portionen teilen und mit befeuchteten Händen vorsichtig nach unten einschlagen, bis eine glatte Oberfläche entsteht. Die Teiglinge zur Kugel formen, auf der Backfolie absetzen, kurz auf Gare stellen, dann mit dem Brotschieber auf die heiße Steinplatte einschießen. Ohne Brotstein die Laibe mit Backfolie auf ein zweites Backblech schieben und auf der mittleren Schiene backen. Zum Beschwaden 1 Tasse Wasser aufs untere Backblech gießen und Ofentür sofort wieder schließen. Nach 5 Minuten kurz öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Das Blech wieder entnehmen.

4 Nach 15 Minuten die Temperatur auf 220 °C (Umluft: 200 °C) reduzieren und die Brote in ca. 40 Minuten fertig backen.



Seelen

1 Für den Vorteig Hefe zerbröckeln und in einer Schüssel in dem Wasser auflösen. Dinkelmehl zugeben und glatt rühren. Zugedeckt 2 Stunden an einem warmen Ort und danach 10–16 Stunden im Kühlschrank (6 °C) reifen lassen.

2 Für den Hauptteig Mehl in eine große Schüssel geben, eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe zerbröckeln, mit einem Teil des lauwarmen Wassers verrühren und in die Mulde gießen. Vorteig zugeben, restliches Wasser und Salz untermischen und kräftig durchkneten, bis ein elastischer weicher Teig entsteht. Mittig umklappen und in eine geölte Schüssel legen. Mit Frischhaltefolie abgedeckt 10–12 Stunden zum Reifen in den Kühlschrank stellen.

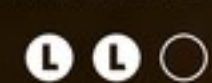
FÜR 10 STÜCK
Für den Vorteig:
 2 g frische Hefe,
 100 ml lauwarmes Wasser,
 100 g Dinkelmehl (Type 630)

Für den Hauptteig:
 400 g Dinkelmehl (Type 630),
 8 g frische Hefe,
 275 ml lauwarmes Wasser,
 12 g Salz,
 Öl für die Schüssel

Zum Bestreuen
 Kümmel, grobes Salz

ZUBEREITUNGSZEIT
 35 Minuten
 + 12–18 Stunden Reifezeit
 + 12–14 Stunden Ruhezeit
 + ca. 20 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT



3 Teig auf die mit Wasser angefeuchtete Arbeitsfläche kippen und flach ziehen. Hände mit Wasser benetzen, mit der Handkante gleichmäßige längliche Teigstreifen abtrennen (à ca. 100 g) und auf Backfolie setzen. Mit Kümmel und Salz bestreuen.

4 Backofen auf 250 °C (Unterhitze plus Brotstein; Umluft mit Backblech: 225 °C) vorheizen. Auf der unteren Schiene ein leeres Blech, auf der mittleren Schiene den Gitterrost mit Brotstein einschieben. Seelen direkt auf die heiße Steinplatte einschießen. Ohne Brotstein die Seelen auf Backfolie mit einem weiteren Backblech auf der mittleren Schiene einschieben. Zum Beschwaden 1 Tasse Wasser aufs untere Backblech gießen und Ofentür wieder schließen. Nach 3 Minuten kurz öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Seelen in ca. 17 Minuten fertig backen.

Laugenbrezeln

1 Für den Vorteig Hefe zerbröckeln und in einer kleinen Schüssel mit lauwarmem Wasser auflösen. Weizenmehl zugeben, glatt rühren. Zugedeckt 2 Stunden an einem warmen Ort und danach 10–16 Stunden im Kühlschrank (6 °C) reifen lassen.

2 Für den Hauptteig Mehl in eine große Schüssel geben, eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe zerbröckeln, mit einem Teil der lauwarmen Milch verrühren und in die Mulde gießen. Vorteig, restliche Milch und übrige Zutaten zugeben. Mit der Hand vermengen und kräftig durchkneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche rund wirken. Mit Frischhaltefolie abgedeckt 10 Minuten ruhen lassen (Teigtemperatur: 24 °C). Danach in 10 Portionen teilen, diese jeweils rund und anschließend länglich wirken. 5 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

FÜR 10 STÜCK

Für den Vorteig:

2 g frische Hefe,
100 ml lauwarmes Wasser,
100 g Weizenmehl (Type 550)

Für den Hauptteig:

400 g Weizenmehl (Type 550),
15 g frische Hefe,
150 ml lauwarme Vollmilch,
40 g weiche Butter,
5 g Zucker,
10 g Salz,
4-prozentige Natronlauge
(aus der Apotheke),
Handschuhe

Zum Bestreuen

grobes Salz, Sesamsaat

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ 12–18 Stunden Reifezeit
+ 45 Minuten Ruhezeit
+ 10–12 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

3 Teigstücke mit den Händen jeweils zu einer Teigrolle formen, die zu den Enden hin immer dünner wird. Den Teigstrang zur Brezel schlingen, auf ein Baumwolltuch setzen und zugedeckt 30 Minuten auf Gare stellen. Danach kurz in den Kühlschrank oder ans offene Fenster stellen, damit die Teigoberfläche etwas abtrocknet.

4 Backofen auf 245 °C (Unterhitze plus Brotstein; Umluft mit Backblech: 225 °C) vorheizen. Auf der mittleren Schiene den Gitterrost mit dem Brotstein einschieben. Handschuhe anziehen und die Brezeln mit einem Schaumlöffel in die Natronlauge tauchen. Auf Backfolie setzen und an der dicken Seite mit einem scharfen Messer längs einschneiden. Nach Belieben mit Salz oder Sesam bestreuen und mit der Backfolie direkt auf die Steinplatte einschießen. Ohne Brotstein die Brezeln mit Backfolie auf dem Backblech auf der mittleren Schiene einschieben. Brezeln in 10–12 Minuten knusprig fertig backen.



Jochen Baier:
Natürlich gut backen
Franckh-Kosmos,
128 Seiten, 16,99 Euro

Mürbe Hörnle

1 Für die Ziehbutter Butter mit Mehl geschmeidig kneten und zu einer rechteckigen Platte (ca. 1 cm dick) formen. In Frischhaltefolie gewickelt für 1-2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

2 Für den Hefeteig Mehl in eine große Schüssel geben. Eine Mulde in die Mitte drücken. Hefe zerbröckeln, mit einem Teil der kalten Milch verrühren und in die Mulde gießen. Restliche Zutaten zugeben und kräftig durchkneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst. Dann rund wirken und 15 Minuten zugedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen.

3 Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche zur Kugel formen, mit einem scharfen Messer kreuzweise einschneiden. Zu einer rechteckigen Platte ausrollen und mit der Ziehbutter zweimal einfach tourieren. Dazu Butterplatte in die Mitte des ausgerollten Teigrechtecks legen. Teigränder sparsam mit Wasser bestreichen und die Butterplatte mit dem überstehenden Teig einpacken. Den Teigblock

FÜR 16 STÜCK

Für die Ziehbutter:

200 g Butter,
20 g Weizenmehl (Type 550)

Für den Hauptteig:

500 g Weizenmehl (Type 550),
10 g frische Hefe,
275 ml kalte Vollmilch,
10 g Salz,
10 g Zucker,
65 g weiche Butter

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ 1,5-2,5 Stunden Kühlzeit
+ 15 Minuten Ruhezeit
+ 15 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ● ○

wieder fingerdick zu einer rechteckigen Platte ausrollen. Dann jeweils ein Teigdrittel seitlich links und rechts nach innen klappen, sodass am Ende 3 Teigschichten übereinanderliegen. Vorgang wiederholen. Den zusammengelegten Teig vor dem Weiterverarbeiten in Frischhaltefolie einpacken und 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

4 Teig ausrollen und ein weiteres Mal einfach tourieren. Dann 2 cm dick ausrollen, in 16 gleich große Dreiecke schneiden und mit etwas Spannung zu Hörnchen aufwickeln.

5 Backofen auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Auf unterer Schiene ein Blech einschieben. Die Hörnle auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und auf der mittleren Schiene in den heißen Ofen schieben. Zum Beschwaden 1 Tasse Wasser auf das untere Backblech gießen. Ofentür sofort wieder schließen und geschlossen halten, damit die Feuchtigkeit im Ofen bleibt. Hörnle in ca. 15 Minuten goldgelb backen.

Krume, Kruste, Paradies

Brot, Grundnahrungsmittel der Menschheit, seit Jahrtausenden und kulturübergreifend, alltäglich und doch geheimnisvoll. Aus gerade einmal vier Zutaten – Getreide, Wasser, Salz, Lockungsmittel (Sauerteig oder Hefe) –, Zeit, dem alles entscheidenden Faktor, und dem richtigen Maß an Hitze wirken überall auf der Welt Bäcker täglich das Wunder des Brots. Frisch gebacken, mit knuspriger Kruste, die das leicht feuchte Innere, die Krume, schützt, ein Geruch, „der Duft aller Düfte“, der Geborgenheit verspricht ...



KULTURELLES I

Am Anfang war das ...

... Mehl! Und jetzt lässt es sich auch ganz offiziell feiern, denn der National Day Calendar hat ab sofort den 20. März zum „Welttag des Mehls“ festgesetzt. Also, liebe Müller, Bäcker, Konditoren und Teigwarenhersteller, lasst's krachen und uns feiern!

→ mehlwelten.de

→ museumbrotundkunst.de



KULTURELLES II

Unser tägliches Brot

Deutsche Brotkultur ist seit 2014 (immerhin!) Teil des immateriellen UNESCO-Welterbes, rund 3200 anerkannte Brotspezialitäten sind bislang registriert. Umso bedauerlicher, dass Brot- und Brötcheneinholer immer seltener den Weg zum Handwerksbäcker finden. Also nichts wie hin, um das „Brot des Jahres 2020“ (Roggen-Vollkornbrot) in weltkulturerbewürdiger Qualität zu kaufen!



ZAHLENSPIELE

Über

14 000

Jahre alt ist der älteste Brotvertreter, den man bisher gefunden hat. Zumindest brotkrümelartige, leicht verkohlte Reste eines uralten Fladenbrots, das also gut 4000 Jahre vor dem Beginn gezielten Ackerbaus gebacken wurde! Europäische Forscher unter Führung von Archäobotanikerin Amaia Arranz Otaegui machten diese Entdeckung in Jordanien in der Grabungsstätte Shubayqa 1.



KULINARISCHES I

Völlig losgelöst

Brot und die bemannte Raumfahrt – ein Tabu, seitdem die Astronauten der Mission „Gemini 3“, Gus Grissom und John Young, im All ein heimlich an Bord geschmuggeltes Corned-Beef-Sandwich essen wollten und die Krümel im Raumschiff quasi Amok schwebten. Nach Jahrzehnten der Tütennahrung und schlapper, krümelloser Tortillas ist Rettung in Sicht! Schwerelos backen – die Backtechnologie für die Raumfahrt kommt, wie könnte es auch anders sein, aus Deutschland ... *Bake in Space!*

KULINARISCHES II Getränk klassiker

Seit 1981 auf dem Markt – und wunderbar erfrischend: Kanne Brottrunk wird aus Getreide in Bio-Qualität (Weizen, Roggen und Hafer), Natursauerteig, Salz und Quellwasser durch Milchsäuregärung gewonnen – eine hübsch säuerliche Alternative zu allen Limos dieser Welt.

—> kanne-brottrunk.de



SKURRILES I

Das Brötchen-Paradoxon

Inspiration zur Morgenstund: Im Frühstücksraum eines Hotels entwickelt der Rechtsgelehrte Andreas von Arnould in Anlehnung an Heidegger Folgendes: „Das Brötchen vollendet sich in der Negation seines Da-Seins. Indem es zuhanden ist, gibt es sein Vorhandensein auf. Die Zeughaftigkeit des Brötchens steht seiner Dinghaftigkeit entgegen.“

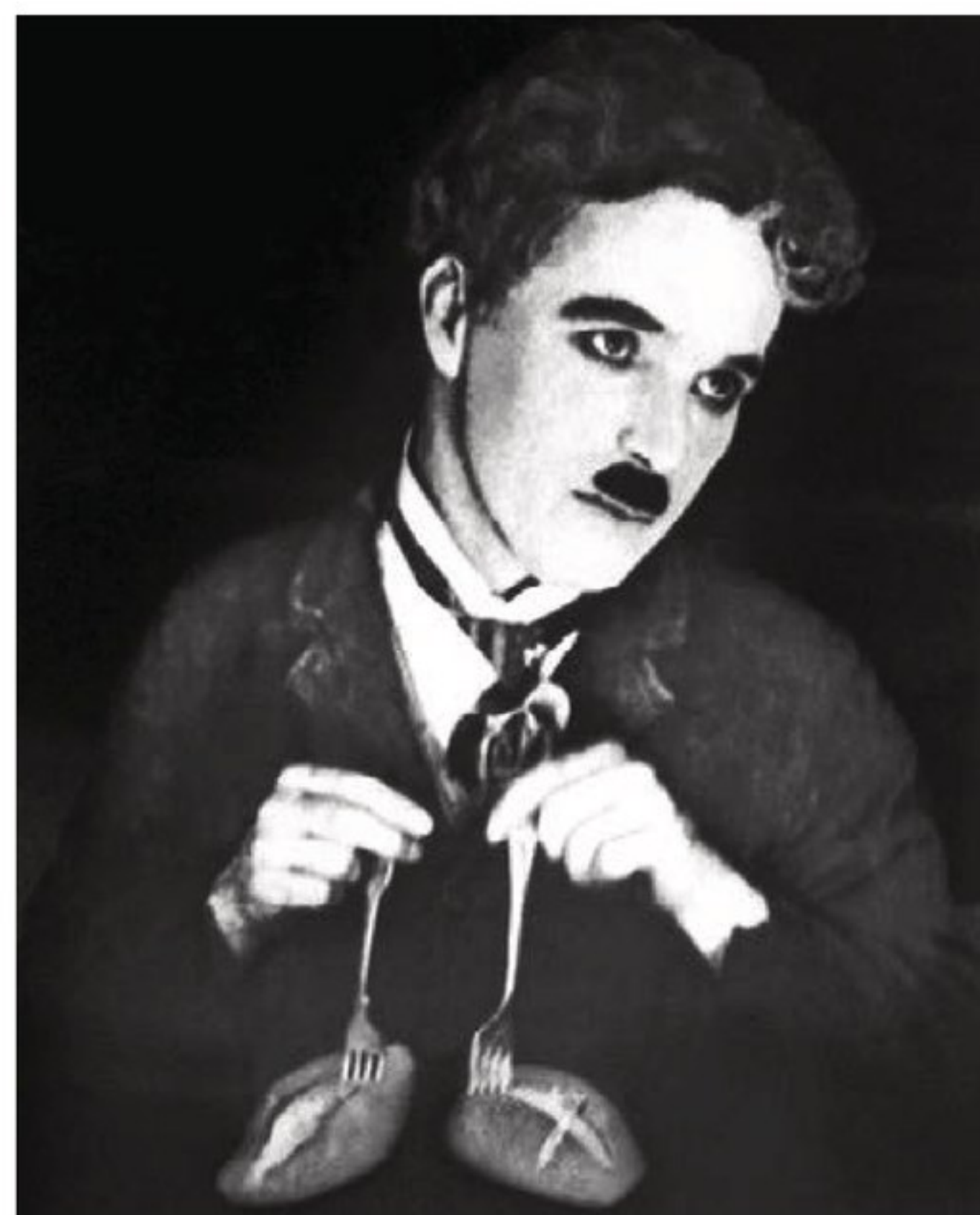
(aus: Andreas von Arnould, „Recht und Spielregeln“, Mohr Siebeck, 2003)



KULTURELLES III

Strenge Regeln

Spätestens im Mittelalter hört beim Brot der Spaß auf: Zu den frühen Zeugnissen einer Art Lebensmittelkontrolle gehören die in der Vorhalle des Freiburger Münsters am Sockel des linken Turmpfeilers eingehauenen Brotmaße von 1320, 1317 und 1270, die für die Bäcker der Stadt verbindlich waren. Die Größe der Brote konnte durchaus schwanken. So gab es in guten Jahren mit niedrigem Getreidepreis große Brote, während in Hungerjahren im wahrsten Sinne des Wortes „kleine Brötchen“ gebacken wurden.



ZITAT

„Ich habe den Film in Narbonne gesehen, und wenn Sie mich nach den Sehenswürdigkeiten der Stadt fragen: Ich weiß nur diese eine, den Brötchentanz“

KURT TUCHOLSKY

über Charlie Chaplins Brötchentanz im Film „Gold Rush“ von 1925



SKURRILES II

Die Kursemmel

„Die Beschaffenheit der Semmel (Brötchen aus feinem Weißmehl) ist für den Kurerfolg ausschlaggebend. Nur mit der richtigen Kursemmel kann Leistungssteigerung der Speicheldrüsen, starker Speichelfluß und Kauschulung erzielt werden.“

MEDIZINALRAT

DR. ERICH RAUCH

(in: „Die Darmreinigung nach Dr. med. F. X. Mayr“, Haug, 1957)



KULINARISCHES III

Nachhaltiger trinken

Beim Knärzje, dem ersten „Zero-Waste-Bier“ aus Deutschland, kommen – den findigen Brauern um Daniel Anthes sei Dank! – Brotreste zum Einsatz.

—> knaerzje.de

Willkommen, Frühlingsgast!

Nur eine Stippvisite gönnt uns der Rhabarber. Die will gut genutzt sein: In zehn fantasievollen Rezepten beweist er seine kulinarische Einsatzfreude

Illustration:
RALF NIETMANN

Fotos:
REINHARD HUNGER

Foodstyling:
VOLKER HOBL

Rhabarber-Bete-Salat

1 Ofen auf 220 °C vorheizen. Beten einzeln in Alufolie wickeln, auf einem Backblech im heißen Ofen je nach Größe 40-70 Minuten garen. Dann beiseitestellen, abkühlen lassen, schälen und in etwa 2 cm große Würfel schneiden.

2 In einer Schüssel Rhabarber mit Zucker mischen, auf ein mit Alufolie belegtes Backblech geben und etwa 12 Minuten im Ofen garen. Der Rhabarber sollte weich, aber nicht matschig sein.

3 Inzwischen Essig, Granatapfelmelasse, Ahornsirup, Olivenöl und Piment in einer Schüssel mischen, salzen und pfeffern. Zwiebel untermischen und 5 Minuten ziehen lassen. Petersilie und Beten dazugeben. Kurz bevor der Salat serviert wird, Rhabarber mit dem ausgetretenen Saft und Gorgonzola dazugeben. Vorsichtig mischen, mit gerösteten Walnusskernen bestreuen.

FÜR 4 PORTIONEN

400 g rote und bunte Bete,
300 g Rhabarber
(geputzt, in 2,5 cm
lange Rauten geschnitten),
30 g Rohrohrzucker,
1 TL Birnenbalsamessig,
1 TL Apfelessig,
½ EL Granatapfelmelasse,
2 EL Ahornsirup,
2 EL Olivenöl,
½ TL Piment (gemahlen),
½ TL Salz,
schwarzer Pfeffer aus der Mühle,
1 rote Zwiebel (dünn geschnitten),
20 g glatte Petersilienblätter,
100 g Gorgonzola
(in kleinen Stücken),
geröstete Walnusskerne
(nach Belieben)

ZUBEREITUNGSZEIT

1 Stunde 15 Minuten

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○ ○



JOHANNES TIPP:

„Bunte Bete
kann man, fein gehobelt,
auch roh verwenden“

Kalte Rhabarbersuppe

1 In einem Topf Wasser und Wein mit Rhabarber, Honig, Kardamom und Vanille zum Kochen bringen.

2 Hitze reduzieren, bei niedriger Temperatur 20–25 Minuten simmern lassen, bis der Rhabarber weich ist und fast zerfällt.

