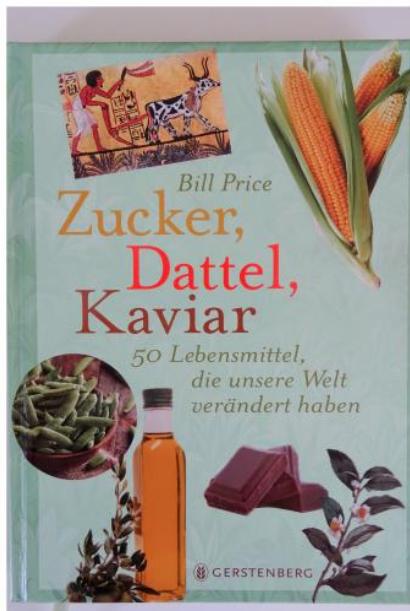


Buchrezension: „Zucker, Dattel, Kaviar. 50 Lebensmittel, die unsere Welt verändert haben“ von Bill Price



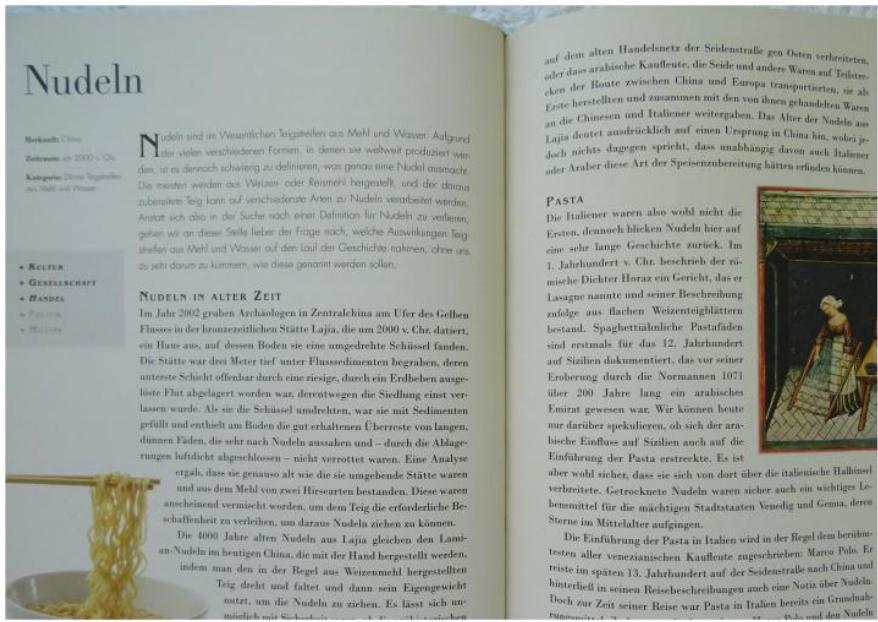
Ihr esst nicht nur gerne, sondern interessiert euch für Lebensmittel, deren Herkunft, Geschichte und Bedeutung? Dann ist dieses Buch perfekt für euch!

In „Zucker, Dattel, Kaviar“ lernt man nicht nur unglaublich viel über die Geschichte von Lebensmitteln, sondern auch darüber, wie sie die Geschichte von Staaten oder Völkern entscheidend beeinflusst bzw. verändert haben.

Bill Price stellt in seinem sehr gut recherchierten Buch auf unterhaltsame Weise die „Geschichte der Wechselwirkungen zwischen den Menschen und ihrer Nahrung [dar] – einer stets sehr engen Beziehung, die den Einfluss der Ernährung auf Kulturen und Gesellschaften verdeutlicht“.

Unverzichtbar für alle Menschen, hat die Ernährung von Beginn

an eine zentrale Rolle gespielt. Je nach Zeit, Kultur und Gegebenheiten der Umwelt unterschied sie sich stark voneinander – was, wie dieses Buch beweist, zu einer spannenden Vielfalt führte.



Grob chronologisch gegliedert, stellt das Buch Bekanntes und Unbekanntes vor. Nach dem Titel gibt es immer kurze Infos zu „Herkunft“, „Zeitraum“ und „Kategorie“ sowie ein Kästchen, in dem die Begriffe fett gedruckt sind, die von diesem Lebensmittel stark beeinflusst wurden, beispielsweise „Handel“ und „Militär“ bei „Corned Beef“, dem gepökelten Fleisch in Dosen.

