

Kochen & Genießen

Geschmackvoll

Kulinarische Horizonte

Obwohl ich auf Reisen stets die regionale kulinarische Schiene bevorzuge und auswähle, was eine Gegend zu bieten hat, ist das im Sommer schon etwas anders. Da schaue ich schon nach raffinierten geschmacklichen Kombinationen, die reizvolle Gaumenfreuden versprechen. Was nicht heißt, dass damit der regional-typische Charakter vernachlässigt werden muss. Denn viele Köche verstehen es gerade trefflich, traditionelle Küche mit erfrischenden sommerlichen Zutaten und Aromen zu kombinieren. Es ist erstaunlich kreativ, worauf man da alles kommt. Ich konnte erst kürzlich im Rheinland-Pfälzischen im „Meisenheimer Hof“ ein vorzügliches Tartar und Filet vom regionalen Glanrind genießen, die mit dem Verständnis für exzellenten Geschmack durch eine Tomaten-Oliven-Vinaigrette beziehungsweise einen mit Limonenöl und -schale versehenen Kartoffelstampf zu einem Hochgenuss entwickelt wurden. Solche fast simplen, aber geschmacklich genial umgesetzten Beispiele gibt es allerorts, landab. Und die zu erkunden, ermutige ich Sie ausdrücklich. Das öffnet neue geschmackliche Horizonte abseits von ideenloser und damit langweiliger Landgasthofküche.

Michael H. Max Ragwitz



www.kulinarische-portraits.de

Tipp

Vom Profi empfohlen

Nach Meinung von Maria Groß aus Erfurt kochen Frauen anders als Männer: Mehr aus Eingebung als nach strengen Regeln. „Und sie haben da wohl den Panoramablick und setzen die Prioritäten anders“, so die Köchin. Wie dem auch sei, ihr Grundsatz ist: „Es schmeckt, was schmeckt.“ Bei aller Kreativität rät sie ambitionierten Hobbyköchen, in einem Gericht nicht zu viele Aromen zu kombinieren. Es kommt für sie darauf an, dass man ein Verhältnis zu den Produkten entwickelt und weiß, was geschmacklich zusammenpasst. Wenn nicht, gilt die oben genannte Regel. Auf jeden Fall ist der Köchin wichtig, dass man das Produkt auf dem Teller wiedererkennt und nicht durch übertriebene Aromenvielfalt geschmacklich verwirrt. Groß: „Auf etwa drei Aromen konzentrieren und die harmonisch kombinieren und herausarbeiten.“

Deftig und süß in Kombination

Eine Leserin unserer Zeitung verrät, wie man mit kulinarischer Fantasie geschmackvoll zaubern kann



Die besten Leserrezepte

HAGENOW HEIDE

Manchmal spielt auch der Zufall eine Rolle. Sprach mich doch kürzlich eher nebenbei meine Nachbarin Ilona Breddin an und sagte, dass sie die Leseraktion „Leichte Sommerküche“ mit Interesse verfolgt. „Ich hätte da auch was in petto. Aber ich bin doch kein Profi“, meinte sie etwas verlegen. Jedoch genau das ist gewollt, liebe Leser: Wir wollen von Lesern für Leser schreiben, damit Sie Anregungen für kulinarische Ideen abseits von Schnitzel und Pommes erhalten.

So bedurfte es auch keiner großen weiteren Überredungskunst, die Nachbarin zu überzeugen, einfach mal ein Rezept von Haus zu Haus rüberzureichen, das Deftiges mit Süßem kombiniert und neue geschmackliche Akzente setzt, ohne übermäßig aufwendig zu kochen. Ilona Breddin: „Etwas Ähnliches haben mein Mann und ich einmal im Thüringischen serviert bekommen. Das hat uns gut gefallen und ich habe überlegt, wie man unser bei der Geschmack sozusagen zusammenbringen kann. Während mein Mann eher die ländlich-deftige Küche mag, können mich auch etwas ausgefal-



weil ihr Mann gern deftig isst und sie gern ihre Gäste überrascht, hat Ilona Breddin ein deftig-süßes Gericht gezaubert.