FÜR 6 PORTIONEN

250 ml Wasser,
250 ml Weißwein
(z. B. Scheurebe oder
Muskateller),
1 kg Rhabarber
(in 2,5 cm große Stücke
geschnitten),
180 ml Blütenhonig,
1 TL Kardamom
(gemahlen),
1 TL Vanilleextrakt,
2 TL Speisestärke
(in 60 ml warmem
Wasser aufgelöst),
350 ml Schlagsahne
(ausgeschlagen, gesüßt)

ZUBEREITUNGSZEIT

35 Minuten
+ mind. 45 Minuten
Kühlzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

3 Auf mittlere Temperatur erhöhen, Speisestärke einrühren. Weitere 2 Minuten rühren, bis die Suppe eindickt. Vom Herd nehmen und auf Raumtemperatur abkühlen lassen. Im Kühlschrank kalt stellen.

4 Nach Belieben mit gesüßter Schlagsahne servieren.

JOHANN'S TIPP:

„Statt Schlagsahne
eine Kugel Vanilleeis –
das schmeckt klasse“



FÜR 6 PORTIONEN

5 EL Olivenöl,
 1 große Zwiebel
 (fein gehackt),
 4 Knoblauchzehen
 (fein gehackt),
 1 rote Chili (entkernt,
 fein gehackt),
 ½ TL Kurkuma
 (gemahlen),
 85 g gelbe Schälerbsen
 (getrocknet),
 600 ml Lammfond,
 ½ TL Safranfäden,
 1 große Tomate
 (grob gehackt),
 Saft von 1 Bio-Limette,
 2 TL Rohrohrzucker,
 Salz, schwarzer Pfeffer
 (aus der Mühle),
 450 g Rhabarber
 (geputzt, in 3 cm große
 Stücke geschnitten),
 20 g glatte
 Petersilienblätter,
 8 Zweige Minze
 (Blätter),
 15 g Dill (gezipft),
 20 g Korianderblätter,
 900 g Lammfilet
 (3x 300 g, pariert,
 küchenfertig),
 griechischer Joghurt,
 Harissa

ZUBEREITUNGSZEIT

1 Stunde 25 Minuten

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

JOHANN'S TIPP:

„Dazu passt ein
 Brunnenkressesalat
 mit gerösteten
 Pinienkernen“

Lamm mit Rhabarber und Schälerbsen

1 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, darin die Zwiebel etwa 5 Minuten anschwitzen. Knoblauch und Chili hinzufügen, 2 Minuten mit anschwitzen. Kurkuma dazugeben, 1 Minute garen. Schälerbsen einrühren, dann Fond angießen und Safran dazugeben. Zum Kochen bringen, Hitze reduzieren und etwa 30 Minuten simmern lassen. Inzwischen Ofen auf 200 °C vorheizen.

2 Tomate, Limettensaft und Zucker hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Zum Kochen bringen, Hitze reduzieren. Sobald die Mischung simmert, den Rhabarber dazugeben und zugedeckt 15 Minuten garen. Der Rhabarber sollte weich, aber nicht matschig sein. Dann vorsichtig Kräuter einrühren, dabei darauf achten, dass der Rhabarber nicht zerfällt. Nochmals salzen und pfeffern.

3 2 EL Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, 1 EL Olivenöl auf den Lammfilets verteilen und einmassieren, salzen und pfeffern. Fleisch in der Pfanne von allen Seiten bräunen, dann in der Pfanne im Ofen für etwa 10 Minuten weitergaren. Herausnehmen, Filets in Alufolie einwickeln und 10 Minuten beiseitestellen.

4 Filets in dicke Scheiben schneiden und zusammen mit dem geschmorten Gemüse und nach Belieben mit griechischem Joghurt und etwas Harissa servieren.

JOHANN'S TIPP:

„Rosmarin gibt dem herzhafte-süßen Spargel einen würzigen Extrakick“



Rhabarbertarte mit Pistaziencrème und Rosmarinstreuseln

FÜR 8 PORTIONEN

300 g Mehl,
75 g Puderzucker,
150 g kalte Butter,
1 Bio-Eigelb,
2 Rosmarinzweige,
400 g dünne
Rhabarberstangen,
250 ml Milch,
50 g geschälte Pistazien,
20 g Vanille-
puddingpulver,
50 g Zucker,
Puderzucker zum
Bestäuben

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten
+ 40 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT



1 Mehl, Puderzucker, Butter, Eigelb und 2 EL kaltes Wasser zu einem glatten Teig verkneten, in Folie wickeln und 1 Stunde im Kühlschrank kühlen.

2 Inzwischen Rosmarinnadeln abzupfen, möglichst fein hacken. Rhabarber putzen, schälen und in 8 cm lange Stücke schneiden.

3 Tarteform (Ø 24 cm) ausfetten und mit Mehl bestäuben. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwas größer als die Form ausrollen. Teig in die bemehlte Form legen und am Rand gut andrücken. Den überstehenden Teig mit einem Messer abschneiden und mit dem fein gehackten Rosmarin zu Streuseln vermischen.

4 Ofen auf 180 °C vorheizen. Milch mit Pistazien, Puddingpulver und Zucker in einen hohen Becher geben und mit einem Pürierstab etwa 2 Minuten lang durchmischen. Dann das Ganze in einen Topf geben und die Flüssigkeit unter ständigem Rühren so lange erhitzen, bis sie eine puddingartige Konsistenz erlangt.

5 Die Pistaziencrème direkt aus dem Topf rasch in die mit Teig ausgelegte Form gießen und gleichmäßig darin verteilen. Rhabarberstangen dicht nebeneinander in die Creme drücken und mit den Streuseln bestreuen. Tarte in die unterste Einschubleiste des vorgeheizten Ofens stellen und dort in etwa 40 Minuten goldbraun backen. Anschließend abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

Tandoori-Hähnchen mit Rhabarber-Gurken-Couscous

FÜR 4 PORTIONEN

3 Knoblauchzehen,
35 g Ingwer,
50 g Joghurt,
2 EL Apfelessig,
3 EL Tandoori-Paste,
6 EL Olivenöl,
4 Hühnerbrüste ohne Haut
(à 150 g),
150 g Instant-Couscous
300 g Rhabarber,
1 kleine Salatgurke,
1 rote Zwiebel,
2 EL Birnenbalsamessig,
3 TL Honig,
Salz, Pfeffer, Zimt,
je 4 Zweige glatte Petersilie,
Estragon und Minze

ZUBEREITUNGSZEIT

35 Minuten
+ 20 Minuten Garzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 2 Knoblauchzehen und 15 g Ingwer schälen, fein reiben und mit Joghurt, Essig, Tandoori-Paste und 1 EL Öl in einer Schüssel gründlich verrühren. Ofen auf 150 °C vorheizen. Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Paste rundum bestreichen. Brüste nebeneinander in eine ofenfeste Auflaufform legen und im heißen Ofen auf mittlerer Schiene etwa 20 Minuten garen. Dabei regelmäßig mit der restlichen Paste bestreichen.

2 Inzwischen 300 ml gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und über den Couscous in eine Schüssel gießen. Kurz ziehen lassen, anschließend den Couscous mit einer Gabel auflockern.

3 Rhabarber und Gurke schälen, der Länge nach vierteln, Kerngehäuse entfernen, Gurke würfeln. Zwiebel, 20 g Ingwer und 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.

4 In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, Zwiebel, Ingwer, Knoblauch und Rhabarber 2 Minuten anschwitzen. Mit Birnenbalsamessig ablöschen, zusammen mit den Gurkenwürfeln sowie dem restlichen Olivenöl und dem Honig zum Couscous in die Schüssel geben und untermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zimt würzig abschmecken.

5 Petersilien-, Estragon- und Minzeblätter abzupfen und hacken. Kräuter unter den Couscous mischen, Hähnchen aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und mit Couscous auf Tellern verteilen.



Rhabarber-Pickles

FÜR 8-10 PORTIONEN

250 g Zucker,
250 ml Apfelessig,
100 ml Mineralwasser,
4 Kardamomkapseln
(grün, leicht angedrückt),
1 Sternanis,
½ TL Chiliflocken,
500 g Rhabarber
(geputzt, in 3 cm große
Stücke geschnitten)

ZUBEREITUNGSZEIT

25 Minuten
+ mind. 48 Stunden Zeit
zum Ziehen

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Zucker, Essig, Mineralwasser und Gewürze in eine Pfanne geben, erhitzen, 5 Minuten simmern lassen. Rhabarber portionsweise in die Pfanne geben, 35-45 Sekunden garen (bis der Rhabarber deutlich „erblasst“), mit einem Schaumlöffel herausheben und auf einem Backblech auskühlen lassen.

2 Kochsud erkalten lassen.

3 Rhabarber in ein Weckglas oder Ähnliches geben, mit dem Sud übergießen und im Kühlschrank kalt stellen.

JOHANN'S TIPP:

„Schmeckt nach zwei bis drei Tagen schon ganz wunderbar und hält sich gut zwei Wochen im Kühlschrank“





Rhabarberpäckchen im Blätterteigmantel

1 Rhabarber waschen, schälen und in etwa 10 cm lange Stücke schneiden, diese der Länge nach vierteln.

2 150 ml Wasser, Grenadinesirup und Zitronensaft aufkochen, Rhabarberstücke nur kurz zugedeckt darin etwa 1 Minute dünsten. Anschließend abtropfen und abkühlen lassen.

FÜR 12 PÄCKCHEN

600 g Rhabarber,
100 ml Grenadinesirup,
3 EL Bio-Zitronensaft,
250 g ausgerollter
Blätterteig (TK),
1 Bio-Eigelb,
2 EL Milch,
50 g Hagelzucker

ZUBEREITUNGSZEIT

35 Minuten
+ 10 Minuten Backzeit

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

3 Ofen auf 200 °C vorheizen. Blätterteig in etwa 5 cm breite und 10 cm lange Streifen schneiden. Darauf dann jeweils 4-6 Rhabarberstücke als kleines Bündel legen und aufwickeln. Päckchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen.

4 Eigelb mit Milch verquirlen, Blätterteig damit bestreichen, mit Hagelzucker bestreuen. Rhabarberpäckchen im heißen Ofen in etwa 10 Minuten goldbraun backen.

Rhabarber-Cordial

FÜR 1 LITER

*1 kg Rhabarber
(gewaschen, geputzt
und in ca. 2,5 cm große
Stücke geschnitten),
230 g Rohrohrzucker,
1 l Wodka (darf gerne
etwas Regionales sein)*

ZUBEREITUNGSZEIT

*10 Minuten
+ 30 Tage zum
Mazerieren*

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

1 Rhabarber in einen großen Glaskrug (1,5 l Fassungsvermögen) geben, Zucker hinzufügen, mit Wodka auffüllen und gut verrühren.

2 Kühl stellen und immer wieder verrühren.

3 Nach 30 Tagen hat sich der Zucker vollständig gelöst. Jetzt die Mischung durch ein Sieb in eine Flasche gießen.

JOHANN'S TIPP:

„Eiskalt, pur
als Digestif
oder etwas
bubbly
servieren“





**SPIEGEL
Bestseller-
Autoren**

GENUSS IST DIE NEUE MEDIZIN GEGEN ARTHROSE

Drei Experten, eine Meinung: Die richtige Ernährung kann bei Arthrose viel bewirken und Schmerzen lindern. Die Ernährungsexpertin **DR. PETRA BRACHT** erklärt, wie pflanzliche Ernährung wirkt, der Schmerzspezialist **ROLAND LIEBSCHER-BRACHT** beschreibt, wie Arthrose entsteht und was man dagegen tun kann, und **JOHANN LAFER** präsentiert dazu seine köstlichen Rezepte.

**GRÄFE
UND
UNZER**



Überall, wo es Bücher und E-Books gibt, und auf www.GU.de

Rosaroter Frühlingsheld

Er ist in unseren Breiten das, was man junges Gemüse nennen könnte. Jung, weil er erst 1848 in Hamburg-Kirchwerder gewerbsmäßig angebaut wurde. Gemüse, weil er – trotz vermeintlicher Obstigkeit – zur Familie der Knöterichgewächse gehört (wie auch Buchweizen) und botanisch der Definition von Gemüse entspricht. Allen erfrischenden Kompotts, Marmeladen, Saftschorlen und köstlichen Kuchen zum Trotz. Nicht so in den USA! Seit 1947 gilt (einem Gericht im Bundesstaat New York sei Dank) Rhabarber zumindest gesetzlich als Obst. Andere Länder, andere Sitten.



BOTANISCHES I

Expertenmeinung

„Pierer’s Universal-Lexikon“ von 1862 ist in Sachen Rhabarber denkbar genau und unterscheidet zwischen chinesischer, moskowitzischer, persischer, französischer, bucharischer und weißer Variante dieser Pflanze, die im Grund nur als ein „in größeren Gaben abführendes, in kleinern eröffnendes, in noch kleinern anhaltendes, zugleich stärfkendes Mittel“ Anwendung finde, zudem bei „Durchfällen, Würmern, Leber- u. Unterleibsstockungen, Verschleimungen etc.“ zum Einsatz komme.

ZAHLENSPIELE

2700

v. Chr. hat man in China bereits Rhabarber zu medizinischen Zwecken angebaut. Sagt das legendäre „Shennong Ben Cao Jing“, ein Bestseller und Grundlagenwerk der TCM – und noch immer im Handel.



KULINARISCHES I

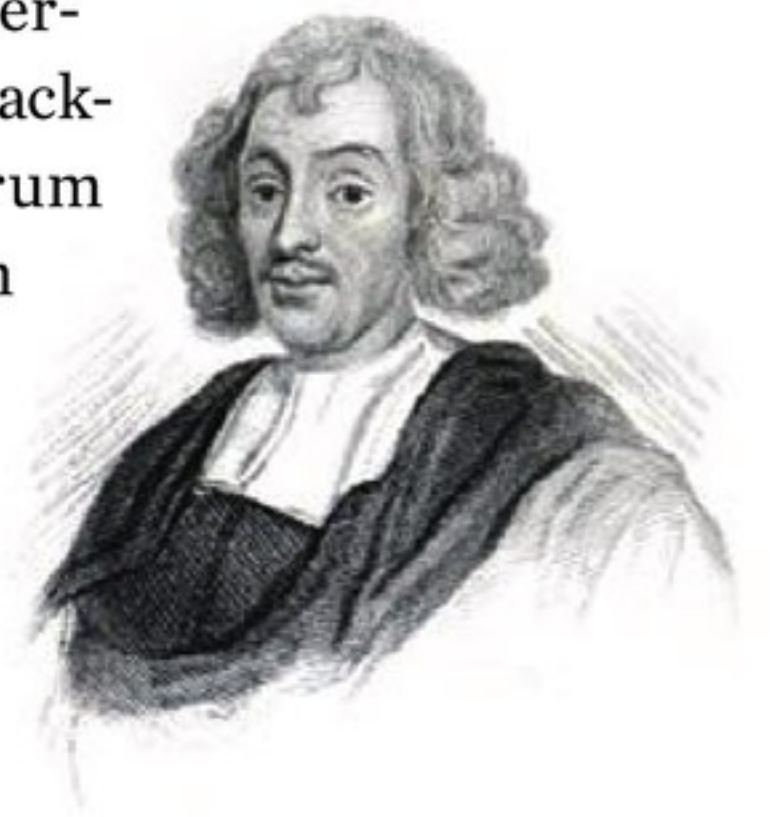
Saisonal unbegrenzt!

Geht doch, Rhabarber rund ums Jahr, „Yorkshire forced rhubarb“ – und dazu noch Slowfood! Der Treibrhabarber aus Yorkshire (beziehungsweise dem „Rhabarberdreieck“ zwischen Leeds, Bradford und Wakefield) wächst im Winter in geheizten Hallen bei völliger Dunkelheit, was die Stiele zarter, süßer und weniger sauer macht.

KULINARISCHES II

England ganz vorne

In Europa entschließt man sich überraschend spät dazu, Rhabarber als essbar einzustufen. Der vermutlich erste Autor, der sich dieses Themas annimmt, John Ray, vergleicht den Rhabarber geschmacklich in seiner „Historia plantarum generalis“ (1686 bis 1704) dann doch recht wohlwollend mit Sauerampfer – ebenfalls einer Pflanze aus der Familie der Knöterichgewächse!



KULINARISCHES III

Dieser Duft!

Keine Frage, so ein eben aus dem Ofen gezauberter Rhabarberkuchen duftet einfach himmlisch. Aber was, wenn das letzte Stück, das letzte Krümelchen gegessen? Woher Ersatz, wenn man nicht noch ein paar Runden in der Küche drehen will? Zum Glück hat die Parfümindustrie Rhabarber für sich entdeckt und, doppelt Glück, Spitzenpâtissier Pierre Hermé verpflichten können, seine Rhabarberkreation in Flakons zu bannen. Drei Lieblinge: Pamplemousse-Rhubarbe (L'Occitane), Sherbet Rhubarb (Comme des Garçons) und Eau de rhubarbe écarlate (Hermès).

—> loccitane.com —> comme-des-garcons.com —> hermes.fr

„Laber, laber,
Rhabarber ...“



SPRACHLICHES I

Unterschiedlich rhabarbern

Menschen, die Langweiliges daherbrabbeln, „rhabarbern“. Auf der Bühne (oder im Radio) „rhabarbern“ Statisten im Hintergrund, wenn Volksgemurmel und die Unruhe der öffentlichen Meinung kundgetan werden soll: „Rhabarber, Rhabarber ...“ Als Slangwort im Amerikanischen bezeichnet „rhubarb“ eine hitzige bis handfeste Streiterei (ursprünglich wohl auf dem Baseballfeld).

KULINARISCHES IV

Schaumgekrönt

Ja doch, das gibt's: Rhabarberschaumwein. Und dieser hier kommt aus ... Lettland! Zart roséfarben im Glas, am Gaumen säuerlich-crisp, fruchtig-herb, mit amtlichem „Hallowach-Rhabarber-Flash“. Macht nicht nur im Frühling großen Spaß!

—> joernweinshop.de



SPRACHLICHES II

Synonyme?

Unter anderem etwa Nonnenpeitsche (Niedersachsen), Beamtenpargel (Südtirol), Ungarische Zollstockmelone (Siebenbürgen), Gewaltverbrecherschnittlauch (Herzogtum Lauenburg) und Ackertang (Worpswede) – behauptet zumindest Rhabarberkenner, Cartoonist und Schriftsteller Tex Rubinowitz.

