

Was der Bauer nicht kennt

Das kleine Einmaleins des Geschmacks

zubereitet von Otto Geisel

Wie oft haben wir „ausgewiesenen“ Genießer, Gourmets und Gourmands, über den Spruch gelacht „Was der Bauer nicht kennt, isst er nicht“ und gedacht: „Wie kann man nur so einfältig sein?“ Bei näherer Betrachtung wird aber schnell deutlich, dass diesem Bauern auch viel Leid erspart bleibt. Auf alle Fälle ist es gut zu wissen, was man isst, wie das Lebensmittel hergestellt und ver- oder bearbeitet wurde. Geschmack braucht Wissen!

Vor allem Kinder erfahren kaum noch den ursprünglichen Geschmack von Lebensmitteln. Verwirrt durch Aromastoffe und Geschmacksverstärker ist die in jedem Menschen angelegte Befähigung, differenziert zu schmecken und wahrzunehmen, stark reduziert. Um die Schulung des Geschmacks ist es bei unseren Kinder kläglich bestellt. Obst aus der Dose schmeckt Groß und Klein oft besser als die schönen Früchte direkt vom Baum. Warum nur? Eine Antwort ist: Weil die Welt der Lebensmittel ver-rückt ist.

Der Geschmacksinn ist, entwicklungsgeschichtlich betrachtet, nichts anderes als ein chemischer Wächter am Eingang unseres Verdauungstraktes. Signalisiert er Gefahr, darf die Schleuse nicht passiert werden. Eine wunderbare Grundvoraussetzung für unsere Ernährung!

Jedoch müssen wir feststellen: Weil das meiste, was wir zum Essen kaufen, schon vorgefertigt ist, wird die wahre Identität von Lebensmitteln oft nicht mehr erkannt. Dies gilt ganz besonders für unsere Kinder. Und wir bringen nicht mehr den nötigen Respekt gegenüber der Natur auf. Doch nur wer den Wert eines Brotes, eines Gemüses, eines Stücks Fleisch zu schätzen weiß, nur wer gelernt hat, zu riechen und zu schmecken, und nur wer gut informiert ist,



Eckart Witzigmann (Hrsg): **Gartenland in Kinderhand**, Das Kinder-Garten-Koch-Buch, mit Geleitworten von Charles Prince of Wales und Carlo Petrini edition K /Hampp-Verlag, ISBN 978-3-942561-11-2 184 Seiten 19.80 €

Wie kann das Essen für die Kinder wieder erlebnisreich werden?"

wird sich ganz bewusst für bestimmte Lebensmittel entscheiden und beispielsweise regionale und saisonale Erzeugnisse wählen.

Kinder sollten wieder lernen, wie die für uns so wertvollen Lebensmittel wachsen und entstehen. Sie sollten wahrnehmen können, dass der Bauer den Weizen anbaut, der Bäcker backt, der Fischer fischt, der Metzger Wurst macht und der Gärtner Salat setzt und erntet. Wir müssen den Kindern vermitteln, wie sich Milch in Butter oder Käse verwandeln lässt, wie aus Trauben Saft gewonnen wird. Wie konnten wir nur zulassen, dass viele Kinder glauben, Kühe seien lila und Äpfel kämen im Sechserpack fix und fertig auf die Welt.

Natürlich sind es die Eltern, die ihre Kinder zum guten Essen führen und auf diese Weise zur gesunden Ernährung anleiten können. Ganz entscheidend ist, dass Familien wieder regelmäßig gemeinsam essen. Tatsächlich ist erwiesen, dass Kinder lieber und besser lernen und zudem weniger aggressiv und depressiv sind, wenn zu Hause mindestens fünf Mal in der Woche gemeinsam gegessen wird. Keine Frage: Es bewegt sich viel



Leuchttürme der Kochkunst und für nachhaltiges Kochen unter sich: Otto Geisel (r.) im Gespräch mit dem Gründer von Slow Food, Carlo Petrini (l.) und Jahrbücherkoch, Autor und GAD-Ehrenpräsident Eckart Witzigmann.

und immer mehr. Das ist sehr erfreulich. Gerade Spitzenköche, allen voran Eckart Witzigmann, engagieren sich vorbildlich in Kindertagesstätten, Kindergärten und Schulen: Alles wird frisch gekocht, die Produkte werden erklärt, und es wird gezeigt, dass die Pizza durchaus nicht immer aus dem Gefrierfach kommen muss. Fantasievoll und spielerisch wecken diese Spitzenköche die Sinne der Kinder und lassen sie – oft ganz nebenbei – erfahren, was in einem Fischstäbchen oder einem gepressten Chicken-Nugget so alles drin ist.

Für die Schülerversorgung sorgt der Koch vor Ort

Die Devise muss lauten: Rein in die kulinarische Geborgenheit, wie wir sie hoffentlich bei unseren Müttern und Großmüttern erfahren haben. Wenn wir viel Zeit mit ihnen in der Küche verbracht haben, können wir den Geschmack der frisch gekochten, gerade auch einfachen Gerichte oder den Duft frischer Butter nicht vergessen. Wichtige Erinnerungen verknüpfen sich auch mit dem gemeinsamen Essen am Küchentisch. Unvergesslicher die Schüsseln auf dem Tisch und die wiederholte Aufforderung: „Nimm doch noch was!“ Und wir fragten gerne, weil es uns schmeckte: „Kann ich noch einmal eine Portion kriegen?“

Genau um solche besonderen Erfahrungen geht es. Deshalb ist es bei der Gemeinschaftsverpflegung in den Kindergärten und Schulen so elementar wichtig, dass die Speisen in Schüsseln und auf Platten auf den Tisch kommen und Pädagogen und Kinder gemeinsam essen. Es sollte nicht so sein, dass sich jeder eine vorgefertigte Portion an der Essensausgabe abholt. Für das kleinere Mädchen ist die vorgegebene Portion meist zu groß, dem heranwachsenden Jungen aber oft zu klein. Am Tisch kann er jederzeit nachschöpfen, wenn er noch Hunger hat.

Wer könnte die Versorgung der örtlichen Schulen und Kindergärten mit Mittagessen besser gewährleisten als die örtliche Gastronomie? Die Grundkompetenz und das handwerkliche Können der Wirte und Köche in den ortsansässigen Gasthäusern ist unübertrefflich. So ist bei der Schülerversorgung die Zusammenarbeit der Kommunen mit den Köchen vor Ort viel effektiver als der Bau teurer Hightech-Küchen für Ganztagschulen. Wie sonderbar mutet es an, wenn eine Gemeinde eine Halbtagskraft einstellt, damit sie Fertigspeisen auftaut, die Catering-Unternehmen über Hunderte von Kilometern anliefern!

Sinnvollerweise entscheiden sich immer mehr Städte und Gemeinden dafür, Gastronomen vor Ort mit der Aufgabe der Gemeinschaftsverpflegung in der Schulmensa zu betrauen. Ebenso erfreulich ist, dass sich immer mehr Gastronomen verpflichten, ohne Geschmacksverstärker und nach modernen ernährungsphysiologischen Erkenntnissen zu kochen und regionale Produkte saisonal zu verwenden. Bewusst zu kochen und zu essen, ist nicht nur gesund, sondern kann auch sehr lecker sein. Und manchmal hilft auch ein kleiner Trick: Auf der Speisekarte steht

Otto Geisel, 1960 in Bad Mergentheim geboren, entstammt einer großen Gastronomenfamilie. Nach dem Abitur 1980 in Hohen-schwangau entschied er sich für eine Ausbildung zum Koch bei Günter Seeger im Schwarzwald. Im Anschluss daran besuchte er die Hotelfachschule in Genf, erhielt 1984 sein Diplom als Hotelbetriebswirt und trat in die Geschäftsleitung des Hotel Victoria ein. Seit dem Tod seines Vaters im Jahr 1988 führte er das Hotel. Die Verbindung von hohem Komfort, persönlichem Flair und ausgezeichneter Küche fand bundesweit Beachtung. So kürte der GaultMillau-Guide Deutschland Otto Geisel 2007 zum Restaurateur des Jahres.

Nach 30 schönen und prägenden Jahren in der Hotellerie und Gastronomie, beschloss Otto Geisel im Jahr 2010, sich zukünftig voll und ganz seinen Aufgaben als Berater, Publizist und gefragtem Weinexperten zu widmen. Als öffentlich bestellter und vereidigter Sachverständiger für die Bewertung von Weinen in Deutschland erstellt Otto Geisel Expertisen und Gutachten.

Sein Engagement für Qualität und Nachhaltigkeit zeigt sich nach wie vor auch in zahlreichen weiteren, vielfach ehrenamtlichen Tätigkeiten, beispielsweise als ständiges Mitglied der Grand Jury Européen, einem internationalen Zusammenschluss renommierter Weinexperten.

www.ottogeisel.de

t.

TRAUNER VERLAG

GASTRONOMIE

Die Erwartungen seiner Gäste aufs Trefflichste zu erfüllen, ist ein guter Anfang, allein es reicht nicht aus, um sich von der Konkurrenz abzuheben. Die Gäste von heute verhalten sich immer kritischer und sprunghafter. Aus diesem Grund ist es wichtig, die Erwartungen der Gäste nicht nur zu erfüllen, sondern zu übertreffen.

Ob Sie altes Wissen wieder auffrischen oder Neues erfahren wollen – in unserer mehrfach ausgezeichneten Fachbuchreihe „Service“ finden Sie alles, um Ihre Karriere auf Erfolgskurs zu lenken.

TRAUNER Bücher – von Profis für Profis geschrieben

Service.

Die Grundlagen

ISBN 978-3-85499-574-6

Service.

Die Getränke

ISBN 978-3-85499-729-0

Service.

Die Meisterklasse

ISBN 978-3-85499-862-4

Going international

– unsere Bücher gibt es auch in Englisch



Service.

A Guide for Professionals

ISBN 978-3-85487-422-5

EUR 46,90



Service.

The Master's Guide

ISBN 978-3-85499-631-6

EUR 46,90

Jedes Buch um 58,90 EUR

TRAUNER
Verlag + Buchservice GmbH
Köglstraße 14
4020 Linz
ÖSTERREICH/AUSTRIA
Tel +43 0732 77 82 41-0
Fax +43 0732 77 82 41-400
office@trauner.at
www.trauner.at

dann „nach einem Rezept von Jamie Oliver“. Allein der Name des flippigen Kochs aus London, einem der Vorkämpfer für gesundes Essen in Kindergärten und Schulen, genügt – und vom Auflauf aus Rote Bete und Käse bleibt nichts übrig.

In meinen Lehr- und Wanderjahren führte mich mein Weg nach Italien, genau gesagt nach Piemont, wo ich in der Küche meiner Freunde Tonino und Claudia vieles sehen, schmecken und lernen durfte. Hierbei habe ich sehr eindrücklich erfahren, dass es gar keine so genannte „italienische Küche“ geben kann, denn die Grundprodukte der „cucina (al) italiana“ stammen immer aus der jeweiligen Umgebung. Entsprechend sind die Rezepte und Zubereitungen immer stark in der Region verwurzelt. Der weite Transport von Lebensmitteln, wie das beispielsweise die „Haute Cuisine“ Frankreichs bedingt, ist in Italien verpönt.

Das Selbstverständnis der Küchen Italiens ist getragen vom Stolz auf die regionalen Spezialitäten. Solche Spezialitäten sind beispielsweise ein Mehl aus getrockneten Birnen, das in Südtirol früher als der Zucker der armen Leute bekannt war, oder ein besonderer Lauch aus dem Piemont oder auch die speziellen Reissorten der Po-Ebene.

Ein weiteres wichtiges Merkmal – und dies gilt nun doch für ganz Italien – ist die relativ unkomplizierte Zubereitung der Gerichte. Mit einigen wenigen Zutaten stellt sie den unverfälschten Geschmack der Grundprodukte in den Vordergrund. So wird die jeweilige Region in den Gerichten erlebbar bzw. „schmeckbar“ gemacht.

Eine sehr wichtige „Zutat“ für ein gelungenes Gericht ist außerdem die Liebe, mit der es zubereitet wird. Sie zeigt sich darin, dass einfachen Arbeiten wie dem Schälen, Schneiden und Rühren allergrößte Aufmerksamkeit geschenkt wird! Das geduldige Rühren ist zum Beispiel für cremiges und noch bissfestes Risotto unabdinglich. So ist gutes Essen transformierte Liebe. Es setzt viel Wissen um die kulturellen Zusammenhänge voraus und gebietet absoluten Respekt vor der Natur und Kreatur. Der Slow-Food-Gründer Carlo Petrini hat mir einmal erklärt, dass es zu kurz gegriffen ist, wenn Geschmack nur mit dem Gaumen beurteilt wird. Er sagte: „Ich möchte auch die Geschichte hinter den Produkten kennen.“ Dementsprechend lauten die Slow Food-Kriterien für Lebensmittel „gut“, „sauber“ und „fair“.

An einem heißen Nachmittag im Oktober 1992 brachte mein Freund Tonino viele Dutzend Kisten mit vor lauter Saft und Kraft schon fast platzenden Tomaten in den kleinen Innenhof seiner Locanda „La Contea“ in Neive. Diese wunderbar süßen Tomaten kochten wir in einem großen Kupferkessel über offenem Feuer mit ein wenig Salz und Knoblauch ein. Danach wurden sie in der Küche mittels eines Fleischwolfes grob püriert und dann in großen Einweck-Gläser eingemacht. „Das ist unsere ‚Conserva‘, unser selbst gemachtes Convenience-Produkt“, erklärte mir Claudia lachend, „die Basis für viele unserer Gerichte in Herbst und Winter.“ Selbst für mich als gelerntem Koch war diese Wiederentdeckung eine Erleuchtung. Und ein Trick, preiswert zu kochen und den guten Geschmack „haltbar“ zu machen.

Weil von Worten zu Taten nur ein kurzer Weg sein soll, hier ein Rezept für „RÄDERNUDELN ALLA TONINO“

Es ist ein Rezept für Rädernudeln (Ruote oder Rotelle) mit Rindfleisch, Rosmarin und Tomaten, so wie ich es in Claudias Küche gelernt habe. Dieses Rezept braucht keine genauen Mengenangaben und wird mit viel Gefühl und Liebe aus dem Handgelenk zubereitet:

In etwas hoch erhitzbarem Sonnenblumen- oder Distelöl wird Rinderhackfleisch angeröstet, zusammen mit einem Rosmarinzwig und einer in der Schale gequetschten Knoblauchzehe. Das Rindfleisch tatsächlich nur anrösten, das heißt, weder „verbrutzeln“ noch durch zu geringe Hitzezufuhr im eigenen Saft einkochen. Es soll einen guten Röstgeschmack haben, aber noch saftig sein.

Den Rosmarinzwig und die Knoblauchzehe entfernen und je nach Menge zwei oder drei Suppenlöffel unserer „Conserva“ zugeben. Dabei soll keine Tomatensauce mit Fleischstücken entstehen, auch keine eingekochte Sauce Bolognese, sondern eine Art feinwürziges Ragout, das durch die Tomaten ein wenig Bindung bekommt.

Parallel hierzu die Rädernudeln in kräftig gesalzenem Wasser „al dente“ kochen, abgießen, ganz kurz dampfen lassen und dann direkt in die Pfanne zum Ragout geben. Fertig!

Dieses unkomplizierte Gericht hat für mich inzwischen Symbolcharakter für eine gute und preiswerte Küche, die sich bestens für die Gemeinschaftsverpflegung eignet, genauso übrigens wie einfache Rezepte aus unserem Kulturkreis: Ofenschlupfer oder Dampfnudeln – zwei besonders schöne Beispiele. Durch die Rückbesinnung auf diese und ähnliche, überall bei uns verankerte, Traditionsgerichte stoßen wir fast automatisch auf einen großen Schatz: Den Reichtum der einfachen Küche.