Das Buch lädt zum Schmökern und Lernen ein. Wusstet ihr, dass „Vindaloo“ ein scharfes Curry aus Goa ist oder dass die Jaffa-Kekse mit Orangengelee ihren Namen von der Jaffa-Orange haben, die seit dem 19. Jahrhundert in Arabien angebaut und von Jaffa aus exportiert wurde?

Im Kapitel „Bananen“ erfuhr ich, woher der Begriff „Bananenrepubliken“ stammt, in „Gin“, dass es Anfang des 18. Jahrhunderts in Großbritannien eine „Gin-Krise“ mit ausufernden Gin-Gelagen gab, die mit fünf neuen Gesetzen bekämpft werden musste.

Selbst lieb gewonnene französische Patisserie begegnet einem: „Madeleines“, kleine Biskuitkuchen, hätte man jetzt nicht für weltbewegend gehalten. Sie haben jedoch die

Literaturgeschichte entscheidend geprägt, nachdem Proust sie in seinem Hauptwerk erwähnte.

Natürlich finden sich auch „Coca Cola“, „Hamburger“ und „Campbell's Dosensuppe“ in diesem Buch wieder, denn die kennt natürlich jeder. Auch über die Geschichte des „Starbucks Coffee“ lernt man eine Menge oder wie die Technik des heutigen Tiefkühlfischs entwickelt wurde.

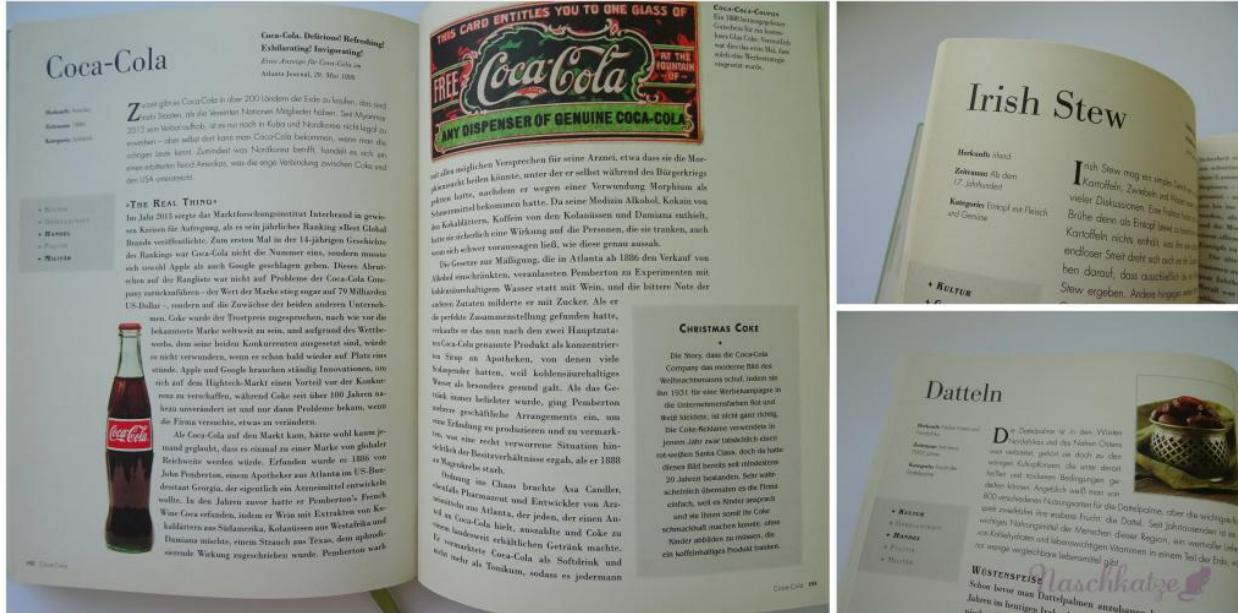
Sogar „Biltong“ hat ein eigenes Kapitel. Kennt ihr das? Mir ist es von meinen Kapstadtaufenthalten geläufig, denn aus Südafrika kommt das luftgetrocknete Fleisch auch, das noch heute ein beliebter Snack ist. Zu Zeiten der Kolonialherrschaft spielte es jedoch eine wichtige Rolle für Kultur und Militär!