(in: „Die sieben Plurale von Rhabarber. Listen über alles“, Rowohlt, 2013)



ZITAT

„Polizisten sind
das Beste,
was ich kenne –
gleich nach
Rhabarbergrütze“

PIPPILOTTA „PIPPI“ VIKTUALIA
ROLLGARDINA PFEFFERMINZ
EFRAIMSTOCHTER LANGSTRUMPF
(aus: „Pippi Langstrumpf“, Oetinger, 1949)

HISTORISCHES

Rhabarber im Reich der Mitte

Wie sehr (und wie lange schon) man ihm in China zugetan war, lässt sich an den „24 Dynastiegeschichten“ (*Ershiwu shi*) ablesen: Kaiser Wu (Liang-Dynastie, regierte 502 bis 549 v. Chr.) nahm Rhabarber als Mittel gegen starkes Fieber, in der Tang-Dynastie (618 bis 907) leistet der Süden Tribut in Form von Rhabarber, und in der Jin-Dynastie (1115 bis 1234) wird ein zu Tode verurteilter Christ begnadigt, weil er schwer kranke Soldaten mit Rhabarber heilte. Die kostbaren Stangen bekam allerdings nicht jeder: Im 18. Jahrhundert verbot Kaiser Qianlong die Ausfuhr nach Russland und Westeuropa.



BOTANISCHES II

Mythen

Spricht man von Rhabarber, wird gerne die vermeintlich lebensgefährliche Oxalsäure in den Blättern erwähnt – Stiele essbar, Blätter giftig! Was steckt dahinter? Recht wenig. Denn: 100 Gramm Blätter enthalten 0,5 Gramm Oxalsäure, 100 Gramm Stiele je nach Sorte 0,4 bis 0,5 Gramm. Karotten wären dann zumindest genauso giftig, denn sie weisen ebenfalls 0,5 Gramm Oxalsäure auf. Mangold enthält pro 100 Gramm 0,69 Gramm, Spinat 0,97 und Portulak sogar bis zu 1,31 Gramm Oxalsäure! Warum hat uns niemand vor diesen Killergemüsen gewarnt? Eben.



GOLIATH-FORMAT

*Johann Lafers Fonds werden
gekocht wie zu Hause und
brauchen viele Stunden für
das perfekte Aroma*



Text:
WOLF-CHRISTIAN FINK

Fotos:
CHRISTIAN PROTTE

Wer die Hallen des traditionellen Kaltenkirchener Suppen- und Pasten-Herstellers Jürgen Langbein betritt, den umfängt ein Duft wie in Großmutter's Küche. Dabei passt das Bild einer modernen Lebensmittelherstellung gar nicht so recht zu dem köstlichen Aroma nach Gemüsesuppe und Fleischbrühe. 20 Mitarbeiter von 50 sorgen hier, eine halbe Stunde nördlich von Hamburg, für die Komposition feiner Fonds in Lafer-Qualität: „Das ist die Basis jeder guten Sauce und jeder köstlichen Suppe“, sagt Johann Lafer selbst. In regelmäßigen Abständen kommt er angereist, um sich gemeinsam mit den rund 20 Köchen von der konstanten Qualität seiner flüssigen Delikatessen zu überzeugen.

„Man könnte die Lafer-Fonds sogar direkt als Consommé genießen“, ergänzt Produktentwickler Alfred Fischer mit einer Prise Stolz. Seit über zehn Jahren kennt er Johann Lafer und weiß fast jedes



GESCHMACKSTÜFTLER

Seit vielen Jahren vertraut Johann Lafer der Kreativität des Produktentwicklers Alfred Fischer

Rezept auswendig, das er in enger Zusammenarbeit mit ihm kreiert hat. An bestimmten Tagen wird ausschließlich „Lafer“ produziert, denn dieser Prozess erfordert besondere Raffinesse und nicht zuletzt besondere Zutaten, die der südfranzösische Koch Philippe Chaumont und sein Kollege Thomas Smith hier für die speziellen Lafer-Rezepturen verwenden. Die Arbeit folgt denselben Regeln wie das Kochen zu Hause – nur eben in viel größerem Maßstab.

Dabei sehen die Bottiche, in denen es hier brodelt und dampft, aus wie eine Mischung aus Kochtopf und Jacuzzi, stählern schimmernd und mit einem riesigen Deckel. Obenauf schwimmt das, was die Lafer-Fonds ausmacht: erstklassiges Fleisch, Knochen, Gemüse und ein Leinensack mit dem eigentlichen Produktionsgeheimnis, der Gewürzmischung.

Fleisch, Knochen und viel Geduld

Doch alles beginnt mit dem Fleisch. Bevor es mit dem Wasser in die 400-Liter-Kessel kommt,

Da brüht sich was zusammen

Fonds sind das Fundament guter Küche. Dabei verlässt sich Johann Lafer auf Kollegen, die für ihn noch kochen wie zu Hause



RAFFINIERTER AROMEN

Angeröstete Fleischknochen (hier Hirsch) ist die Basis für jeden nicht vegetarischen Fond. Neun verschiedene gibt es insgesamt

400 LITER UND EINE GEHEIMSACHE

Was genau der Gewürzbeutel enthält
und vor allem: in welcher Zusammensetzung
– wird nicht verraten



erhält es die notwendigen Röstaromen. Philippe Chaumont schichtet heute Hirschfleisch in die großen Konvektomaten, wo 30 Minuten bei 180 Grad geröstet wird und nach kurzer Zeit verführerisch-appetitliche Düfte entstehen. Nichts von dem edlen Fleisch geht verloren. Auch der Bratensaft, aufgefangen in großen Wannen, kommt später als unverzichtbare Zutat in den Fond.

Geschmacksgeheimnisse

„Im Prinzip entstehen meine Fonds genauso wie in der heimischen Küche, nur dass kaum jemand heute noch die Zeit findet, seine Fonds selbst zuzubereiten“, erklärt Johann Lafer. Denn dazu braucht es vor allem Zeit. Zwar schafft die Abfüllanlage rund 45 000 Gläser am Tag, doch die Zubereitung insgesamt beschleunigt das nicht. Vier bis sechs Stunden kochen die Fonds in ihren Kesseln vor sich hin und werden dabei immer wieder abgeschmeckt. Beim Kochen intensivieren sich die Aromen und verbinden sich, die flüssige Grundlage für die perfekte Fleisch-, Saucen- und Suppenküche.

Zwei Jahre feilte Johann Lafer mit seinen norddeutschen Profis allein am Rezept für den besonders gefragten, weil vielseitig einsetzbaren Rinderfond. Erkundigt man sich allerdings nach Details, wird das ansonsten auskunftsfreudige Team recht schweigsam. Die Geschmacksgeheimnisse, so heißt es, sollen geheim bleiben. Ein wenig Wein sei beim Wildfond dabei und Preiselbeeren, weil Johann Lafer die säuerlich-bitteren Akzente so liebt. Top-



secret ist außerdem der Inhalt des Leinensacks, einer Art Maxi-Teebeutel. Ganze drei Kilogramm Gewürze enthält er, darunter natürlich eine Vielzahl an Küchen-Klassikern, aber auch kleinere Mengen exotischerer Zutaten.

Kein Glas bleibt lange stehen

Ist der Fond einmal fertig gekocht und abgeschmeckt, erledigen Maschinen und Roboter den überwiegenden Rest. Abgefüllt und hitzekonserviert wird bei Temperaturen, die einerseits die Aromen nicht beschädigen, andererseits jedes Glas drei Jahre haltbar machen. Allerdings weiß Produktionsleiter Bernd Deuker, dass kaum ein Glas so lange stehen bleibt: „Wir halten wenig Lagerplatz vor, sodass die Produktion schnell das Haus verlässt und entsprechend zügig beim

GAUMENTEST

Kräftiger Geschmack, ausgewogene Säure und die richtige Menge Salz – die Chefs sind zufrieden (Philippe Chaumont, links, Alfred Fischer, rechts)



Lafer Premium Fonds gibt es in neun Sorten. **Erhältlich sind sie im guten Fachhandel**


ORIGINALVERPACKT

Abgefüllt wird am Fließband. Die Anlage schafft pro Stunde rund 6000 der 400-Milliliter-Gläser


CHEFSACHE

Johann Lafer wirft einen letzten prüfenden Blick auf die Gläser, bevor sie per Roboter auf Paletten gestapelt werden

„In all den Jahren,
die wir hier
produzieren, hat es
nicht eine einzige
Reklamation gegeben“

JOHANN LAFER

Verbraucher landet. Das ist nicht nur in unseren Hoch-Zeiten vor Weihnachten und Ostern so.“

Wer die Abfüllanlage genau beobachtet, kann ein weiteres kleines Lafer-Erfolgsgeheimnis entdecken: Kurz bevor das Glas verschraubt wird, kommt noch ein winziger Spritzer klares, flüssiges Fett dazu. „Diese gute Zutat von Hühnern oder Gänsen wirkt als natürlicher Geschmacksabrundung und ist das i-Tüpfelchen“, erläutert Johann Lafer. Und auch hier gibt es keinen Platz für Kompromisse. Frei nach dem Motto „Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser“ wird jede Tagesproduktion probiert, bevor sie ausgeliefert wird. Fünf bis sieben gnadenlose Tester beteiligen sich täglich an dieser Verkostung. Und das Lafer-Etikett bekommen die Gläser nur, wenn sich alle Teilnehmer einig sind: Das ist konstante Topqualität – eben typisch Lafer. ♦



UN-KRAUT-FAN

*Giersch ist für Kräuterfex
Peter Franke der neue
Bärlauch und unver-
zichtbarer Bestandteil
seiner Kräuterbowle*

Im Stängel liegt die Kraft

Peter Franke aus dem Spreewald findet seine Schätze in der Natur – im Wald, auf Wiesen, am Wegesrand. Als Kräuterexperte weiß er, was uns gesund macht. Und was dazu noch wunderbar schmeckt

Text:
ANKE SADEMANN

Fotos:
FABIENNE KARMANN

In der „Gemüsekirche“ der Gemeinde Werben im Spreewald lächelt Peter Franke sein gewinnendes Guter-Onkel-Lächeln ins weiße Schnurrbärtchen. Er blickt besonnen auf das handbemalte Holzgebälk. Feldfrüchte, Blumen und Kräuter winden sich darauf, sie haben der 700 Jahre alten wendischen Dorfkirche den Beinamen „Gemüsekirche“ eingetragen. Wie ein selbst gekrönter König des Natürlichen trägt Franke einen von Wiesenblumen umrankten Strohhut – sein Markenzeichen. Vis-à-vis hat er gerade erst im Landhotel *Zum Stern* sein „grünes Gewölbe“ mit dem Un-Kraut-Laden eröffnet.

Ein Spreewaldmärchen: Die Liebe zur schönen Wirtstochter Antje hatte den Thüringer Anfang der Neunzigerjahre ins Grünland der Sorben und Wenden gebracht. Der Neuling unterstützt die Ehefrau als Teil einer 400 Jahre alten Familiengeschichte zunächst als Koch. Nach und nach entwickelt er seine eigenen Konzepte rund um die Welt der Kräuter und lokalen Spezialitäten, wird zum umtriebigen Genussbotschafter der Region. Zehn Jahre lang betreibt er im nahen Burg seine Kräutermanufaktur

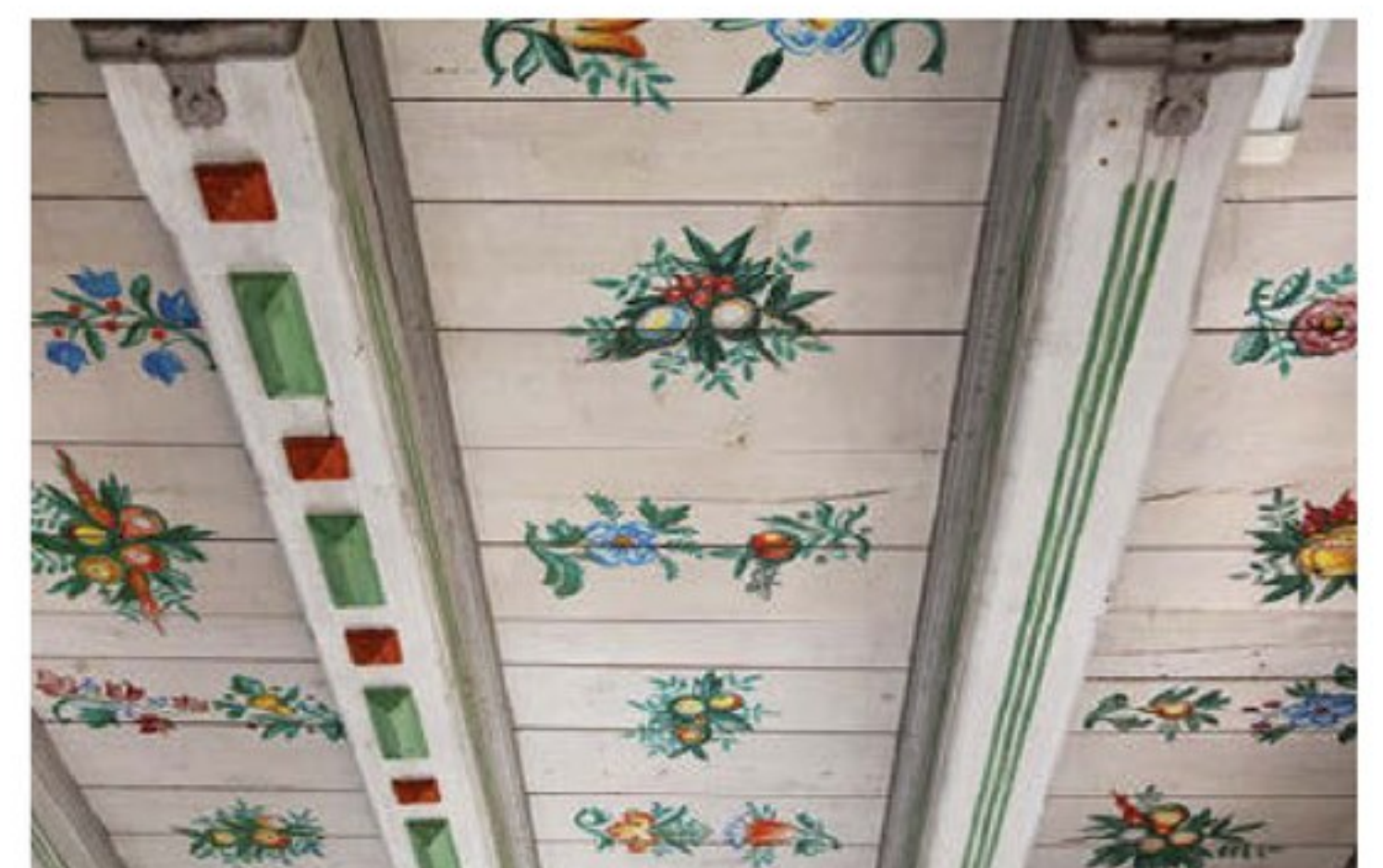


GURKENAROMA
*Borretsch darf in keiner
Kräutersauce fehlen*

in einem 200 Jahre alten Doppelstubenhaus. Nun hat er sich einen neuen Ort erschaffen, wo man bei viel Gekräutert und Gemenschel zusammenkommt, sich austauscht und selbst Hand anlegt.

Zum taufrischen ersten Jahreszyklus fließt wieder neue Lebenskraft durch Wurzeln, Stängel und Blätter der unzähligen Wildkräuter, die schon Hildegard von Bingen als heilige „Grünkraft“ gepriesen hat. Franke fasziniert das vergessene Wissen der Klosterheilkunde, das er leidenschaftlich auch durch wissenschaftliche Lektüre vertieft. Von kleinen Wehwehchen bis zur Krebstherapie komme die Urkraft der „Un-Kräuter“ zum Einsatz, und die würden nun mal dort wachsen, wo der Boden noch gesund und frei von Pestiziden sei. Pflücken solle man

SCHMUCKES GEBÄLK
*Den Beinamen
„Gemüsekirche“
verdankt das
Werbener Gotteshaus
der farbenfrohen
Deckenmalerei*





NATURNAH

Kanadische Goldrute ist gut für die Nieren. Peter Franke verwendet sie auch für Kräuterbutter und im Salat

sie vor 12 Uhr, dann sei ihre Wirkung am stärksten. Die größte Kraft aber sitze im Stängel. „Neben der kulinarischen Verwendung der Wildkräuter von der Knospe bis zum Blatt gehören sie nach dem (Schatten-)Trocknen und Veredeln auch in jede Hausapotheke“, empfiehlt der freundliche Kräuterexperte, während er auf die kleinen Fläschchen mit allerlei Tinkturen zeigt. Rotpflaumiges Zimtwässerchen (Happy Wodka), Brombeersirup oder Schafgarben-Hustensaft steht auf den Etiketten. Und Letzterer überrascht mit pfeffriger Schärfe.

Kräuter sind laut Franke Gaumen- und Organfreunde. Als Entgifter und Nierenputzer etwa gelten die Blätter der Brennnessel und der Brombeere. Prall bewachsene Brombeersträucher stehen in einer „Dreieinigkeit“ mit Holunder und Walnuss als Antioxidans und Brainfood in jedem Spreewälder Privatgarten. Löwenzahn tut der Leber wohl. Das Bittere sitzt in Blatt und Stängel, die Süße in der Blüte. Und aus der Wurzel lässt sich Kaffee brauen. Frankes Lieblingskraut ist der Giersch. Der besänftigt nicht nur Rheumaschmerzen und Gelenkprobleme, sondern ist wie der zartblättrige Portulak mit seinem mild-säuerlichen bis nussartigen Geschmack ein Trendblättler – also der neue Bärlauch! Auch in Frankes legendärer Un-Kraut-Bowle darf Giersch für die kräftig Basisnote nicht fehlen. In

VITAMINBOMBE

Die stark Vitamin-C-haltige Vogelbeere nutzt Franke für Essig, Likör und Tee



BRENNENDE LEIDENSCHAFT

Entgifter Nummer eins ist die Brennnessel zum Entschlacken für die Frühjahrskur – als Tee oder auch im Kräuterquark





KRÄUTERPIRSCH

Immer mit einem Körbchen bewaffnet, sucht Peter Franke am Waldrand nach Wildkräutern wie Giersch, Gundermann, Brennnessel oder Schafgarbe



EINEN IM TEE

60 Kräuterteesorten stellt Peter Franke her. Die gesunden Gute-Laune-Tees im Beutel sind ein Mix aus ganzjährig gesammelten und schattengetrockneten Kräutern und Blüten wie Verbene, Vogelmiere, Salbei, Rose, Ringelblume und Kamille

HANDARBEIT
*Seine geliebten Schmor-
gurken schnippelt der
Chefhöchstpersönlich im
Un-Kraut-Laden*

„Der beste Vorrat ist der gute Rat!“

PETER FRANKE



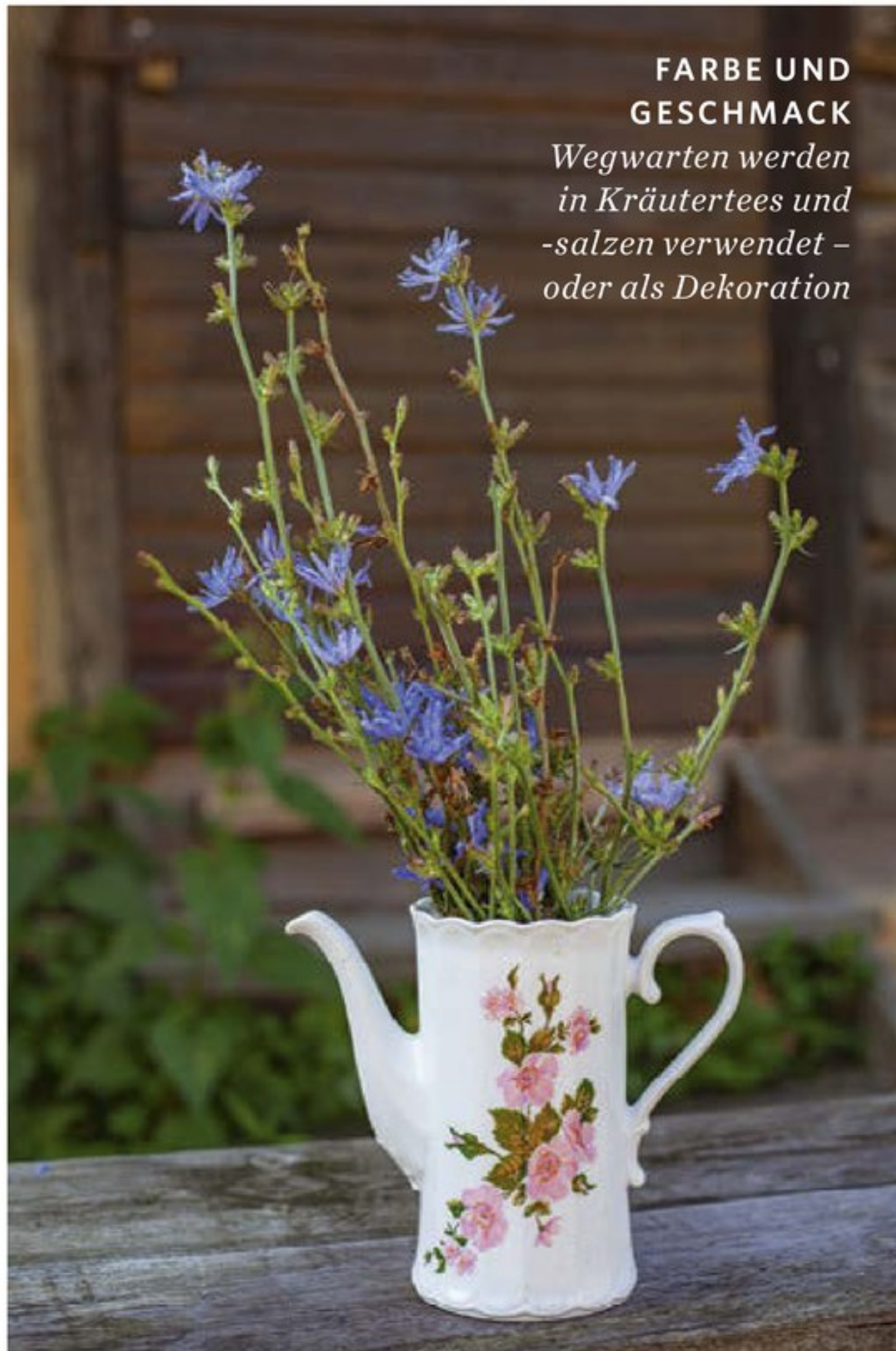
dieser Urlimo aus regionalen Essenzen landet fast alles, was der Kräuterm Merlin auf seinen Streifzügen durch Wiesen, Wald und rund ums Haus an krautigen „Nahrungsmitteln“ sanft der Erde entreißt. Mindestens siebenmal „Grünkraft“, zum Beispiel der weich behaarte Gundermann, das ein oder andere Gänseblümchen oder Sauerampfer, landet im Apfelsaft – dem besten Geschmacksträger.

Tee-Universum

Tritt man ins Kräuterreich in Werben ein, fühlt man sich wie ein Zauberlehrling, der Witterung aufnimmt, die Nase in eines der 1001 Behältnisse steckt und die Schätze zwischen den Fingerspitzen am liebsten zerreiben würde. Die orangefarbenen Kügelchen in den Fläschchen im langen Kräuterregal entpuppen sich als Vogelbeeren in Essig oder Likör. Ende August wird der Genusshandwerker sie am Wegesrand neben der Kanadischen Goldrute (Blasenfreundin) ernten, zu Marmelade, Senf oder Tee verarbeiten („Der Sud schmeckt besser als Campari“). „Der beste Vorrat ist der gute Rat!“, witzelt Franke, der sein unerschöpfliches Wissen, gepaart mit Anekdoten und einer sonnigen Prise Humor, preisgibt. Besonders stolz ist er auf sein „Schwarzpulver“ aus getrockneten Vogel-, Aronia- und Holunderbeeren, Sanddorn und Waldpilzen – eine aromatische, antioxidative Würzmischung, die es in sich hat. Schwer beeindruckend ist sein Tee-Universum: Handgebunden ruht es in unzähligen Gazebeutelchen, die er in Bonbonnieren präsentiert. An die 60 Kräuter und Blüten wie Heckenrose, Kornblume, Melisse oder Hagebutte vereinen sich aufs Köstlichste und werden in fein nuancierten Geschmacks- und Wirkungsgraden zu Trunk oder Tinktur. Tee setzt Franke mit Gewürzen gleich, auch er kann scharf, mild, bitter oder süß schmecken.

EIGENBAU
Beim Kräutergärtnern legt Franke selbst Hand an (oben), und auch seine Workshops bereitet er liebevoll vor





**FARBE UND
GESCHMACK**

*Wegwarten werden
in Kräutertees und
-salzen verwendet –
oder als Dekoration*

Homo herbarius

Und nun zu Tisch! Hier gilt die Formel: Wer das Gänseblümchen nicht ehrt, ist die Bemme (Thüringer Ausdruck für Stulle) nicht wert! Also macht sie in Peter Frankes Genussreigen immer den Anfang. Dick streicht er seine Meerrettichpaste pur, gekräutert oder mit Roter Bete auf die Bemme. Ein Überraschungseffekt, der zu Tränen rührt und die Geschmackskanäle ordentlich durchpus-tet. Versöhnlich danach die Süße seiner Rotklee-butter. Den Spreewälder Nationalgerichten Kar-toffeln mit Quark und Lausitzer Gold (Leinöl) und Schmorgurken verpasst der Homo herbarius mit den intensiv schmeckenden Wildkräutern seine Handschrift. Salz und Speck können durch den kräftigen Liebstöckel (Maggikraut) ersetzt wer-den. Für ein mild-scharfes, kümmelartiges Aroma sind Schnittknoblauch, Dill oder die schmucke Ka-puzinerkresse die Geheimformel, und als Topping rieseln die blauen Blüten von Borretsch (Gurken-kraut) oder Ysop (Eisenkraut) obendrauf. Und ge-dünstete Wildhopfensprossen schmecken als Bei-lage wie Spargel.

Besondere essbare Blüten, zum Beispiel das sensible Hornveilchen oder im Herbst die Dahlien, sowie Aromakräuter wie Schokominze oder Wald-meister bezieht Peter Franke von einem Gemüse-



DREAM-TEAM

Peter Franke mit seinen Bio-Lieferanten: Luise und Hans Kuprat (vorne), Tochter Heike Lickfett (hinten links) und Schwiegertochter Jennifer Rossius

bauern im Biosphärenreservat. Dort hat Familie Kuprat ein ehemaliges Schulgelände aus den Vier-zigerjahren in ein Blumenmeer verwandelt. In drit-ter Generation steht der Hof unter Mutter Luises Zepter. Wenn Tochter Heike und Schwiegertochter Jennifer dann noch ihre handbedruckte wendische Arbeitstracht mit Mieder und Schürze aus Leinen und Nesselstoff tragen, ist die Bilderbuchkulisse perfekt. Im März wird ausgesät, und wenn die Hummeln zum Bestäuben ausschwärmen, ist die kräutersatte, prachtvoll blühende Frühlingssaison endgültig eröffnet. ♦

Adresse: Peter Franke, Spreewälder Kräuter-Hotel

„Zum Stern“, Burger Str. 1, 03096 Werben/Spreewald

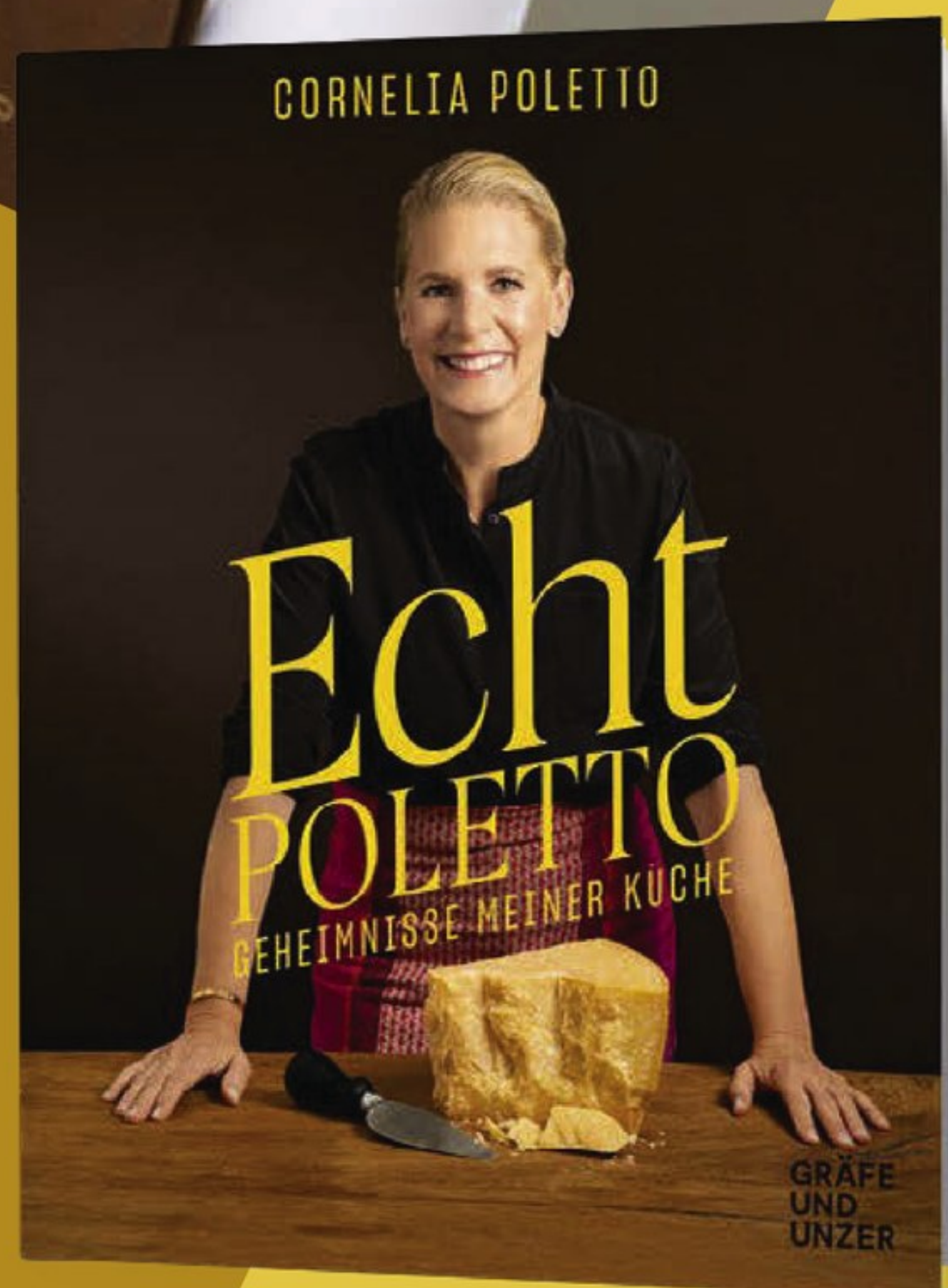
Telefon: 03 56 03-66 0

Homepage: hotel-stern-werben.de/kraeutermanufactur.html

CORNELIA POLETTOS KÜCHEN- GEHEIMNISSE

Mit Liebe zum Detail entstehen Gerichte, die bereits bei der Zubereitung Freude machen – mediterran inspiriert, überraschend und leicht nachzukochen. „Echt Poletto“ eben! Dazu verrät Spitzenköchin **CORNELIA POLETTO** Tricks und Tipps aus ihrer Küchenpraxis.

**GRÄFE
UND
UNZER**



Überall, wo es Bücher und E-Books gibt, und auf www.GU.de

Informierter trinken!

Fazit gleich vorweg: gehört als Grundausrüstung in Griffnähe jeder Hausbar! Warum? Weil die Brüder Schofield eine absolut idealtypische Sammlung von Cocktailklassikern aufgelegt haben, weil sie Sherry lieben und überhaupt! Anmixtipp: Daniel Schofields „Padrino“ – wow!

Joe & Daniel Schofield:
Classic Cocktails.
Die 100 besten Drinks –
von Aperol Spritz bis Zombie
224 Seiten, Hallwag, 19,99 Euro



Henri Duparc,
Richard Strauss,
Sergej Rachmaninov:
Morgen
Elsa Dreisig, Jonathan Ware;
CD, Warner Erato, 2020.
Anspieltipps:
(1) „L'invitation au voyage“
(2) „Frühling“

Frühlingsluft

„Ich will ergriffen sein“, so die Maxime des Komponisten Henri Duparc, von dem man kaum mehr als seine 17 Lieder kennt. Sechs davon finden sich auf dieser CD – schwer vorstellbar, dass eine Reise in den Frühling ergreifender sein könnte.



Alle Antworten ...

... auf sämtliche Fragen, die der interessierte Genussschmecker stellen könnte. Ein zeitloser Wissensdurstlöcher!

Alexandre Dumas:
Kleines Wörterbuch der Kochkünste
250 Seiten,
Matthes & Seitz, 18 Euro

Was bringt der Frühling Neues?

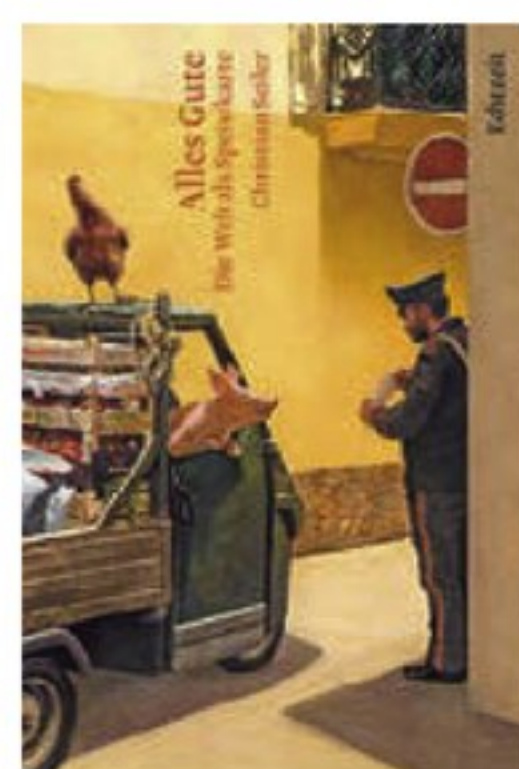
Musik, Film, Bücher, kulinarische Termine und ein Spiel
für die ganze Familie – schöner wird's nimmer!



Vangelis Bagiartakis, Dávid Turczi:
Kitchen Rush
Pegasus Spiele, 39,95 Euro

Küchenmarathon

Was passiert, wenn zwei bis vier Spieler gemeinsam ein Restaurant erwerben und dann in Echtzeit Einkauf, Service und Küchenbrigade (plus Spüldienst) managen? Kooperatives Chaos mit Ansage vom Allerfeinsten!



Christian Seiler:
Alles Gute –
Die Welt als
Speisekarte
816 Seiten,
Echtzeit,
43 Euro

Unentbehrlich

Nach über 800 Seiten Text stellt sich die Frage: War's das schon? Sich mit Christian Seiler durch die Welt zu schlemmen, das kann ziemlich süchtig machen. Der Mann schreibt über Essen, wie manch bester Chef de Cuisine gern kochen können wollte. Und das Sahnehäubchen obenauf: einfach prachtvoll illustriert!

Food, Truck, Love

Ein köstlich anrührender, herzergreifend witziger Film (Originaltitel: „Chef“), den man, nicht nur als Foodie, lieben muss. Zum Glück lassen sich zweite und dritte Favreau-Rationen via Netflix („The Chef Show“, zwei Staffeln) nachordern.

Kiss the Cook –
So schmeckt das Leben
Regie: Jon Favreau,
114 Minuten, DVD &
Blu-Ray, Koch Media (2015)



Johann Lafer:
Johanns Küche
192 Seiten,
Gräfe und Unzer,
19,99 Euro

Heimspiel

Die große Kunst der einfachen Küche – Johann Lafer widmet sich einer echten Herzensangelegenheit: der traditionellen, nachhaltigen und dennoch modernen Küche! Über 60 neue, so einfache wie raffinierte Rezepte – und im Handumdrehen auf den Tisch gebracht. Einfach genial!

SO FEIERN SIEGER
*Die Gewinner von 2019 mit Barbara
Schöneberger: Auch 2020 können
sich Gäste wieder auf ein fulminantes
Fest samt Feuerwerk freuen*

Lieblingstermine

16. BIS 19. APRIL 2020 / STUTTGART

Im Zeichen der Schnecke

Zum 14. Mal findet in Stuttgart auf dem Messegelände in der Nähe des Flughafens die Slow-Food-Messe „Markt des guten Geschmacks“ statt. Hier geht's um nicht mehr und nicht weniger als den Erhalt unserer Esskultur! Nur regionale, nachhaltig und handwerklich erzeugte Lebensmittel, die den strengen Kriterien von Slow Food standhalten (gut, sauber, fair), dürfen daran teilnehmen. Besucher haben vier Tage lang die Gelegenheit, Produkte zu kosten, zu kaufen und ins Gespräch mit Landwirten, Obstbauern, Winzern, Fleischern, Bäckern und Käseherstellern zu kommen. Wer ein Probierpäckchen braucht, kann einem der vielen Vorträge lauschen, einen Kochkurs machen, lernen, wie Bier gebraut wird, sich ins Gin Quarter absetzen oder über den Continental Whisky Market flanieren.

—> messe-stuttgart.de/marktdesgutengeschmacks



9. MAI 2020 / BERGISCH GLADBACH

(Be)rauschende Galanacht

Zum 18. Mal ehrt der DER FEINSCHMECKER im Rahmen der Wine Awards auf Schloss Bensberg Persönlichkeiten aus dem In- und Ausland für ihre Verdienste um den Wein: Oscars, Emmys und Golden Globes in einem! Die Preisträger präsentiert – man kann schon sagen: traditionell – Moderatorin Barbara Schöneberger auf der Bühne im Festzelt; die Weine der ausgezeichneten Winzer können danach auf der Beletage des Schlosses verkostet werden. Das kulinarische Programm gestalten die Meister an den Kochstationen, allen voran Joachim Wissler (*Vendôme*), Walter Leufen (*Seehotel Überfahrt*) und viele mehr, als Gastköche des FEINSCHMECKER reisen unter anderen Johann Lafer, Cornelia Poletto und Benjamin Biedlingmaier an. Ein Ball mit Liveband und das traditionelle Feuerwerk im Innenhof runden dieses besondere Event ab.

—> althoffcollection.com/de/althoff-grandhotel-schloss-bensberg/events/wine-awards-2020

7. BIS 17. MAI 2020 / ZÜRICH

Festival für Foodverrückte

Fünfmal und kein bisschen leise, die Food Zurich! Mit 400 Produzenten und 85 000 Besuchern konnte sie im vergangenen Jahr den eigenen Rekord brechen und ist heute mehr denn je eine feste Größe für Foodies in der ganzen Welt. Elf Tage lang können Genießer schwelgen und die ganze Bandbreite von Street Food über Slow Food bis zu Fine Food in über 100 Degustationen, Workshops und Touren kennenlernen. Das diesjährige Motto: die „Kulinarische Zukunft“ – und den Puls des kulinarischen Wandels fühlt man nirgendwo so deutlich wie in Zürich!

