

Buchvorstellung: „Selbermachen. Das Kochbuch“ von James Strawbridge



Heute

ist es mal wieder Zeit, ein neues Buch vorzustellen, das schon ein paar Wochen bei mir herumliegt und in dem ich immer wieder schmökere. Schon als ich den Titel sah, war mein Interesse geweckt: „Selbermachen. Das Kochbuch. Vom Fermentieren, Einlegen, Brot backen und mehr“, erschienen im DK Verlag.

Nahrung selber zu machen liegt seit einiger Zeit wieder im Trend. Und gerade in Zeiten, in denen man gezwungenermaßen viel Freizeit zuhause verbringt, kann man sich mit viel Ruhe und Muse an das ein oder andere Experiment wagen.

Autor James Strawbridge hat sich intensiv mit traditionellen Techniken beschäftigt und sie sich von Köchen, Fachleuten oder Freunden zeigen lassen. Dieses gesammelte Wissen gibt er an seine Leser weiter, und zwar nicht nur in Form von Anleitungen, sondern er erklärt auch, was genau zum Beispiel beim Räuchern, Trocknen, bei der Sauerteiggärung oder der Joghurtzubereitung passiert.

Inhalt

Das geballte Wissen der Nahrungsmittelherstellung hat er in 8 Kapitel gepackt. Nach dem Vorwort und einigen Küchenbasics gliedert sich das Buch wie folgt:

- 1) EINLEGEN, EINKOCHEN & TROCKNEN
- 2) GETRÄNKE
- 3) MILCHPRODUKTE
- 4) BROT
- 5) KONFIEREN
- 6) PÖKELN
- 7) RÄUCHERN
- 8)

FREILUFTKÜCHE



Die Seiten sind übersichtlich und gliedern sich in eine Spalte für die Zutaten, eine für die Anleitungen und eine mit Expertentipps. Die einzelnen Schritte sind sehr detailliert und mit zahlreichen Fotos veranschaulicht, die richtig Lust machen, ebenfalls sofort loszulegen.

Ich finde, für jede Ambition ist etwas dabei. Einfachere Sachen wie das Confieren (Garen in Öl oder Schmalz) oder selbstgemachten Graved Lachs bekommt sicher jeder hin. Fürs Räuchern braucht es dann sicher etwas mehr Vorbereitung und vor allem Ausstattung. