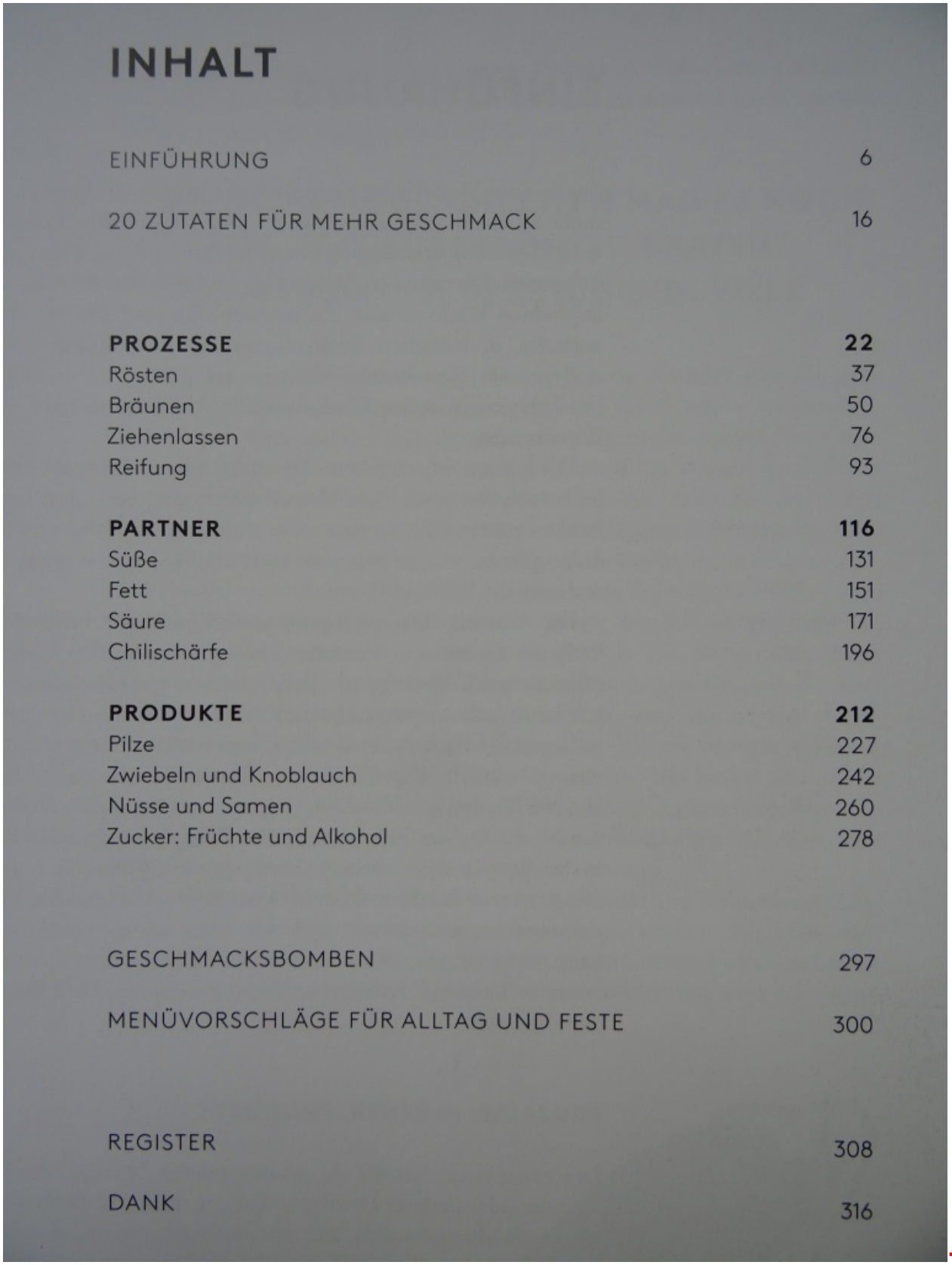
Buchvorstellung: „Flavour“ von Yotam Ottolenghi

Heute

wird es aromatisch! Das neue Buch „Flavour“ von Ottolenghi beschäftigt sich intensiv mit Aromen und enthält fantastische vegetarische Rezepte, bei denen selbst überzeugte Karnivoren nichts vermissen sollten.



INHALT

EINFÜHRUNG 6

20 ZUTATEN FÜR MEHR GESCHMACK 16

PROZESSE **22**
Rösten 37
Bräunen 50
Ziehenlassen 76
Reifung 93

PARTNER **116**
Süße 131
Fett 151
Säure 171
Chilischärfe 196

PRODUKTE **212**
Pilze 227
Zwiebeln und Knoblauch 242
Nüsse und Samen 260
Zucker: Früchte und Alkohol 278

GESCHMACKSBOMBEN 297

MENÜVORSCHLÄGE FÜR ALLTAG UND FESTE 300

REGISTER 308

DANK 316

Inhal

t

Der Autor schreibt im Vorwort, dass er vermitteln möchte, „was ein Gemüse auszeichnet und wie man seinen Geschmack intensivieren kann, um es in ein vollkommen neues Licht zu rücken“.