—> foodzurich.com



UNGESTÖRT

*In einer der Poolsuiten
hat man ein Zehn-
Quadratmeter-
Schwimmbecken
für sich allein*



„Dort bin ich
völlig zur Ruhe
gekommen“

JOHANN LAFER

UNVERSTELLT

*Von fast jedem Fenster
aus kann der Blick
in die Ferne schweifen*



Mein „Herz von Mallorca“

Schöner als im Schlosshotel *Castell Son Claret* kann man auf der Insel kaum wohnen – findet Johann Lafer

Es gibt ja Orte, die sind irgendwie nicht von dieser Welt. Genau dieses Gefühl hatte ich, als ich auf Mallorca mitten in der Bergregion Tramuntana die Palmenallee heraufkam, die zum *Castell Son Claret* führt, einem Anwesen mit Ursprüngen im 15. Jahrhundert. Man bewegt sich durch einen wundervoll bepflanzten Garten, im Hintergrund ragt steil der mehr als 1000 Meter hohe Puig de Galatzó empor. Nicht umsonst wurde diese traumhafte Landschaft zum UNESCO-Welterbe ernannt. Und dann dieses Hotel, komplett ruhig und fast versteckt gelegen. Sehr geschmackvoll eingerichtet, mit viel Holz, modern, aber nicht übertrieben. Überall hat man herrliche Blicke in den Garten und auf die Berge. Dort bin ich völlig zur Ruhe gekommen. Und erlebte die Kochkunst meines Kollegen Fernando Arellano! In seinem Zweisternerrestaurant *Zaranda* öffnet sich der Himmel der Genüsse!



UNVERGLEICHlich

Von der Palmenallee erblickt man den Gipfel des Puig de Galatzó

Homepage: castellsonclaret.com



Im Herzen Deutschlands
umgeben von Weltkulturerbestätten liegt das

Relais & Châteaux Hotel Hohenhaus

★★★★★



Genießen Sie die unvergleichliche und ursprüngliche Natur in der Heimat der Gebrüder Grimm in Nordhessen. Erleben Sie die mit einem Michelin-Stern ausgezeichnete Feinschmeckerküche von Peter Niemann im Gourmet-Restaurant „La Vallée Verte“. Das stilvolle Relais & Châteaux Hotel ist eine perfekte Oase für Gourmets und Naturliebhaber, die das Besondere lieben.

Auch für Tagungen und geschäftliche Zusammenkünfte bietet das im Jahr 2020 als bestes Tagungs-Hideaway ausgezeichnete Haus exzellente Möglichkeiten. Ein Glasfaser-Anschluss sorgt für Highspeed-Internet. Vier Tagungsräume von 27 bis 500 Quadratmeter Größe sind mit neuester Technik ausgestattet. Darin – oder auch im Park – lässt es sich sowohl für kleine wie auch große Gruppen ungestört konferieren.

Das Hohenhaus-Team freut sich darauf, Sie zu verwöhnen zu dürfen.

HOTEL HOHEN HAUS



Grüne Heimat
NordHessen

★★★★★
HOTEL HOHENHAUS

Hohenhaus 1 • 37293 Herrleshausen

Telefon: +49 56 54 98 70 • Telefax: +49 56 54 13 03

E-mail: info@hohenhaus.de

www.hohenhaus.de

GENUSS- UND GESUNDHEITSTEAM
*Johann Lafer mit seinen Co-Autoren,
den Gesundheits- und Ernährungsexperten Petra Bracht
und Roland Liebscher-Bracht*



FOTOS: Gräfe und Unzer/ Anja Jahn

Gesünder genießen – das beste Schmerzmittel

Alles wird gut! Johann Lafer litt unter
Arthrosebeschwerden und wurde geheilt. Grund genug,
ein wichtiges Buch darüber zu schreiben

Text:
PETRA BRACHT,
ROLAND LIEBSCHER-BRACHT,
SYLVIE HINDERBERGER

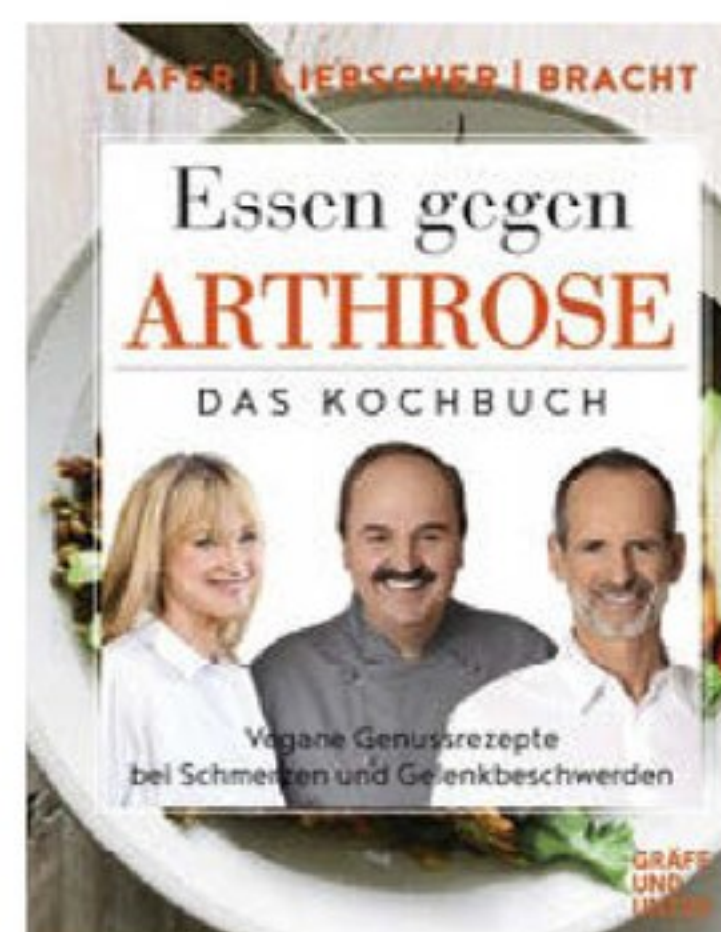
Jahrelang hatte Johann Lafer Probleme mit seinem Knie und musste erleben, wie sehr Schmerzen das Leben bestimmen können. Einer langen Leidensphase folgte schließlich eine Operation. Doch auch danach dauerte es noch Monate, bis er wieder voll einsatzfähig war.

Als wenig später auch das andere Knie zu schmerzen begann, wusste Johann Lafer schnell: Diese Tortur wollte er nicht noch einmal durchleben. Musste er auch nicht, denn ein gemeinsamer Bekannter empfahl ihm Petra Bracht und Roland Liebscher-Bracht. Die Ärztin und Ernährungsspezialistin und ihr Mann, Deutschlands Schmerzspezialist Nummer eins, sind Pioniere in der Arthrosebehandlung.

Dank Roland Liebscher-Brachts manueller Akutbehandlung und ausgewählter Übungen ließen Johann Lafers Schmerzen schnell nach. Petra Bracht steuerte ihr Ernährungswissen bei und stellte erst einmal seinen Speiseplan auf den Kopf. Denn in ihrer Praxis erlebt sie seit mehr als 35 Jahren, wie die richtige Ernährung Krankheiten lindern und sogar vollständig heilen kann.

Top-Anti-Arthrose-Lebensmittel

Die Idee für ein Buch war geboren. Drei Experten auf ihrem Gebiet, eine Mission: die Arthrose besiegen – und möglichst vielen Menschen zeigen, dass man Bewegungseinschränkungen und Schmerzen nicht hinnehmen muss. Anhand 28 ausgewählter Top-Anti-Arthrose-Lebensmittel, die in



Johann Lafer,
Petra Bracht,
Roland Liebscher-Bracht:
Essen gegen Arthrose

Gräfe und Unzer,
264 Seiten, 29,99 Euro,
ab 1. April 2020 erhältlich

besonderem Maße entzündlich und schmerzensenkend wirken und darüber hinaus die nötigen Bau- und Hilfsstoffe für die Knorpelregeneration zur Verfügung stellen, und weiterer vollwertiger pflanzlicher Lebensmittel entwickelte Johann Lafer mehr als 80 Rezepte, die zeigen, dass gesunde Ernährung und guter Geschmack kein Widerspruch sein müssen.

Arthrose ist heilbar

Auch wenn die Rezepte auf tierisches Eiweiß verzichten, bleibt Johann Lafer seiner Küche treu: Für außerordentlich gute Ergebnisse braucht es außergewöhnlich gute Zutaten. Auf seine typische Art verleiht er jeder Grundzutat das gewisse Etwas und zeigt, wie aus einem auf den ersten Blick unscheinbaren Lebensmittel hochwirksame Medizin werden kann, die den Weg in die Schmerzfreiheit bereitet. Denn Arthrose ist heilbar. Der Verschleiß des Knorpels lässt sich aufhalten, der Wiederaufbau anregen, und Schmerzen lassen sich auf natürliche Art und Weise beenden. Auch jene, die keine Schmerzen haben und nicht an Arthrose leiden, weil sie noch jung sind oder einiges richtig gemacht haben, dürfen sich inspirieren lassen. Sie erfahren, was sie tun können, damit es auch weiterhin so ist und sie bis ins hohe Alter beweglich und schmerzfrei bleiben. Mit einigen ausgewählten Rezepten aus dem Buch wünscht Johann Lafer allen seinen Leserinnen und Lesern Schmerzfreiheit, Gesundheit und gute Beweglichkeit! ♦

Gemüsecurry mit Wildreis

1 Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen lassen, Wildreis dazugeben, Hitze reduzieren und den Reis zugedeckt etwa 45 Minuten in der nur leicht köchelnden Brühe garen. Dann den Topf vom Herd nehmen, ein Küchentuch zwischen Topf und Deckel klemmen und den Reis 10 Minuten ausdampfen lassen.

2 Inzwischen Zuckerschoten putzen und waschen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Pak-Choi putzen, waschen und vierteln. Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Maiskölbchen der Länge nach halbieren. Süßkartoffeln schälen und in dicke Scheiben schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und hacken.

FÜR 4 PORTIONEN

500 ml Gemüsebrühe,
200 g Wildreis,
200 g Zuckerschoten,
4 Stangen Frühlingszwiebeln,
1 Pak-Choi,
je 1 rote und gelbe Paprikaschote,
8 frische Minimaiskolben,
300 g Süßkartoffeln,
1 Knoblauchzehe,
20 g Ingwer,
2 EL Olivenöl,
1 EL Currypulver,
2 TL rote Currypaste,
2 EL Sojasauce,
350 ml ungesüßte Kokosmilch,
Salz,
2 TL Kokosblütenzucker,
Saft von ½ Bio-Limette

ZUBEREITUNGSZEIT

30 Minuten
+ 55 Minuten Garzeit (Reis)

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

3 Olivenöl in einem Wok oder einer breiten Pfanne erhitzen. Knoblauch, Ingwer, Paprika, Süßkartoffeln und Maiskölbchen darin kurz anbraten. Zuckerschoten und Frühlingszwiebeln zufügen, dann Pak-Choi, Currypulver und Currypaste unterheben. Mit Sojasauce ablöschen und mit Kokosmilch aufgießen. Curry noch 6 Minuten köcheln lassen, dabei mit Salz, Kokosblütenzucker und Limettensaft abschmecken. Fertig gegarten Wildreis dazu servieren.

JOHANN'S TIPP:

„Das Gemüse gart nicht immer gleich schnell. Je größer die Pak-Choi-Stücke, desto früher sollten sie dazugegeben werden“





Rucola mit Honigmelonen-Carpaccio und gegrilltem Tofu

1 Melone schälen, halbieren, Kerne mit einem Löffel auskratzen. Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden und diese leicht überlappend auf Teller verteilen.

2 Chilischote waschen, der Länge nach halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Cashewkerne grob hacken. Beides in einer Pfanne rösten. Dabei regelmäßig umrühren. In eine Schüssel umfüllen, mit Lein- und Walnussöl, Apfeldicksaft, Limettensaft und Balsamico bianco verquirlen und mit Salz abschmecken. Rucola waschen und trocken schleudern.

FÜR 4 PORTIONEN

*1 reife Charentais- oder
Cantaloupe-Melone,
1 rote Chilischote,
100 g Cashewkerne,
2 EL Leinöl,
3 EL Walnussöl,
2 TL Apfeldicksaft,
Saft von 1 Bio-Limette,
2 EL Balsamico bianco,
Salz,
100 g Rucola,
300 g Tofu (Natur),
4 EL Olivenöl,
Pfeffer*

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

3 Tofu in 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese rundum mit etwas Olivenöl bepinseln und in einer heißen Grillpfanne von beiden Seiten jeweils etwa 4 Minuten grillen. Dabei mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

4 Rucola mit dem warmen Tofu auf den Melonen verteilen, alles mit der Nussvinaigrette beträufeln und sofort servieren.

JOHANN'S TIPP:

„Unbedingt darauf
achten, dass die Melone
reif und süß ist.
Das erkennt man am
fruchtigen Duft“

Frühlingsfrisches Buchweizentaboulé

1 Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen, Buchweizen einstreuen und zugedeckt bei schwacher Hitze 25–30 Minuten quellen lassen. Abgießen und offen abkühlen lassen.

2 Inzwischen Tomaten waschen und vierteln, dabei Stielansatz und Kerne entfernen. Minigurken waschen, Wassermelone schälen. Tomaten, Gurken und Wassermelone in 1,5 cm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in 1 cm breite Ringe schneiden. Peperoni waschen, längs halbieren, entkernen und fein hacken.

FÜR 4 PORTIONEN

*750 ml Gemüsebrühe,
200 g Buchweizen,
300 g reife Tomaten,
3 Minigurken (à 150 g),
300 g Wassermelone,
4 Stangen Frühlingszwiebeln,
1 rote Peperoni,
1 Bio-Zitrone,
Salz, Pfeffer,
1 EL Birkenzucker,
5 EL Olivenöl,
je 4 Zweige Petersilie und Basilikum*

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten

SCHWIERIGKEIT

● ○ ○

3 Für die Marinade Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Zitrone halbieren und auspressen. Saft und Schalenabrieb mit Salz, Pfeffer und Birkenzucker in einer Schüssel verrühren, Olivenöl nach und nach mit dem Schneebesen unterschlagen. Buchweizen, Tomaten, Gurken, Wassermelone, Frühlingszwiebeln und Peperoni untermischen.

4 Petersilie und Basilikum waschen und trocken schütteln. Blätter abzupfen, grob hacken und unter den Salat heben. Anschließend alles mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

JOHANN'S TIPP:

„Es kann nicht schaden,
den Buchweizen zwischen-
durch mal zu probieren,
er sollte noch einen guten
Biss haben“





Gegrillte Zucchini mit Olivenpolenta

1 Zucchini putzen, waschen, der Länge nach in 3–5 mm dicke Scheiben schneiden bzw. hobeln. Diese mit 4 EL Olivenöl bepinseln und in einer heißen Grillpfanne auf jeder Seite 3 Minuten braten. Salzen und pfeffern. Gegrillte Zucchinis Scheiben nebeneinander auf ein Blech legen.

2 Knoblauch schälen. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen, grob hacken. Beides mit den Oliven in einen hohen Becher geben und mit einem Mixstab fein pürieren.

FÜR 4 PORTIONEN

*2 dicke, feste Zucchini (etwa 600 g),
6 EL Olivenöl,
Salz, Pfeffer,
1 Knoblauchzehe,
80 g getrocknete Tomaten (in Öl),
150 g grüne und schwarze Oliven
(ohne Stein),
400 ml Gemüsebrühe,
125 g Instant-Polentagrieß,
½ TL Birkenzucker,
3 Zweige Basilikum*

ZUBEREITUNGSZEIT

45 Minuten

SCHWIERIGKEIT



3 Gemüsebrühe zum Kochen bringen, Polentagrieß einrühren, unter ständigem Rühren erneut aufkochen. Weitere 5–6 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Dabeiiterrühren, den Grieß vollständig aufquellen lassen. Oliven-Tomaten-Püree unter die Polenta rühren. Mit Birkenzucker, Salz und Pfeffer würzen. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen, grob hacken.

4 Polentamix auf gegrillte Zucchinis Scheiben streichen und diese aufrollen. Röllchen nebeneinander auf eine Platte setzen, mit 2 EL Olivenöl beträufeln und mit dem gehackten Basilikum bestreuen.

JOHANN'S TIPP:

„Zucchini sind sehr zart
und garen schnell –
Obacht beim Braten!“

SEEMANNSGARN

*Im Hafen von Ajaccio ging
Johann Lafer spontan
den Netzflickern zur Hand*



Johann auf großer Fahrt

Eine Kreuzfahrt im
Zeichen des Genusses:
Johann Lafer geht
auf eine kulinarische
Mittelmeerreise
mit Freunden auf der
„Mein Schiff Herz“

Fotos:
DAVID MAUPILÉ

Text:
WOLF-CHRISTIAN FINK

Valletta, Kreuzfahrtterminal, kurz vor 22 Uhr. Die „Mein Schiff Herz“ liegt hell erleuchtet vor der mittelalterlichen Stadtkulisse, die Türen sind bereits verriegelt, und alle sind an Bord. In ein paar Minuten legt das Schiff ab, erst Zentimeter für Zentimeter, dann nimmt es Fahrt auf ins offene Mittelmeer. Aus den Lautsprechern ertönt die Flottenhymne „Große Freiheit“ von Unheilig. Etwas Gänsehautfeeling kommt schon auf, wenn man an der Reling steht, sich langsam entfernt von den angestrahlten, trutzigen Stadtmauern und von lauem Seewind umfächelt wird.

Dabei ist diese Woche auf dem Mittelmeer keine wie jede andere auf der „Mein Schiff Herz“. Die Tage stehen ganz im Zeichen von „Lafer & Friends“: Nicht nur Johann Lafer ist an Bord, sondern auch eine ganze Reihe befreundeter und langjähriger Kollegen. Der Grazer Starkoch Christof Widakovich und TV-Küchenliebling Alexander Kumptner. Konditorweltmeister Bernd Siefert und World Baker of the Year Jochen Baier. Der Winzer August Kessler und nicht zuletzt das österreichische Nationalteam der Jungköche, Weltmeister ihres Fachs. Kein Wunder also, dass die rund 1900 Passagiere dieser Reise besonders vorfreudig gestimmt sind.

Johann Lafer kennt sich auf dem Schiff gut aus und ist schon am Nachmittag da. Seit über einem Jahr steht sein Name für die Kochkunst an Bord. Passend zu Jahreszeit und Route hat er für das beliebte Restaurant *Atlantik* rund hundert Gerichte

MEDITERRANES FLAIR
Ajaccio liegt malerisch
vor einer Bergkulisse.
Berühmt ist es auch als
Napoleons Geburtsstadt



JUNGES GEMÜSE

Auf dem Markt von Civitavecchia treffen sich Generationen zum Einkaufen und Palavern

entwickelt. Was dort serviert wird, ist „typisch Lafer“, und diesmal ist der Urheber selbst dabei.

Die Küche fährt volle Kraft

„Mein erster Weg führt immer in die Küche“, sagt er und hat sich schon längst dorthin verkrümelte, als die ersten Gäste zum Abendessen eintreffen. In kurzer Zeit herrscht im *Atlantik* Hochbetrieb, während Johann Lafer sich mit Chefkoch Hosan El Nemer bespricht. Unter dem Küchenchef Nicco Meyer ist der junge Kollege Lafers „Statthalter“ in der Kombüse und wacht mit Argusaugen darüber, dass die Lafer-Kreationen in Optik und Qualität Tag für Tag höchsten Standards entsprechen.

Die „Mein Schiff Herz“ zählt mit 263 Meter Länge und 956 Kabinen eher zu den kleineren Kreuzfahrern auf den Weltmeeren. 23 Jahre zählt sie und gehört so schon zu den älteren Jahrgängen. Das „Herz“ trägt die ehemalige „Mein Schiff 2“ mit Stolz, denn die leicht betagte Dame hat sich über die Jahre eine Fangemeinde erarbeitet: Sie schätzt ihre Übersichtlichkeit, die vielen ruhigen Winkel, gediegenes Design, die persönliche Ansprache. Und natürlich auf dieser Reise den lässigen Kontakt mit den vielen kulinarischen Berühmtheiten, denen man auf Schritt und Tritt begegnet. Johann Lafer meldet sich schon morgens über den Bordfunk und

WELTMEISTER

Das siegreiche österreichische Nationalteam der Jungköche (von links: Philipp Stohner, Michael Ploner, Thomas Penz, Celino Waldner)



GALADINNER

Für das Gourmetrestaurant an Bord, „La Spezia“, kreierte Johann Lafer ein gekräutertes Rinderfilet

stellt das Tagesprogramm vor. Danach ist Planung mit den Kollegen. Jeden Tag stehen mehrere kulinarische Events vom Brotbacken bis zum Pasta-Workshop auf dem Programm, und dazu fährt die Küche nonstop Volldampf. 6000 Teller werden hier pro Tag angerichtet und serviert. Die Atmosphäre ist verblüffend entspannt. „Jeder Handgriff ist definiert, alles ist perfekt geplant, die Arbeit funktioniert hier im ruhigen Fluss“, erklärt Chefkoch Hosan. Stolz berichtet er, dass zu seinen 49 Kollegen auch fünf Lehrlinge zählen.

Die Voraussetzung für reibungslose Küchenlogistik lagert ein paar Ecken weiter hinter dicken Türen. In den Kühl- und Tiefkühlräumen warten 40 000 Eier, 40 Tonnen Obst und fast 2 Tonnen Rinderfilet auf Verwertung. Alle 14 Tage werden insgesamt 140 Tonnen Proviant an Bord geholt, darunter mehrere hundert Positionen Snacks und Getränke. Ein ausgefeilter Algorithmus bestimmt, wie viele Mittag- oder Abendessen vorbereitet werden, je nach Anzahl der gebuchten Tagesausflüge und anderen Erfahrungswerten.



MARKTFRISCH
*Auf dem
 neapolitanischen
 Mercato Rionale di
 Antignano ging
 Johann Lafer für
 die abendliche
 Kochshow shoppen*



SUPPENKÜCHE

*An Bord wird frisch gekocht – auch die
 Suppe, die für die Versorgung einer
 Kleinstadt reichen würde. Dafür ist der
 Suppenlöffel groß wie ein Ruder*

An diesem Tag können sich die Gäste des *Atlantik* besonders freuen, denn in der Küche hat der Meister selbst Hand angelegt. Seit dem Frühstück steht er dort neben zwei gigantischen dampfenden Kübeln und präpariert 1300 Teller Suppe für den Tag: „Es macht richtig Spaß, den Kochlöffel zu schwingen, und man braucht Kraft dafür, denn er misst fast einen Meter“, sagt Johann Lafer, dabei hat er schon stundenlang Zwiebeln geschnitten und Karotten gestiftet und verschwindet in den Schwanen des kochenden Fonds fast von der Bildfläche.

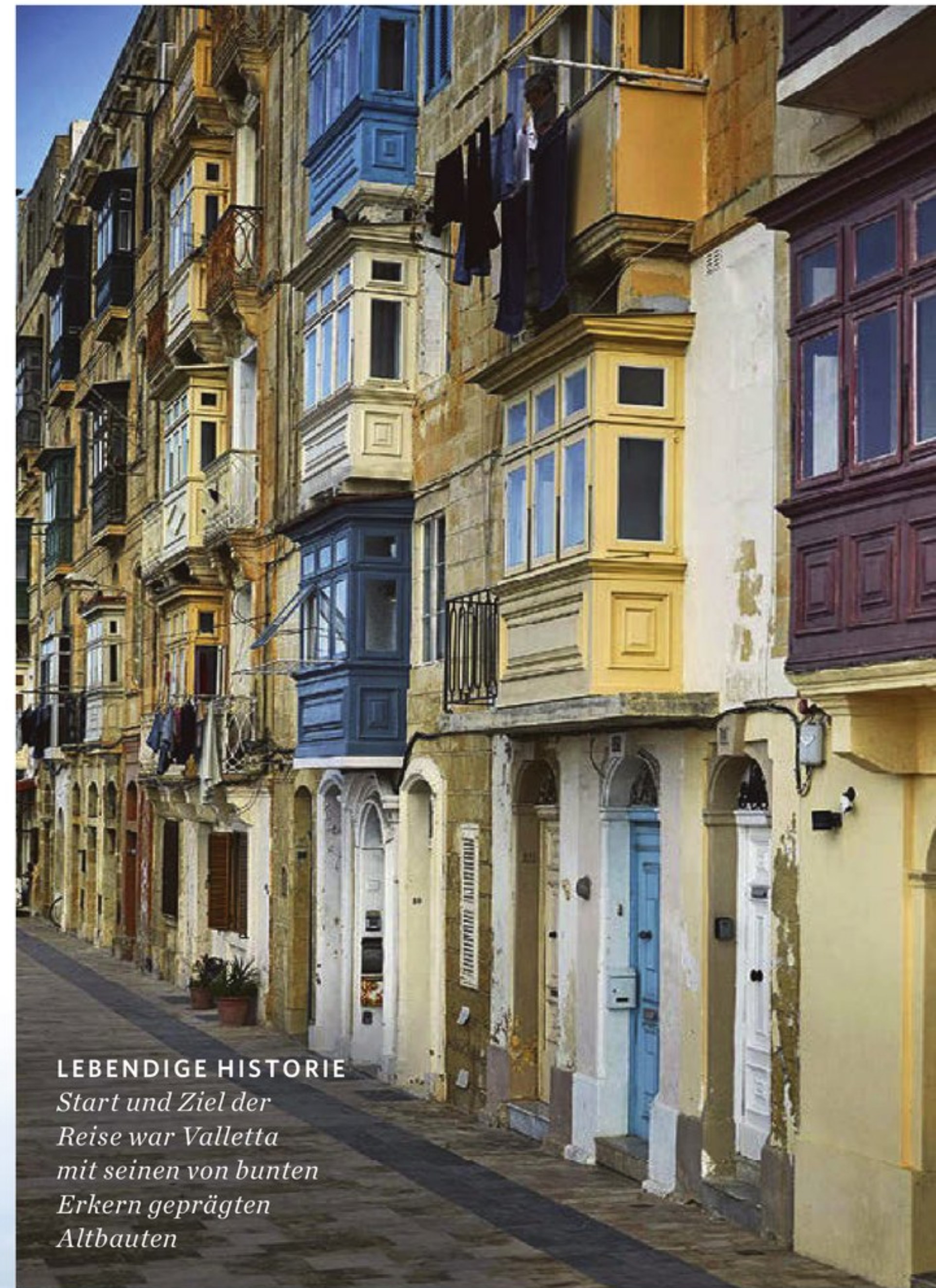
Napoleon lässt grüßen

Am nächsten Nachmittag soll es eine Verkostung korsischer Käsesorten geben – eingekauft vom Chef auf dem Wochenmarkt der malerischen korsischen Stadt Ajaccio. Nach dem Besuch von Napoleons Geburtshaus landet Lafer dann mitten auf dem Bauernmarkt: „Märkte sind für mich die Highlights meiner Reisen“, sagt er, „da lernt man in kurzer Zeit ganz viel über Regionen und ihre Esskultur.“ Das bestätigt sich aufs Neue einige Tage später in Neapel. Einen ganzen Vormittag verbringt er mit den Kollegen auf dem traditionsreichen Mercato Rionale di Antignano. Er begutachtet die



ALTSTADTBUMMEL

In Ajaccio freute sich Johann Lafer über die gemütlichen Gassen rund um Napoleons Geburtshaus



LEBENDIGE HISTORIE

Start und Ziel der Reise war Valletta mit seinen von bunten Erkern geprägten Altbauten



MORGENSTIMMUNG

Vor der Silhouette des Vesuvs stechen in Neapel die Fischerboote in See



TREFFPUNKT POOL

Bei Sonnenschein vor allem für Kinder unwiderstehlich: der Eisstand am Rand der Wasserlandschaft. Burger und Hotdogs gibt es außerdem rund um die Uhr



CHEFS AN BORD

Kapitän Helge Wrage hat das Kommando über Navigation und Sicherheit – Johann Lafer über die Küche

„Es macht
richtig Spaß, hier
den Kochlöffel zu
schwingen“

JOHANN LAFER



RUHEPOL

In der „XLounge“ hoch über dem Meer lassen sich Snacks und Drinks entspannt genießen


BLITZVERLIEBT

... in diese beiden Graffiti-Bewohner war Johann Lafer am Fischmarkt von Ajaccio

Auberginen, wirft einen prüfenden Blick auf Steinpilze und genießt den Duft reifer Tomaten: „Diese Qualität, diese Fülle, da ist Italien wirklich einsame Spitze!“ Kaum trennen kann er sich von den prallvollen Ständen, und als er auch noch von deutschen Passanten erkannt wird, kennen die Händler kein Halten mehr. Jeder will ein Bild mit dem prominenten Besucher, und jeder bekommt auch eines.

Am Ende landet er schwer bepackt in einer kleinen Cafébar und bespricht mit den Freunden den nächsten Abend. Denn da wird es auf die Theaterbühne gehen, mitten ins Rampenlicht. Lafer & Friends kochen live vor Publikum, eine logistische Herausforderung für die Profis vor und hinter den Kulissen. Eine komplette Küchenzeile steht auf der Bühne, und das Publikum verfolgt gespannt jeden Handgriff: „Das ist schon etwas anderes als ein Fernsehstudio, da kann man nichts wiederholen“, sagt Lafer. Es wird geschnippelt, gerührt, gebraten und gebacken, es brutzelt, zischt und duftet wie sonst nie im Theater. Mit dabei sind die österreichischen Jungweltmeister und legen mit Charme und Bravour ein atemberaubendes Tempo vor. Am Schluss steht allen der Schweiß auf der Stirn, ein Menü auf dem Tisch und das Publikum Schlange: Klar werden die Köstlichkeiten von den Profis selbst kredenzt, und als das letzte Dessert genossen und das letzte Selfie geschossen ist, steht der Vollmond schon hoch am Mittelmeerhimmel.

Kulinarisches Finale

Doch noch ist die Reise nicht zu Ende. Früh am nächsten Morgen arbeitet Johann Lafer mit seinen

„Märkte sind für mich die Highlights meiner Reisen“

JOHANN LAFER


PRACHTVOLL

Neapels noble Galleria Umberto I gehört zu den Attraktionen der Altstadt

HAFENFLAIR

In Neapel liegt das Kreuzfahrtterminal zentral und fußläufig zur Altstadt

Freunden schon wieder in der Küche. Für den letzten Abend ist das Bordgourmetrestaurant *La Spezia* ausgebucht. Für das große Farewell-Dinner schöpft die gesamte Küchencrew noch einmal aus dem Vollen. Hoher Besuch hat sich angesagt: Kapitän Helge Wrage wird die Brücke ausnahmsweise für zwei Stunden verlassen, um sich unter die festlich gekleideten Gäste zu mischen. Jeden der fünf Gänge kreiert einer aus Johann Lafers Clique: Das Vitello tonnato stammt von Christof Widakovich, die Polenta-Lauch-Suppe von Alexander Kumptner, der „pulled Lachs“ von den österreichischen Champions, das gekräuterte Rinderfilet von Johann Lafer und das südafrikanische Bananendessert von Bernd Siefert. Dazu liefert Jochen Baier das Brot und August Kessler eine Auswahl exquisiter Weine. Auf Letztere muss der Kapitän leider verzichten, doch das kann seine Begeisterung nicht schmälern: „An Bord wird ja immer gut gekocht, aber dieses Dinner ist selbst für einen Kreuzfahrtskapitän eine Offenbarung.“ Auch für Johann Lafer ist es ein triumphales Finale und das Ende einer Woche, die ihn beflügelt hat: „Meine Freunde sind eine meiner größten Inspirationsquellen, und ich genieße die Zusammenarbeit immer wieder!“ Genossen haben es auch die Passagiere, denn Johann Lafer hat das Versprechen aus seiner Begrüßungsrede an Bord zuverlässig eingehalten: „Ich versichere Ihnen“, so hatte er gesagt, „dass sie in dieser Woche nicht das kleinste Gramm abnehmen werden!“ ♦



ALEXANDER BOMMES
Exklusiv fotografiert
für HÖRZU

Einer, der
HÖRZU
zu Hause hat

HÖRZU ist eine Marke der FUNKE MEDIENGRUPPE

Genussreiches in Sicht!

Speisen wie auf der „Mein Schiff Herz“:
Laden Sie zu Ihrem eigenen Captain's Dinner ein
mit Johann Lafers Kreuzfahrtkreationen

Rezeptfotos:
MARKUS HILDEBRAND

Fotos:
DAVID MAUPILÉ



JOHANN'S TIPP:

„Mit einem eckigen Vorspeisenring
kommt die Erbsenmousse in Hochform“

Erbsen-Minz-Mousse, Spargel-Rote-Bete-Salat, Lammschinken und Meerrettich

1 Erbsen blanchieren, in Eiswasser abschrecken. Schalotten schälen, in sehr kleine Würfel schneiden.

2 Geflügelfond, Sahne, Schalotten und Erbsen in einen Topf geben, aufkochen lassen. In den Mixer geben, gründlich mixen, mit Chilisalz würzen, durch ein Haarsieb passieren.

FÜR 4 PORTIONEN

300 g Erbsen,
40 g Schalotten,
50 g Geflügelfond,
100 g Sahne,
Chilisalz,
3 Blatt Gelatine,
5 Minzblätter,
150 g Sahne,
Lammschinken
(8 dünne Scheiben),
8 Stangen Thaispargel,
2 ½ EL Olivenöl,
2 rote Bete (gegart),
Salz, 4 Wachteleier,
Fleur de Sel,
frischer Meerrettich,
4 Kerbelspitzen

ZUBEREITUNGSZEIT

40 Minuten + 1 Stunde

Kühlzeit

SCHWIERIGKEIT



3 Gelatine in kaltem Wasser einweichen, in den noch warmen Erbsenmix geben. Minze in feine Streifen schneiden, Sahne aufschlagen, beides unterheben. In Formen abfüllen und im Kühlschrank 1 Stunde kalt stellen.

4 2 Scheiben Schinken pro Person anrichten, Spargel der Länge nach halbieren. In einer Pfanne in Olivenöl anbraten, salzen, anrichten. Bete vierteln, salzen, anrichten.

5 Wachteleier 2 ½ Minuten kochen, kalt abschrecken. Mousse anrichten, Eier halbieren, auf der Mousse platzieren, mit Fleur de Sel bestreuen. Meerrettich über die rote Bete reiben. Mit Kerbel garnieren.



SCHIFF MIT HERZ

Viele Passagiere lieben die „Mein Schiff Herz“ wegen ihrer Übersichtlichkeit und dem behaglich-gediegenen Ambiente

Gegrilltes Thunfischsteak mit Jasminreis, asiatischem Kohl und Sesam

- 1** Thunfisch zuschneiden und in 180 g große Steaks teilen. In einem Topf Honig vorsichtig erhitzen, mit Sesamöl, Sojasauce und Wasser ablöschen. Zitronengras zerdrücken und Korianderblätter zupfen. Chili waschen, entkernen und grob hacken, Limette in Scheiben schneiden. Knoblauchzehe schälen und in Scheiben schneiden. Sämtliche Zutaten in den Topf dazugeben, 30 Minuten leicht köcheln lassen. Durch ein Sieb passieren, abkühlen lassen.
- 2** Abgekühlten Fond über den Thunfisch geben und 30 Minuten marinieren. Thunfisch abtropfen.
- 3** Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Thunfischsteaks von beiden Seiten medium braten. Salzen, pfeffern.
- 4** Salzwasser und Reis einmal aufkochen lassen, vom Herd ziehen, quellen lassen. Warm halten.

FÜR 4 PORTIONEN

- Für den Thunfisch:**
800 g Thunfischsteak,
1 ½ TL Honig,
10 ml Sesamöl,
100 ml Sojasauce (dunkel),
100 ml Wasser,
3 Perlzwiebeln,
3 Nelken,
1 Stange Zitronengras,
10 g Koriandergrün,
je 5 g Chili rot und grün,
20 g Limette,
1 Knoblauchzehe,
20 ml Sesamöl,
Salz, Kampot-Pfeffer
- Für den Kohl:**
1 Baby-Pak-Choi,
20 g rote Zwiebel,
10 ml Sesamöl,
10 ml Sojasauce (hell),
Salz, Pfeffer
- Für die Garnitur:**
4 Frühlingslauch,
Sesamöl,
je 2 g weißer und schwarzer Sesam
(ohne Fett angeröstet),
8 hauchdünne
Limettenscheiben

- Für den Reis:**
250 ml Wasser, Salz,
100 g Jasminreis
- ZUBEREITUNGSZEIT**
1 Stunde 10 Minuten

- SCHWIERIGKEIT**
● ○ ○
- Für die Sesamsauce:**
20 g weiße Zwiebel,
1 Knoblauchzehe,
10 ml Sesamöl,
10 g Tahini,
20 ml Fischfond,
5 ml Limettensaft

- 5** Für die Sesamsauce Zwiebel und Knoblauch schälen, in feine Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Tahini zugeben, kurz mitanschwitzen. Mit Fischfond und Limettensaft ablöschen, dann Sauce mit einem Stabmixer fein mixen.
- 6** Das Salzwasser zusammen mit dem Reis einmal aufkochen lassen, dann vom Herd ziehen und quellen lassen.
- 7** Für den Kohl Pak Choi waschen, Blätter zupfen. Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Pak-Choi-Blätter und Zwiebel kurz anbraten, mit Sojasauce ablöschen, salzen und pfeffern.
- 8** Frühlingslauch schräg halbieren, kurz in der Pfanne mit Sesamöl anschwitzen, auf den Reis geben, Thunfisch mit Sesam und Limetten garnieren.



LANDSLEUTE
Christof Widakovich und Johann Lafer sind nicht nur beide Steirer, auch kulinarisch ziehen sie am selben Strang

JOHANN'S TIPP:

„Die Marinade
hält den Fisch schön zart
und gibt ihm
herrliches Aroma“





JOHANN'S TIPP:

„Kakao, Kokos, Mango:
Diese Exoten sind optisch und
geschmacklich der Hit“

Lauwarme Schokoladentarte mit Mango und Kokoseis

1 Ofen auf 160 °C vorheizen.

2 Schokolade zerkleinern, mit Butter in einer Schüssel über heißem Wasserbad schmelzen.

3 Eier, Zucker und Prise Salz schaumigsteif aufschlagen, flüssigen Schoko-Butter-Mix, Mehl und Rum unter den Ei-Schaum rühren und zu einem flüssigen Teig verarbeiten.