Um noch einige interessante Kapitel zu nennen: „Bier“, „Schokolade“, „Nudeln“, „Mais“, „Paella“, „Datteln“, „Pekingente“, „Tee“, „Zucker“ und „Mayonnaise“...

Im Klappentext steht: „*Supermarktregale, die von Lebensmitteln aus aller Welt überquellen, sind für uns heute eine Selbstverständlichkeit. Wenn wir einen Moment innehalten und darüber nachdenken, wo all diese Waren herkommen und wie sie so praktisch verpackt in den Regalen landen, wird uns der Zusammenhang zwischen der Nahrung, die wir zu uns nehmen, und unserer Lebensweise erst richtig bewusst*“. Ein wahres Wort, das dieses Buch umso wertvoller und lesenswerter macht.

Ich kann jedem nur raten, sich diesen informativen und unterhaltsamen Schmöker zuzulegen! Das Buch macht Spaß und vermittelt dabei auch noch unglaublich viel Wissen – wann kann man das schon von einem Buch behaupten?



In diesem Sinne, habt genussvolle Tage und genussvolle Lesestunden!

Eure Judith

♥

Bill Price: „Zucker, Dattel, Kaviar. 50 Lebensmittel, die unsere Welt verändert haben“

[Gerstenberg Verlag](#), 24,95 Euro.

ISBN: 978-3-8369-2117-6

Geburtstagssause bei Backschaaf und Naschkatze mit

Nusskuchen mit Chia und Tonka (vegan)



Anfang der Woche hatte ich Geburtstag. Schon wieder ein Lebensjahr vergangen, manchmal kann man es kaum glauben, wie schnell das geht. Da musste natürlich ein Geburtstagskuchen her, denn meine Eltern kamen für zwei Tage zum Feiern angereist! Zeitgleich feiert die liebe Saskia vom Blog [Das Backschaaf](#) ihren Bloggeburtstag und ihrer Einladung zum Feiern komme ich natürlich zu gerne nach.

Was liegt dann also näher, als einfach zwei Feste zusammen zu legen?

Mein Geburtstagskuchen feiert also doppelt: Bei Naschkatze und beim Backschaaf und ich freue mich, dabei sein zu können!
Happy Bloggeburtstag, liebe Saskia! =)



Naschkatze

Neulich durfte ich die wunderschönen Backformen von [DEK Design](#) kennen lernen. [Tischler Karsten](#), bei dem ich neulich ein Schneidbrett aus Holz bei unserem Betriebsausflug anfertigte,

begeisterte sich bei mir für die Backformen und bei Detlef für meinen Blog. So wurde eine Kooperation geboren und ich freue mich sehr, Detlefs Formen aus glasiertem Steinzeug ausprobieren und euch vorstellen zu dürfen. Sind diese außergewöhnlichen Formen nicht toll?

Am meisten hat es mir der „Ammonit“ angetan, denn ich liebe Muscheln und war ja auch gerade am Meer in Urlaub. Also holte ich mir das Urlaubsfeeling mit dieser Backform ein bisschen zurück. Muschelkuchen gegen Meeresehnsucht.



Für eine große Kastenform, 1 Napfform oder 1 „Ammonit“form:

375 g Dinkelmehl

3 TL Backpulver

3 EL Chiasamen + 12 EL Wasser

180 g Kokosblütenzucker

etwas fein geriebene Tonkabohne

50 g geröstete Haselnüsse, fein gehackt/grob gemahlen

150 g Margarine

3/8 L (Pflanzen)Milch

ca. 100 g dunkle Kuvertüre zum Bestreichen

+ ein paar grob gehackte Haselnüsse als Dekoration

Die Chiasamen in einem Schüsselchen quellen lassen. Mehl und Backpulver mischen.

Die Milch mit der Margarine und dem Zucker sanft erwärmen, bis alles flüssig ist. Die Tonkabohne hinein reiben, die Chiasamen und das Mehl samt Nüssen dazu geben und alles mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren.

Den Ofen auf 170 °C Umluft vorheizen. Die Backform fetten und mit Gries ausstreuen. Den Teig hineinfüllen.

Ca. 40 Minuten backen (Stäbchenprobe!). Den Kuchen in der Form auskühlen lassen und dann stürzen.