Dafür sind 3 Elemente entscheidend, nach denen sich das Buch gliedert: **Prozesse** (wie Rösten, Reifen, Karamellisieren,…), **Partner** (Kombination mit anderen Produkten und somit Aromen) und **Produkte** (Zutaten, die bereits viel Eigenaroma mitbringen und ein Gericht alleine tragen können).

Die 3 Kapitel sind noch mal untergliedert in Zubereitungsarten wie „Rösten“, „Reifung“, in Geschmacksrichtungen wie „Süße“, „Schärfe“, oder in Produkte wie „Pilze“ oder „Nüsse und Samen“.

FÜR 4 PERSONEN
als Hauptgericht

50 ml Olivenöl, plus 2 EL zum Servieren
6 Knoblauchzehen, zerstoßen
1 Dose Kichererbsen (400 g), gut abgetropft und trocken getupft (240 g; die Flüssigkeit für das Kokoseis auf S. 286 verwenden)
2 TL scharfes geräuchertes Paprikapulver
2 TL gemahlener Kreuzkümmel
¼ EL Tomatenmark
40 g Petersilie, grob gehackt
2 TL abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
3 EL kleine Kapern
125 g Nocellara-Oliven (oder andere grüne Oliven), entsteint und grob halbiert (80 g)
250 g kleine süße Kirschtomaten
2 TL Zucker
¾ EL Kümmelsamen, leicht geröstet und zerstoßen
250 g Orecchiette
500 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe
Salz und schwarzer Pfeffer

EIN-TOPF-ORECCHIETTE PUTTANESCA

Eine süße Variante der Puttanesca, der berühmten Pastasauce aus Neapel »nach Prostituierten-Art« – wir haben die Sardellen weggelassen, dafür gibt es hier Kichererbsen und verschiedene Gewürze. Ein schnelles und sehr praktisches Rezept, da die Pasta in der Sauce gart. Probieren Sie es aus und Sie werden vielleicht nie wieder Nudeln in Salzwasser garen wollen.

1. Die ersten sechs Zutaten und ½ TL Salz in einer großen Schmorpfanne mit Deckel vermengen und alles bei mittlerer bis starker Hitze 12 Minuten anbraten, bis die Kichererbsen leicht knusprig sind, dabei ab und zu umrühren – die Hitze eventuell ein wenig reduzieren, falls sie zu rasch Farbe annehmen. Ein Drittel der Kichererbsen herausnehmen und für später beiseitestellen.

2. In einer kleinen Schüssel Petersilie, Zitronenschale, Kapern und Oliven vermengen. Zwei Drittel der Mischung in die Pfanne geben, gefolgt von den Tomaten, dem Zucker und dem Kümmel. Unter häufigem Rühren bei mäßiger bis starker Hitze 2 Minuten erhitzen. Die Orecchiette, die Brühe, ¾ TL Salz und 200 ml Wasser dazugeben und das Ganze zum Köcheln bringen. Die Hitze auf mittlere Stufe stellen und das Ganze zugedeckt 12–14 Minuten garen, bis die Pasta al dente ist.

3. Den Rest der Petersilienmischung unterrühren und die Pasta mit den restlichen 2 EL Öl beträufeln. Mit den knusprig gebratenen Kichererbsen garnieren und vor dem Servieren reichlich Pfeffer darübermahlen.

Kostprobe?

Bei diesem Buch kann ich mich gar nicht entscheiden, was köstlicher klingt. „Auberginenklösschen alla parmigiana“? Oder „In Chilibutter gerösteter Blumenkohl“? Spannend klingt auch

der „Gersteneintopf mit Tomaten und Brunnenkresse“, auf den im Ofen geröstete Kohlrabi gelegt werden. Und auf jeden Fall nachkochen werde ich das „Korma mit Tofuklösschen“! Das Tofu ist schon gekauft.

Die Rezepte sind übersichtlich beschrieben und appetitlich bebildert. Mir läuft beim Blättern wirklich das Wasser im Mund zusammen. Zum Teil sind die Zubereitungsarten für mich recht neu und man lernt mit Sicherheit viel dazu, was die Zubereitung von Gemüse angeht und kann sein eigenes Repertoire erweitern.

Schon oft stand ich in Buchläden vor Büchern von Ottolenghi und staunte über die fantasievollen und farbenfrohen Kreationen. Leider enthielt meine Sammlung bisher kein Kochbuch des israelischen Meisters in Sachen Gemüseküche.
Ich bin sehr froh, dass sich das mit „Flavour“ nun geändert hat und werde sicher noch viele Gerichte aus diesem Buch ausprobieren! Für mich ist das Buch eine echte Bereicherung in

meiner Sammlung!

Habt ihr Appetit bekommen? Oder sind euch liebe Menschen eingefallen, denen das Buch gefallen könnte? Rezepte aus diesem Buch gemeinsam kochen – vor allem in der kalten, dunklen Winterzeit – wäre sicher ganz nach Ottolenghis Sinn.

Habt eine genussvolle Weihnachtszeit!
Eure Judith

Yotam Ottolenghi, Ixta Belfrage
Flavour. Mehr Gemüse, mehr Geschmack
DK Verlag
29,95 Euro
Gebunden
ISBN 978-3-8310-4086-5