4 Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Tarteform (Ø 20 cm) gießen, im Ofen auf mittlerer Schiene etwa 35 Minuten backen. Anschließend in der Form vollständig auskühlen lassen, in 8 Stücke schneiden.

FÜR 8 PORTIONEN

200 g Zartbitterschokolade (70 %),
150 g Butter,
4 Bio-Eier,
100 g Zucker,
1 Prise Salz,
25 g Mehl,
2 EL brauner Rum,
1 Bio-Limette,
1 reife Mango,
25 g Puderzucker,
8 Kugeln Kokoseis,
geröstete Kokosraspel

ZUBEREITUNGSZEIT

50 Minuten

SCHWIERIGKEIT



5 Inzwischen Limettenschale dünn herunterschälen, in feine Streifen schneiden. Saft auspressen. Mango schälen, Fruchtfleisch am Stein entlang herunterschneiden, in Spalten, dann in kleine Stücke teilen. Restliches Fruchtfleisch vom Stein schneiden oder abkratzen, mit Limettensaft und Zucker fein pürieren. Püree mit Limettenstreifen und Mangostückchen mischen.

6 Schokotarte im 100 °C warmen Ofen nochmals erwärmen. Warme Tartestücke mit Mango und je einer Kugel Kokoseis auf Tellern anrichten. Nach Belieben mit gerösteten Kokospänen garnieren.



BLAUE STUNDE

Der Sonnenuntergang naht – und mit ihm der obligatorische Sundowner an Deck

Ein Fest für Madeleine Jakits

22 Jahre lang war Madeleine Jakits Chef-redakteurin des FEINSCHMECKER. Als Herausgeberin bleibt sie der Redaktion erhalten. Grund genug für ein rauschendes Fest mit viel Applaus und einem illustren Laudator: Johann Lafer



Madeleine Jakits mit Christoph Rüffer (Haerlin, Hamburg)



Verleger Thomas Ganske begrüßte die Gäste



150 Gäste waren in den Harvestehuder Weg in Hamburg geladen



Lamm-Gyoza mit Kürbischutney und Sesamsauce, kredenzt von Christoph Rüffer und Team



Veronique Held (Lavazza) mit Markus Rüsch und Eva Pankalla (AKI)



Peter Rensmann und Kevin Fehling (The Table, Hamburg)



Erfrischend waren nicht nur die Reden des Abends



Ingo Peters (Vier Jahreszeiten, Hamburg), Christian Jürgens (Überfahrt, Rottach-Egern), Madeleine Jakits und Johannes King (Söl'ring Hof, Sylt)



Verleger Sebastian Ganske mit Ehefrau Stephanie



Madeleine Jakits hielt keine „Abschiedsrede“



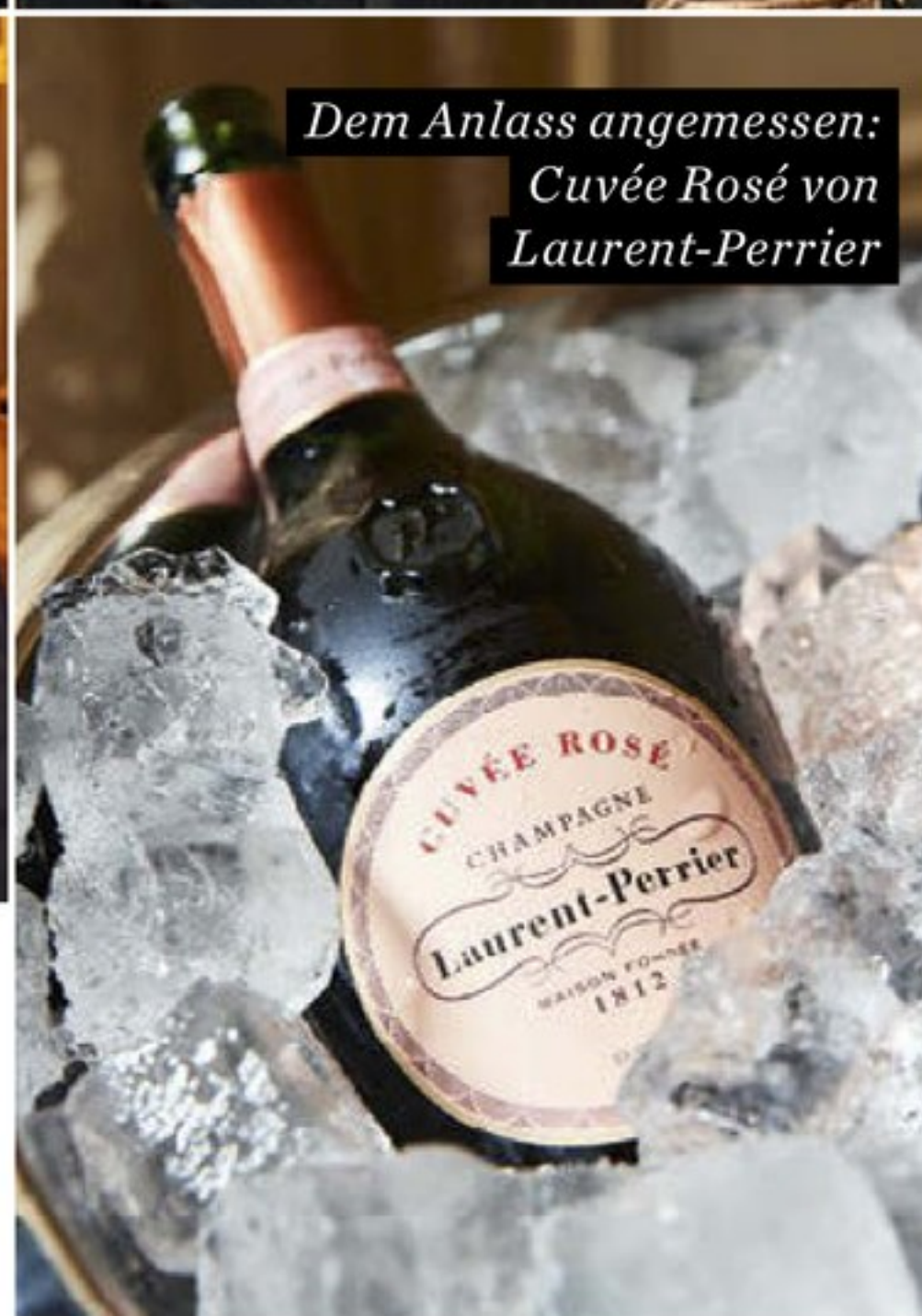
Dagmar Hansen („Robb Report“) und Nikolas Odinius (Borco-Marken-Import)



Madeleine Jakits mit Marianus von Hörsten (l.) und Aaron Hasenpusch (Restaurant Klinker, Hamburg)



Spitzenteam – nicht nur auf dem Bildschirm: Cornelia Poletto und Johann Lafer



Dem Anlass angemessen: Cuvée Rosé von Laurent-Perrier



Gabriele Heins, Madeleine Jakits und Deborah Gottlieb



Johann Lafer kam eigens, um die große Laudatio zu halten

FOTOS: Volker Renner



Stefano Suich
(WürzWerk)
präsentiert Johanns
Pralinschnitte
mit Rumkirschen



Die Gästeschar freute
sich über die zahlreichen
frisch zubereiteten Genüsse



Kleiner Zwischensnack –
zartes Thunfisch-Tataki



Auf ein Glas mit Thomas Schreiner
(Laurent-Perrier) und
Fechterin Britta Heidemann



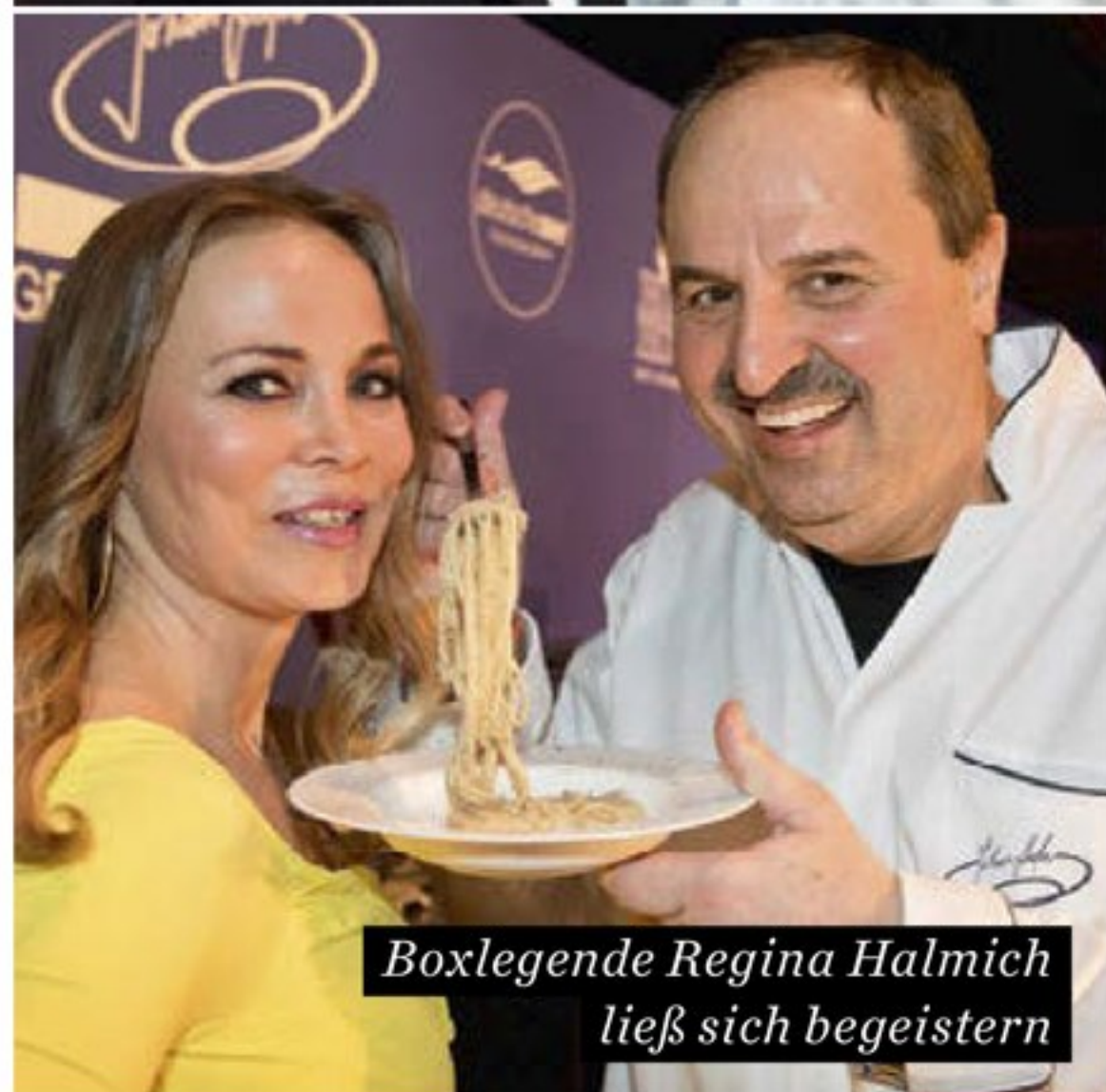
Mit Bundespräsident
Frank-Walter Steinmeier

50. Ball des Sports in Wiesbaden

In seiner Genießerlounge hieß
Johann Lafer die zahlreichen
Gäste aus Sport, Politik und Gesellschaft
mit feinsten Köstlichkeiten willkommen



Matthias Steiner
(früherer Olympiasieger
im Gewichtheben)
im Gespräch



Boxlegende Regina Halmich
ließ sich begeistern



Die Gäste genossen
das reichhaltige Buffet ...



... und für den äußerst beliebten
Nachtisch sorgte Bruno Gelato



Mit Udo Lutz
(Sales Director
von TUI Cruises)



Beste Laune und perfekter
Service in der Genießerlounge

FOTOS: Markus Hildebrand



Meister in Sachen Glück: Johann Lafer präsentierte in Kooperation mit Groupon ein tolles Rezept, das nachweislich Zufriedenheit und gute Laune bringt



Handarbeit: Jeder Teller wurde vom Chef persönlich angerichtet



„Glückskomponenten“ wie Karotten, Pilze und Knödelteig



Eine Zutat, die happy macht: fermentiertes Blaukraut



Vorkochen und -kosten der Glücksmacher – die Gäste genossen es

Als Bote des Glücks

In Hamburg kochte Johann Lafer in einer besonderen Mission: Das ultimative „Glücksgericht“ sollte auf dem Tisch stehen. Das glückliche Ergebnis begeisterte Presse, Influencer und die Gastgeber von Groupon – und wurde ernährungswissenschaftlich bestätigt



Glücklich und zufrieden – ein vielseitiges kulinarisches Event



Pilz-Walnuss-Knödel steigern das Glücksgefühl



Ein pochiertes Landei krönt die Knödel



Dominik Dreyer (CEO Groupon DE), Christoph Werle (Management Johann Lafer), Nils Dantzer (CEO Groupon DE)



Leute, was sind das für Manieren!

Johann spricht Klartext.

Wenn ich heute in ein gutes Restaurant gehe, wundere ich mich schon manchmal über die Gäste. Einige sitzen am Tisch wie ein Schluck Wasser in der Kurve, legen den Ellenbogen ab, schlürfen die Suppe und recken den Mund zur Gabel. Zwischen den Gängen wird das Handy hypnotisiert oder, schlimmer, telefoniert! Ganz zu schweigen von den Herrschaften, die Vorträge mit vollem Mund halten. Also, was Tischmanieren angeht, bin ich ganz bestimmt kein Prediger. Als Gastronom muss man in dieser Hinsicht sowieso einen hohen Toleranzpegel haben – siehe oben. Aber: Ich habe gerade zum Beispiel gelesen, dass viele Frauen schlechte Manieren bei einem Date absolut abstoßend finden. Und das kann ich gut verstehen!

Als Kind saß ich zu Hause am Tisch und durfte nur reden, wenn ich gefragt wurde. Ich habe gelernt, mich nicht aufzustützen, die Kartoffeln nicht in der Sauce zu quetschen und im Essen nicht herumzustochern. Auch wenn ich gerne auf dem Teller rumgespielt hätte – Buttersaucen-Staudämme und kleine Kanäle im Kartoffelpüree waren absolut tabu. Sehr früh lernte ich natürlich auch, bei kleinen Malheurs Serviette oder Taschentuch zu benutzen und nicht die Finger.

Tischmanieren haben sich aus zwei Gründen entwickelt. Da sind zunächst die praktischen. Antikes Metallbesteck rostete oder lief an, wenn man zum Beispiel Eier köpfte. Habt ihr schon mal versucht, ein Ei mit dem Silberlöffel zu essen? Das schmeckt ganz faulig, ihr wisst, wovon ich rede. Und

alte Messerklingen haben gelitten, wenn man Kartoffeln zerschnitt. Deshalb sagte die Regel: Kartoffeln immer nur mit der Gabel zerteilen. Aber natürlich gab es auch ästhetische Gründe für gute Manieren. Es sieht einfach abstoßend und unappetitlich aus, wenn man mit dem Essen am Tisch ein Massaker anrichtet.

Heute habe ich oft den Eindruck, Tischmanieren seien

nur noch optional. Das kann ich mir nur mit unseren neuen Essensgewohnheiten erklären: Wir essen viel zu oft zu zügig und nicht am Tisch. Stattdessen auf dem Weg zur Arbeit, auf die Schnelle im Steimbiss, im Fast-Food-Lokal. Je weniger wir uns mit dem Essen beschäftigen, desto nachlässiger werden wir dabei, und Tischmanieren geraten in Vergessenheit. Das Schlimme: Auch der Genuss bleibt dadurch auf der Strecke. Wer sich nicht aufs Essen konzentriert, der kann nicht genießen. Deshalb finde ich, dass Tischmanieren unbedingt

dazugehören, zum Respekt vor dem Essen und natürlich auch vor dem Gastgeber. Mit guten Tischmanieren würdigen wir den Moment des Genusses und werten ihn damit einmal mehr auf. Und das sage ich ganz bewusst als Koch und nicht als Philosoph.

Also, liebe Leute. Denkt ab und zu noch einmal daran, was ihr als Kinder gelernt habt! Stellt das Handy ab, und freut euch über die Köstlichkeiten auf eurem Teller. Nehmt euch Zeit für Genuss, zelebriert ihn. Und redet nicht mit vollem Mund. Niemals!

ESSEN MIT RESPEKT

Johann Lafer findet, dass Tischmanieren zur notwendigen Achtung vor qualitätvollem Genuss gehören





David Gölles, der brennt!

Familiär vorbelastet (sagen die einen, bewundernd), weil er's kann (sagen die anderen, ebenfalls bewundernd). Rum schon eine Weile (*Ron Johan*), Gin sowieso (*Hands on*) und auch jede Menge Whiskey (nur echt mit dem e). Wo brennt's denn? In Riegersburg, Südostteiermark – Ruotker's, wir kommen

Text: MIGUEL MONTFORT

Foto: NATALIE BOTHUR

Whiskey aus der Steiermark? Warum nicht, möchte man meinen, jedem Land den Whisky, den es an den Mann oder die Frau bringen kann. Überzeugungsarbeit muss man in solchen Dingen nur bedingt leisten, der Malt-Aficionado trinkt meist keinen Bourbon, die Bourbongemeinde sehnt sich nicht nach irischen *pot stills*, und auf der grünen Insel sind Whiskys aus dem Reich der aufgehenden Sonne nicht wirklich *de rigueur*. Aber wie geht wohl der steirische Brenner vor? Probiert man erst alles durch, „baut“ dann jeden Whiskystil nach, experimentiert mit den wildesten Fässern und *finishings*, oder wird ein eher „terroiristischer“ Ansatz – „ich brenn so lange, bis auch jedem klar ist, dass er da die verflüssigte Südoststeiermark im Glas hat“ – gewählt?