Die Kuvertüre schmelzen und über den Kuchen verteilen, die Nüsse dekorativ darüber streuen. [nurkochen]



menschkatze

Ich wünsche euch allen ein fabelhaftes Wochenende! Lasst es
euch gut gehen und habt genussvolle Tage!
Eure Judith

Workshop bei Food-Fotografin Corinna Gissemann in Hamburg

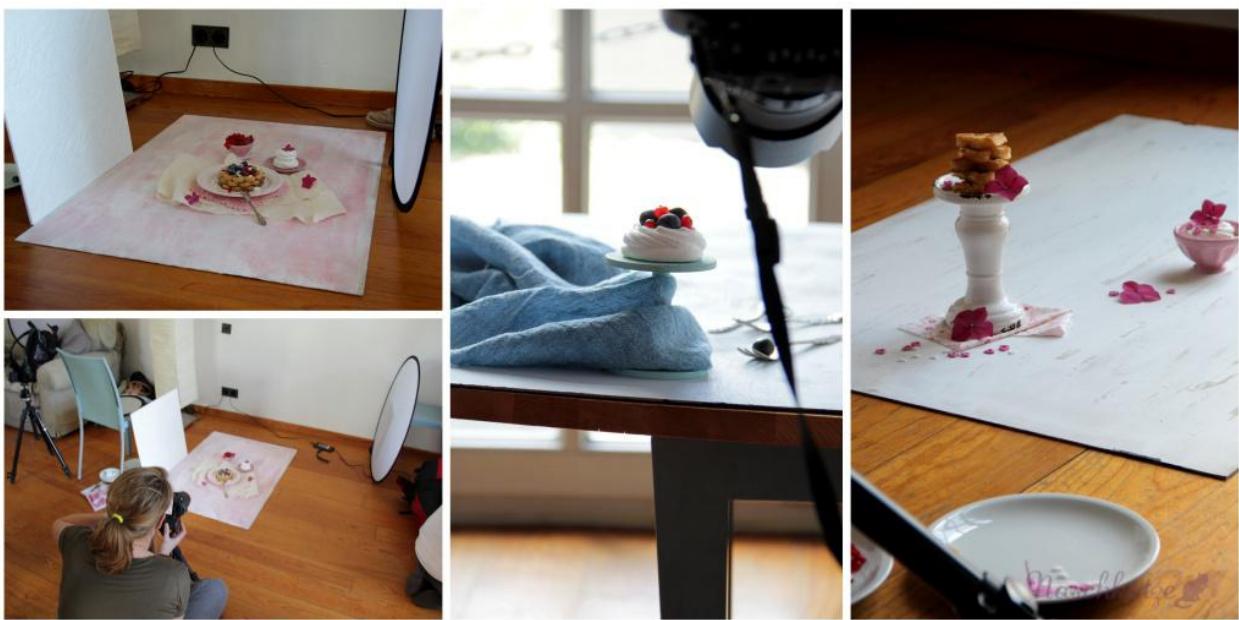


Wie

ich euch schon berichtet habe, war ich Anfang August in [Hamburg](#). Der Grund war ein Food- Fotografie- Workshop bei [Corinna Gissemann](#), deren wunderschöne Fotos ich schon länger bei Facebook bewundere. Dort sah ich auch den Link zu diesem Workshop und meldete mich spontan an.

Ich habe es nicht bereut und sehr, sehr viel gelernt. Im ersten Teil des Tages bekamen wir Theorie und hilfreiche Tipps vom Profi, bevor wir zwei Mal selbst aktiv wurden, um das Gelernte umzusetzen. Zuerst entstanden Bilder im hellen Stil, dann welche im dark mood Stil. Letzteren hatte ich immer spannend gefunden, aber noch nie selbst umgesetzt und ich bin

noch immer begeistert, wie einfach es nach Corinnas Anleitung ist, mit ganz wenig Licht tolle Fotos zu machen, wenn man seine Kamera richtig einzustellen weiß!



Aufba

u und Modelle des hellen Bildstils

Beim Fotografieren arbeitete ich mit [Jenny](#) zusammen, die ich schon auf dem Weg zum Workshop traf. Wir nahmen uns für die Fotos Waffeln, Baisers und einen kleinen Kuchen vor.

Das Titelbild dieses Blogs zeigt die zwei Werke von Jenny und mir.

Corinna hat auf Facebook diese zwei Collagen geteilt, hier könnt ihr noch mal alle Werke des Tages zusammen sehen. Ist nicht jedes einzelne ganz großartig geworden?





Nicole vom Magazin Sweet Paul, die zusammen mit dem

Chefredakteur auch dabei war, hat einen schönen [Artikel](#) geschrieben und den Tag in Fotos festgehalten. Ich verweise euch also einfach mal weiter und kann jedem Interessierten an Food- Fotografie die Workshops nur ans Herz legen, die [Tina Tausendschön](#) und Patrick von [Ich mach's mir einfach](#) zusammen auf die Beine stellen!

Ich hoffe, ihr könnt bei meinen zukünftigen Fotos eine Entwicklung sehen. Mir selbst macht das Fotografieren jetzt auf jeden Fall noch mehr Spaß, ich bin entspannter dabei, denn Regenwetter macht mir nun nicht mehr so viel aus und ich erhalte mit wenigen Schüssen gute Bilder, die ich ohne viel Weiteres für euch bloggen kann. =)

Habt eine genussvolle Woche!
Eure Judith

Zwetschgenkuchen nach Omas Rezept mit Mandelzimtstreuseln



Gestern kochte mein Naschkater Spaghettini Bolognese, denn wir hatten mal wieder Fleischeslust. Im Rezept stand, das Gemüse solle man mit Butterschmalz andünsten und da erinnerte ich mich an die kleine gelbe Dose hinten unten im Kühlschrank. Normalerweise nehmen wir Rapsöl oder Olivenöl zum Kochen, seltener auch mal Butter. Meine Oma nahm für alles Gebratene Butterschmalz und allein sein Duft ist für mich untrennbar verbunden mit meinen Ferienbesuchen bei Oma und Opa. Ich parkte meine Nase über dem Schmalz, schloss selig die Augen und war mit einem Einatmen wieder in meiner Kindheit und in Omas Küche. Gerüche sind bei mir intensive Anker, sie rufen sofort Erinnerungen wach. Diesmal kamen Erinnerungen an [Omas Dampfnudeln](#) hoch, die sie ebenfalls mit Butterschmalz anbriet.



Naschkatz

Als Naschkater dann noch ein Kilo Zwetschgen vom Einkauf mitbrachte, lag auf der Hand, was heute in der Küche entstehen würde – und so gibt es heute Omas Zwetschgenkuchen mit

Hefeteig, von mir durch Mandelzimtstreusel bereichert, und aus der zweiten Hälfte Hefeteig Pfälzer Dampfnudeln mit Salzkruste. So machte Oma das immer in der Zwetschgen- oder Apfelzeit: Sie machte aus der einen Hälfte Teig einen Kuchen, aus der zweiten Dampfnudeln und dann schwelgten wir im doppelten Naschkatzenglück.



Die [Dampfnudeln](#) sind mir heute wirklich besonders gut gelungen und Naschkater, der die Pfälzer Variante mit salziger Bodenkruste noch gar nicht kannte, hat bisher schon zweieinhalb Stück

verputzt – plus Kuchen, natürlich.

Wie früher musste ich natürlich die allererste, die aus der Pfanne kam, probieren und ich stand selig am Herd. Genauso schmeckten sie früher – ein kulinarischer Flashback in meine Kindheit...



Omas

Hefeteig ist wunderbar saftig und locker, außen gebräunt und innen weich. Die Zwetschgen sind noch etwas sauer, da tun ihnen die Streusel gut und wer mag, gibt noch einen Hauch Zucker oder Puderzucker obendrauf. Wem die Mandelstreusel zu „experimentell“ auf diesem Klassiker sind oder sie nicht mag, der kann sie weglassen oder normale Mehlstreusel (mit Zimt) machen.

Und falls ihr keine Dampfnudeln machen wollt, könnt ihr die gesamte Menge Teig auch für ein Backblech nehmen. Dann braucht ihr aber sicher ca. 2,5 kg Zwetschgen.

Als Brioche in einer Kastenform gebacken, macht sich der Teig aber auch sicher als Frühstückskuchen sehr gut.

Für 1 Backblech (oder 1 Springform und Dampfnudeln):

500 g Mehl

25 g frische Hefe oder 1 Beutel Trockenhefe

$\frac{1}{4}$ L Milch

2 Prisen Salz

80 g Butter

1 Ei

100 g Zucker
(etwas Zitronenschale oder Saft)

Für 1 Springform*:

1 kg Zwetschgen, entsteint

8 EL gemahlene Mandeln

1 EL Butter oder Margarine

1-2 TL Zimt

4 TL Zucker

* Für 1 Blech alles doppelt nehmen und lieber 2,5 kg Zwetschgen kaufen. Reste zu Kompott verkochen oder so essen.
=)

Die Milch in einem Töpfchen sanft erwärmen, die Hefe hineinrühren. Das Mehl in eine große Schüssel sieben, mit Zucker und Salz vermischen. Die Hefemilch hinein geben und im noch warmen Topf die Butter zergehen oder sehr weich werden lassen.

Den Ofen auf 40°C aufheizen, dann wieder ausschalten.

Ei und Butter ebenfalls in die Schüssel geben und alles ca. 5 Minuten lang mit den Knethaken zu einem glatten glänzenden Teig verkneten.

Die Schüssel mit einem Tuch zudecken und in den abgeschalteten Ofen stellen. Die Tür einen Spalt offen lassen. Den Teig ca. 1,5 Stunden gehen lassen.

Dann entweder die Hälfte des Teigs für eine Springform (relativ dünn) rund ausrollen oder die gesamte Menge in ein Backblech drücken und in beiden Fällen einen Rand hochziehen. Die Zwetschgen waschen, entstielen und der Länge nach aufschlitzen, um den Stein heraus zu holen. 2 EL gemahlene Mandeln auf dem Boden verteilen. (Da ich nicht wusste, wie saftig die Zwetschgen backen, wollte ich etwas „Aufsaugendes“ haben. Das ist aber nicht unbedingt nötig.) Dann die Früchte recht eng kreisförmig auf den Kuchenteig setzen.

Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Aus den restlichen gemahlenen Mandeln und den anderen Zutaten

Streusel kneten und diese über den Zwetschgen verteilen.
Etwa eine halbe Stunde backen, bis der Teig goldbraun und die Zwetschgen weich sind.
Herausnehmen und abkühlen lassen, dann aus der Form lösen.



Habt ihr schon mit Zwetschgen gebacken dieses Jahr und habt ihr da auch ein Familienrezept? Beim heutigen Regenwetter kann man ja mal wieder unbeschwert backen, ohne die Wohnung allzu sehr aufzuheizen und ein guter Kuchen hilft gegen graue Wolken doch am allerbesten! =)

Habt ein genussvolles Wochenende!
Eure Judith

**Blauer Himmel, blaues Meer:
Streifzug entlang der Côte**

d'Azur durch Nizza und Cannes



Es

waren paradiesische Tage. Blau wohin man blickte, der Himmel, das Meer. Die Sonne schien auf kleine Küstenorte mit ockergelben Häusern und glitzernden Buchten. Bougainvillea tupfte pinke Farbkleckse in pittoreske Straßenzüge.

Nach vielen Jahren hatten meine Brieffreundin Anika und ich es endlich geschafft, einmal wieder gemeinsam wegzufahren. Früher hatten wir das einmal im Jahr getan, es war sozusagen unser Jahrestreffen, während wir uns die restliche Zeit über nur schrieben. Dieses Jahr wollten wir es nicht nur schaffen, sondern auch ein Ziel mit Schönwettergarantie. Mit Nizza lagen wir da goldrichtig.

Vier ganze Tage hatten wir Zeit, um zum ersten Mal die Côte d'Azur zu erkunden. Bisher hatte ich zum Land Frankreich lediglich Paris, die Bretagne, die Normandie und das Elsass im Kopf, nun kam ich endlich in den ersehnten Süden.

Schon nach zwei Tagen wussten wir, hierher fahren wir noch einmal! Die Küste, die Örtchen, das Klima – alles ist wunderschön! Nicht zu vergessen das Essen!



In

Frankreich kann man generell sehr gut essen, egal in welcher Region und welche Spezialitäten. Nizza war früher italienisch und ich finde, das merkt man der Region an. Erstaunlich viele Restaurants sind italienisch oder bieten Pasta und Pizza an. Auch Eis gibt es reichlich. Wenn ihr in Nizza seid, müsst ihr unbedingt bei [Fenocchio](#) ein Eis essen! Diese Eisdiele hat eine unvorstellbar große Eistheke mit den verrücktesten und spannendsten Sorten, die ich je auf einem Haufen gesehen habe. Da gibt es Klatschmohn, Rosmarin, Salzkaramell, Schoko-Ingwer (sehr empfehlenswert), Avocado (nicht sonderlich aromatisch, aber mal was anderes), Schwarze Olive, Tomate Basilikum, Lavendel, Rose, Jasmin,... ich könnte ewig weitermachen.

Abends haben wir gerne einen Salat gegessen und natürlich musste auch mal ein Nizza-Salat sein. Einen sehr guten bekamen wir in der [Brasserie Le Gambetta](#). Auch der Italienische Salat mit Antipasti und Melone war sehr lecker und ebenso der Nachtisch. Wir wollten Crème brûlée haben, es gab jedoch nur Crème brûlée-Eis. Es war köstlich.



Eine weitere Spezialität der Region ist das Pan bagnat, was man wohl als „nasses/aufgeweichtes Brötchen“ übersetzen könnte. Es ist rund und mit Nizzasalat gefüllt. Wir haben uns eins mitgenommen für den Trip ans Cap Ferrat und es am Strand gegessen. Leider ist es eine leicht fettige Angelegenheit, so dass ans Fotografieren nach dem Auspacken nicht zu denken war.



Einen Tag fuhren wir mit dem Zug nach Cannes. Die Stadt eignet sich gut zum Shoppen und essen gehen, große Attraktivitäten, die man sich ansehen kann, bietet sie jedoch nicht. Der überdachte Markt ist sehr schön und dort gibt es auch Socca, eine Spezialität aus Kichererbsenmehl. Daraus wird auf

einer großen Metallplatte eine Art Crêpe gebacken, der in Stücke geschnitten wird. Leider haben wir es nicht geschafft, Socca zu probieren. Aber wir werden ja wieder kommen. =)
 Unser Marco Polo Reiseführer empfahl eine kleine Crêperie im Zentrum, wo es auch Galettes, also Buchweizencrepes, gibt. Dort aßen wir zu Mittag und ich kann La Galette de Marie sehr empfehlen. Diverse herhaft gefüllte Galettes erschweren die Wahl und wer zum Dessert noch einen süßen Crêpe möchte, hat es nicht leichter. Dazu ist natürlich eine Karaffe Cidre ein Muss, der in den traditionellen Tassen serviert wird. In französischen Restaurants kann man übrigens immer eine kostenlose Karaffe stilles Wasser (une caraffe d'eau) bestellen! Dann kann man sich ein Weinchen oder ein bisschen Cidre zum Essen gleich nochmal so gut gönnen! ;)



Vor Cannes liegt die [Insel Sainte Marguerite](#), die auf jeden Fall einen Besuch wert ist. Sie ist unbewohnt und die vielen Touristen und Einheimischen, die jeden Tag mit der Fähre übersetzen, verlaufen sich in den Kiefernwäldern, so dass man dort Ruhe abseits des Trubels finden kann. Außerdem gibt es zauberhafte Badebuchten mit Felsen, Kiefern und sogar Versorgung: Ein kleines Bötchen fährt die Küste entlang und verkauft vom Boot aus Eis, Getränke und Kaffee an die Badenden.



Ein

Higlight war für uns auch der letzte Tag, an dem wir noch einmal zum Cap Ferrat fuhren. Dort liegt die [Villa Ephrussi de Rothschild](#) auf einem Hügel mit Rundumblick aufs Meer und umgeben von einem der schönsten Gärten, die ich je gesehen habe. Neun Gärten vereint dieser Park, darunter ein japanischer, ein florentinischer und ein spanischer Teil. Im Wasserbecken vor dem Haus gibt es musikbegleitete Wasserspiele und das Haus selbst platzt fast vor lauter Kunstwerken, Möbeln verschiedener Epochen und Sammlungen von Porzellan, chinesischer Seide und Wandteppichen. Die Baroness Béatrice de Rothschild ließ dieses Anwesen als Sommerresidenz erbauen und brachte darin viele Kunstwerke unter, die sie während diverser Reisen erwarb. Wer sich für Architektur, Stilepochen, Kunst und Gärten interessiert, muss dieses Anwesen einmal gesehen haben! Ich werde auf jeden Fall noch einmal hinfahren.

Mit diesen Eindrücken aus Südfrankreich konnte ich euch hoffentlich etwas über diese Region erzählen, das ihr noch nicht wusstet oder kanntet und ordentlich Reiselust und Appetit auf Südfrankreich machen. Als Reiseziel lohnt sie sich!

Habt eine genussvolle Zeit, ihr Lieben,
eure Judith