FOTOS: RAGWITZ

lenere Kombinationen an den Herd locken.“ Wichtig war ihr, verrät die Angestellte, Hausfrau und Mutter zweier erwachsener Töchter, Produkte zu verwenden, die gleichermaßen zur Saison passen und aus der Region stammen. Da lohnt sich, so Ilona Breddin, auch der Gang zum Schlachter, bei dem man gutes und frisches Fleisch erwerben kann. Gleiches gilt für Obst und Gemüse, das in den nächsten Monaten sozusagen taufersch und aus erster Hand stammt. Soll heißen: „Das darf auch einmal einen Euro mehr kosten. Der Genuss gleicht das mehr als aus. Man soll sich ja schließlich auch einmal etwas gönnen und seine Gäste überraschen. Das kann meine Frau besonders gut“, so Ehemann Roland lachend.

Mit dem Rezept haben wir Köchin Maria Groß aus dem Restaurant „Clara“ im Kaiser-

saal Erfurt konfrontiert. „Ich freue mich immer, wenn Gäste in Thüringen gute kulinarische Erlebnisse haben. Denn das Land bietet weit mehr als die deftigen Original Thüringer Rostbratwürste, Rostbrätel und Klöße.“ Vom Aufbau her ist der Sternköchin das Rezept „etwas wirr“. Die Kombination von Schwein, Schokolade, Frucht und Salat vermischt aus ihrer Sicht zu viele Aromen. „Ich mag gute Rohstoffe, die für sich sprechen und nicht nach der Notwendigkeit schreien, ‚geschmückt‘ zu werden“, so Maria Groß.

Man kann also en détail, so die Profi-Köchin, etwas weni-

Sommerliches Schweinefilet

ZUTATEN:

Schweinefilet je 150-160 g, Serranoschinken, je 100 g Erd- oder Himbeeren, je 50 g Kartoffel und Apfelwürfel (ca. 4x4 cm), Zucker, Pfeffer, Himbeeressig und Walnussöl, Majoran, Salz, Pfeffer, Chili, je 50 g Feldsalat, 3 Eigelb, 0,5 TL Senf, Limettensaft, Worcester Sauce, 60-70 ml Traubenkernöl, Butterschmalz, 30-40 g geriebene Schokolade

ZUBEREITUNG:

Das Schweinefilet gut würzen, mit dem Schinken umwickeln, in Klarsichtfolie luftdicht einrollen und verschließen. Die Rolle in 95 Grad heißem Wasser 25-30 Minuten garen. Die Erdbeeren vierteln und leicht mit Zucker, Pfeffer, Himbeeressig und Walnussöl marinieren. Die Kartoffel und Apfelwürfel in dieser Reihenfolge anbraten und mit Majoran, Salz, Pfeffer und etwas Chili würzen. Den Feldsalat waschen und kurz vor dem Anrichten mit den marinierten Erdbeeren leicht vermengen. Die Eigelb mit dem Senf, Salz, Pfeffer, etwas Limettensaft und der Worcester Sauce mit dem Pürierstab mixen. Tröpfchenweise das Traubenkernöl hinzufügen bis eine dickflüssige Mayonnaise entsteht. Das fertige Schweinefilet von der Folie befreien und in Butterschmalz scharf anbraten, herausnehmen und in drei gleichgroße Teile schneiden. Das Bratfett mit der Schokolade zu einer Sauce verrühren. Alles anrichten und beide Saucen punktuell über das fertige Gericht geben.



Quelle: Das Rezept stammt von unserer Leserin Ilona Breddin aus Hagenow Heide.