Ruotker's und die Regionalität

„Regionalität ist mir, wo ohne Krampf möglich, sehr wichtig, deswegen könnte ich mich gar nicht so sehr an den Schotten oder Iren orientieren. Die Südoststeiermark ist nun mal keine Gerstengegend. Und ich möchte schon, dass alles, was ich verwende, aus eigenem Anbau stammt – wie eben Roggen, Dinkel und Weizen. Aber insgesamt komme ich eher von der anderen Seite – ich kenn die schottischen Brennanlagen, ich weiß, dass unsere komplett anders sind. Das sind Riesentrümmer, und wir haben kleine Obstbrennanlagen. Ich kenne die Fässer in Schottland – und das beeinflusst mich ein

ZUR PERSON David Gölles

... hat an der BOKU, der Universität für Bodenkultur Wien, Lebensmittel- und Biotechnologie studiert, ist um die halbe Welt gereist, um sein Wissen zu vertiefen, und seit 2016 im Gölles-Imperium für Whiskey, Gin und Rum verantwortlich. 2018 hat er sich (Konsequenz ist eine Tugend!) mit dem *Ruotker's - House of Whiskey, Gin & Rum* selbstständig gemacht.

bisschen, aber da beeinflusst mich die ganze Welt – aktuell dürften's 40 bis 50 verschiedene Fasstypen sein, die ich hier im Einsatz hab. Da habe ich einmal angefangen zu experimentieren, Apfelbrand, Zwetschgenbrand, Weizenbrand: die gleiche Produktionscharge in neun verschiedene Fässer, nach drei Jahren verkostet – und dann eben belastbares Material gehabt. Dieser Stil ist cool, dieser auch, der taugt, der nicht, der tut dem gut, der einem anderen ... Es gibt aber keinen Stil, den ich zwingend zu imitieren versuche. Schon allein wegen der Anlage musste ich unseren Brennstil adaptieren. Denn wenn ich Whisky genauso wie Obst brennen würde, spiele ich damit den Kritikern des österreichischen und deutschen Whiskys in die Hand, die nämlich sagen: „Schmeckt ja immer alles nach Obstbrand!“ – und das ist auch häufig so. Eine der ersten Sachen, die ich lernen musste: Man darf eben nicht so perfekt, piekfein und sauber arbeiten wie beim Obstbrennen. Denn ein schottischer *new make*, das reine Destillat, farblos, hochprozentig, ist aus der Sicht eines Obstbrenners ‚vorläufig‘ und ‚nachläufig‘, also gleich doppelt fehlerhaft.

Fehlertoleranzen und andere schöne Dinge

Aber genau diese Fehleraromen verwandeln sich durch die Fasslagerung und machen dann die Vielschichtigkeit und den Charakter aus. Irgendwelche Esterverbindungen, die im Holz mit der Oxidation fantastisch funktionieren – was im Stahltank oder Glasballon bei den klaren Obstbränden vollkommen indiskutabel ist. Also haben wir damit angefangen, etwas ‚dreckiger‘, ‚kantiger‘ als beim Obstbrennen zu arbeiten, dazu dann das richtige Fassmanagement. Und auch da muss man umdenken. Zum Glück hat mein Papa, der ja schon in den 1980er-Jahren mit Fasslagerung bei seinen Obstbränden experimentiert hat, seine ganzen Fehler damals gemacht. Und die muss ich jetzt halt nicht mehr wiederholen!“

Wir halten fest: Whisk(e)y aus der Steiermark und à la David Gölles „funktioniert“ ganz hervorragend, Gleiches gilt für seinen Gin – Wacholder, Johannisbeere (schwarz), Koriander (grün) Zitronengras und Orangenschale –, für seinen Rum (der „Strong Rum“ ein besonderer Liebling) erst recht. Und sonst? Warten wir zugegebenermaßen recht ungeduldig auf die nächsten Destillate des David Gölles: Es lebe das Ruotker's! ♦



Text:
MIGUEL MONTFORT

Illustration:
RALF NIETMANN

Es gibt Weizen, Baby!

Es geht um Weizen, Baby! Wo wären wir ohne Weizen? Nicht sonderlich weit! Immerhin eine der fünf meistangebauten Nutzpflanzen der Welt und die nach der Gerste zweitälteste Getreideart. Keine hat mehr „Auslauf“: Auf über 220 Millionen Hektar werden die goldenen Ähren rund um den Globus gehegt, gepflegt und erforscht. Unser „täglich Brot“? Weltweit hauptsächlich dem Weizen geschuldet. Vorbei scheinen die Zeiten, als Weizen rar war. Es ist schon fast ein halbes Jahrhundert her, dass der begnadete Pianist Eugen „Genu“ Cicero „Seltner Weizen, seltne Gerste, seltnes Korn“ („Ritka búza, ritka árpa, ritka rozs“), einen Csárdás aus dem 19. Jahrhundert, eine von sieben volkstümlichen Weisen aus seiner siebenbürgischen Heimat, Ende Oktober 1970 in Villingen (damals noch ohne Schwenningen) aufgenommen hat. Ausgerechnet.

Fünf Jahre später, diesmal nicht auf Vinyl, sondern auf Zelluloid, eine weitere, kulturell wertvolle Weizenepisode: Woody Allen lässt in „Love and Death“ (von der deutschen Humorbiederia zu „Die letzte Nacht des Boris Gruschenko“ umgeleimt) Weizen enthusiastisch



**RUOTKER'S
100 % WHEAT**
Eine von 1103 Flaschen
aus Fass 008
(altes Oloroso-Fass von
Williams & Humbert)
Preis: 79,90 Euro

ganze Szenen kapern (Glutenunverträglichkeit war auch in den Siebzigern noch kein Thema): „Die Felder mit Getreide, Felder mit wogenden Weizenähren. Weizen! Alles, was es an Leben gibt, ist Weizen!“ – „Oh, Weizen! So viel Weizen! Felder voller Weizen! Eine überwältigende Menge von Weizen!“ – „Gelber Weizen! Roter Weizen! Weizen mit Federn! Ströme von Weizen!“ Und in einem seiner Ingmar-Bergman-Momente: „Der schnell dunkelnde Abend, der naht, verwischt die Spuren der schimmernden Dämmerung. Und noch ist es Mittag. Bald werden wir von Weizen bedeckt sein.“ – „Was hast du gesagt? Weizen?“ – „Weizen!“ – „Weizen? Ich bin tot, und die reden von Weizen!“

Reden wir vom Weizen. Oder besser: Lassen wir David Gölles von seinem singulären Wheat reden: „Weizen! Spannendes Getreide mit relativ wenig Eigengeschmack, das aber umso mehr von seiner Umgebung (hier: acht Jahre im Oloroso-Fass) annimmt.“ Haselnuss (eher grün), Butterspekulatius, am Gaumen Schokolade-(Salz-)Mandel-Cookies, hübsch brotig (früchtebrotig!), Honig, süßes Getreide, im Finish mehr Frucht und Salzkaramell – Weizen, Baby! ♦

Lafers Welt: Adressen auf einen Blick

Seite 22: Malta

Trattoria AD 1530

Misrah il-Kunsill, MDN 1050 Mdina, Malta
Tel. +356/214 50 560

—> xarapalace.com.mt

Seite 22: Malta

Sunday in Scotland

St. Lucia Street 172/173, VLT 1187 Valletta, Malta
Tel. +356/99 99 66 56

—> sundayinscotland.com

Seite 67: Interview Jochen Baier

Bäcker Baier (im Stammhaus)

Bronngasse 18, 71083 Herrenberg
Tel. +49 (0)7032/910 9170

—> baecker-baier.de

Seite 104: Mein Lieblingsplatz

Castell Son Claret

Carretera Es Capdellà, 07196 Es Capdellà,
Calvià, Mallorca, Spanien
Tel. +34 971/13 86 29

—> castellsonclaret.com

Seite 134: David Gölles

Gölles

Stang 52, A-8333 Riegersburg, Österreich
Tel. +43 (0)3153/75 55

—> goelles.at

LESER- SERVICE

Sie haben Fragen, Anregungen
oder Kritik zum JOHANN LAFER
Journal? Dann schicken Sie eine
E-Mail an die Redaktion:
redaktion@lafer-journal.de

VORSCHAU



HEIMSPIEL
Mit Johann Lafer
geht's in die Heimat
Steiermark

TRENDORIENTIERT
Johann Lafer bereist
ein aktuelles kulinarisches
Reiseziel: Peru



**DAS HEFT
ZUM
SOMMER**
erscheint am
27. Mai 2020

Darauf freuen wir uns:

Wenn's Sommer wird

Zu Gast in Johann Lafers
Garten – mit exquisiten
Köstlichkeiten
aus der kalten Küche

Frisch vom Grill

Kreative Rezeptideen für
die perfekte BBQ-Party –
nicht nur für spannende
Fußballabende

Fruchtiges für Sonnentage

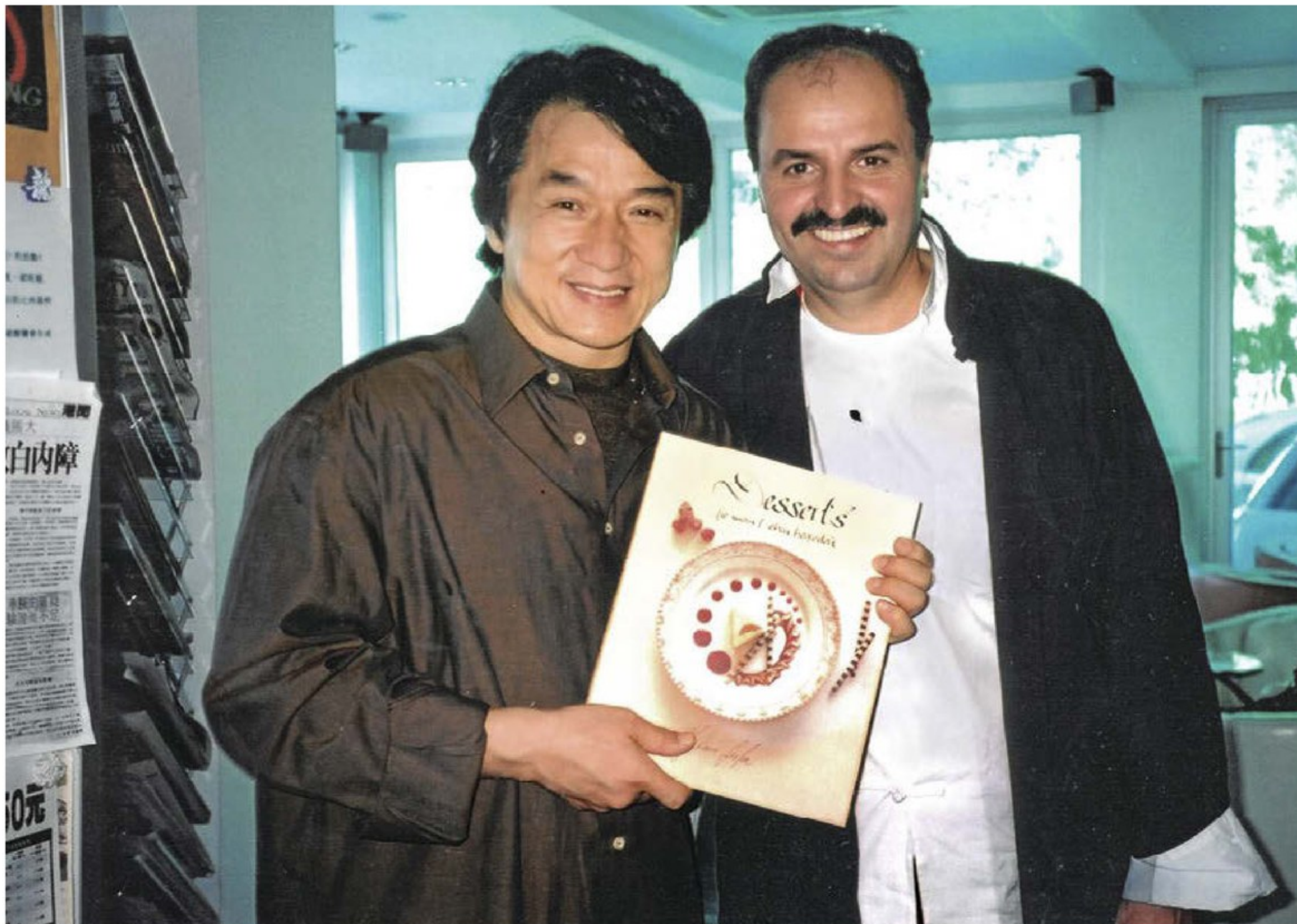
Das Beste mit den
sonnengereiften „Stars“
der Saison – Erdbeeren
und Tomaten



FOTOS: Axel Martens, Reinhard Hunger, Shutterstock

Hongkong: Kochen, Karate und Desserts

Eigentlich war Johann Lafer für einen TV-Auftritt angereist.
Doch dann fand er einen neuen Freund



SYMPATHIE AUF DEN ERSTEN BLICK

Ganz ohne Handkantenschläge, dafür mit Charme und Gastfreundschaft empfing Jackie Chan Johann Lafer

In seinem Leben ist Johann Lafer schon so einigen Genies begegnet, aber dieses hier war ein ganz besonderes Kaliber. Es war in Hongkong im Jahr 2004. Als europäischer Stargast war Johann gekommen, um in der populären Kochshow „Maria's Kitchen“ aufzutreten. Schon das war aufregend genug, denn Gastgeberin Maria Cordero gehörte mit ihrer Kochshow schon damals zu den großen lokalen TV-Legenden. Aber damit nicht genug. Befreundet ist sie auch mit einem weiteren Medienmythos: Jackie Chan. Und Maria wäre nicht die temperamentvolle, leutselige Person, die sie ist, wenn sie ihren Freund nicht spontan angerufen hätte: „Jackie, ich muss dir jemanden vorstellen!“

Nun sollte man meinen, der große Jackie Chan, Superstar des Hongkong-Kinos und Action-Ikone, hätte etwas Besseres

zu tun gehabt, als einen österreichischen Küchenchef zu empfangen. Weit gefehlt. Noch am selben Nachmittag ging es samt Freundin Maria direkt in die Villa Chan.

„Ich war sofort total begeistert von ihm“, erinnert sich Johann Lafer heute. Wir trafen uns eben nicht in einem der Hongkonger Luxushotels, sondern ganz einfach bei ihm zu Hause! Wobei das Zuhause eines Jackie Chan natürlich ein luxuriöses Domizil in zauberhafter Umgebung war. „Ich wurde empfangen wie ein Familienmitglied“, sagt Johann, „oder zumindest wie ein langjähriger Freund.“ Da war es ihm schon fast unangenehm, dass er als Mitbringsel nur sein aktuelles Dessertbuch dabei hatte. Immerhin ist es ein Handschriftfaksimile und sehr persönlich gestaltet. „Ob Jackie jemals etwas daraus probiert hat, habe ich allerdings nicht erfahren ...“ ♦

AUSERWÄHLT VON DEN BESTEN



Exklusives Anbaugebiet Holsthum bei Bitburg im Naturpark Südeifel

So gut kann Bier schmecken.

Andreas Dick,
Hopfenbauer für Bitburger

Bitte ein Bit

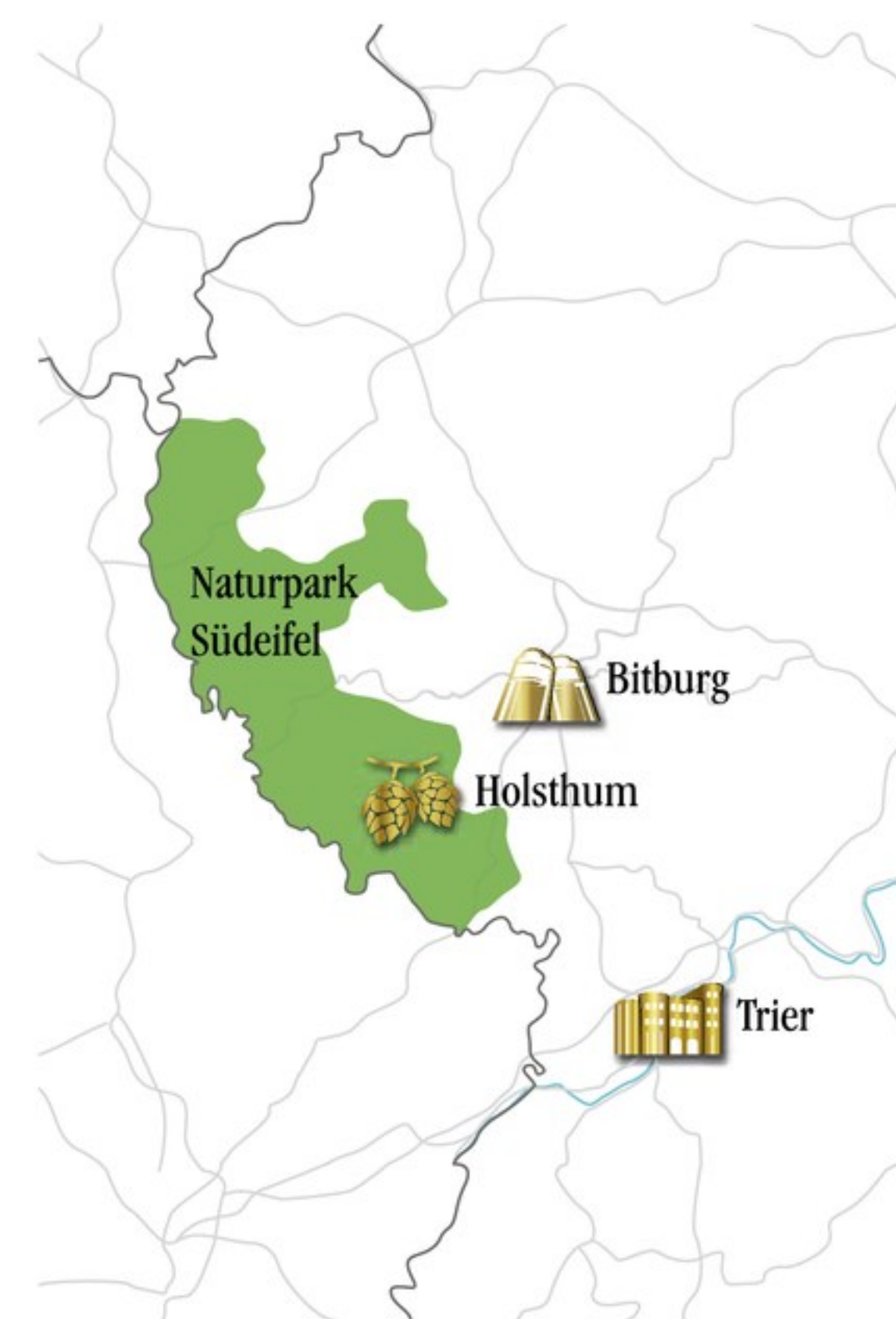


Kennen Sie das Geheimnis des Bitburger Siegelhopfens? Heimischer Hopfen aus Holsthum bei Bitburg!

Bei Bitburger verpflichten wir uns seit über 200 Jahren zu bester Qualität. Das Einlösen dieses Qualitätsversprechens macht unser Bier unverwechselbar und seinen Geschmack einzigartig. Deshalb kaufen wir ausschließlich Rohhopfen aus der Hallertau in Bayern, eines der größten zusammenhängenden Hopfenanbaugebiete der Welt und aus Holsthum bei Bitburg im Naturpark Südeifel. Diese Siegelhopfen wählen wir nach unseren Qualitätsanforderungen aus und unterziehen sie einer anspruchsvollen Güteprüfung vor Ort. Denn für unsere Bitburger Hopfenrezeptur verwenden wir



nur die für uns besten Hopfensorten. Ganz besonders stolz sind wir auf den Bitburger Siegelhopfen, der nur wenige Kilometer von der Brauerei entfernt von der Hopfenbauerfamilie Dick mit großer Sorgfalt und jahrzehntelanger Erfahrung angepflanzt wird und ausschließlich von uns für unsere Biere verwendet wird. Die besondere Komposition aus Hallertauer und Bitburger Siegelhopfen, unserer Naturhefe und unserem Tiefenwasser verleiht Bitburger seinen feineren Charakter und seinen einzigartigen Geschmack. Und deshalb: Bitte ein Bit.



Erfahren Sie, was den Bitburger Geschmack so einzigartig macht: www.bitburger.de