Alle Rezepte gibt es auch unter: www.kulinarische-portraits.de/rezepte/rezepte.htm

ger kombinieren, was nicht ausschließt, dass man beispielsweise einzelne Komponenten herausnimmt und leicht in einem fruchtigen Salat verarbeitet. Gefallen hat ihr die relativ wenig aufwendige Art der Zubereitung, die Präsentation und die Hinweise von Ilona Breddin, dass dazu auch ein

würziges Baguette und natürlich ein frischer Schluck aromatischen Roséweins vorzüglich schmecken.

Michael H. Max Ragwitz



Am nächsten Dienstag lesen Sie, was kulinarisch mit Kartoffeln möglich ist. www.svz.de/essen

Heißer Sommer und wilde Frische

ERFURT Im Sommer sind der kulinarischen Kreativität nahezu keine Grenzen gesetzt. Die Erfurter Spitzenköchin Maria Groß drückt es so aus: „Generell gilt es im Sommer mit der ganzen Vielfalt und Pracht zu spielen: Beeren, Gemüse, Obst, Kräuter, Blumen.“

Man sollte sich grundsätzlich nicht darauf beschränken, beispielsweise Früchte ausschließlich ins Dessert zu verbannen. Gerade auch zu Wild muss es nicht immer die Preiselbeere geben. „Ergänzen Sie es doch einmal pur mit frischen Himbeeren und Zitronenthymian. Auch die Kombination von Blaubeere, Rosmarin und Lamm schmeckt einfach traumhaft. Gleiches gilt für ein Rhabarber-Erdbeer-Kompott, das man statt der Hollandaise zum Spargel reichen kann“, empfiehlt Maria Groß. Wichtig ist für sie eine ausgewogene Balance zwischen fruchtig-süß und herb-würzig. Denn gerade das macht die hohe Schule der Sommerküche aus, meint sie.



Maria Groß spielt gern mit verschiedenen Aromen.

Groß: „Für mich gibt es keinerlei Beschränkungen, was man wie kombinieren darf. Wer beispielsweise gebratenen Zander an Aprikosen und Thymian serviert, ist kein kulinarischer Spinner.“ Auch ein schlichtes Risotto von grünem Spargel ergänzt man ganz vorzüglich, wenn man kurz vor dem Servieren ein paar frische Walderdbeeren unterzieht und über das Ganze einen würzigen Pecorino, das ist italienischer Hartkäse aus reiner Schafsmilch, hobelt. „Einfach genial!“, schalzt die Köchin bei dem geschmacklichen Gedanken mit der Zunge.

Schicken Sie uns Ihre Rezepte

Tragen Sie mit ideenreichen Rezepten aus den Kategorien Vorspeisen, Zwischengerichte, Hauptgerichte und Desserts zum Gelingen dieser Serie bei, die Sie bis zum 18. Juli 2015 einreichen können.

Bitte senden Sie uns Ihre Rezeptvorschläge mit detaillierten Angaben zu Zutaten und Zubereitung möglichst per E-Mail an: rezepte@medienhausnord.de oder auf dem Postweg an die Adresse: www.medienhausnord.de, Kennwort: „Leichte Sommerküche“, Gutenbergstr. 1, 19061 Schwerin.

Optimal ist, wenn Sie auch ein Rezeptfoto und Angaben zum Ideengeber beifügen.

Auf jeden Fall vergessen Sie bitte nicht, Ihren Namen, die genaue Anschrift und auch eine Telefonnummer anzugeben. Mit der Einsendung Ihres Rezepts erklären Sie sich bereit, dass unser Redakteur mit Ihnen Kontakt aufnimmt, um den Beitrag mit Ihnen zu entwickeln.

Die ausgewählten Rezepte einer Kategorie werden bis zum 28. Juli 2015 jeweils dienstags auf unserer „Kochen & Genießen“-Seite samt einer kleinen Geschichte veröffentlicht. Wir planen außerdem, Rezepte und Geschichten 2016 in einem Rezeptbüchlein zu veröffentlichen.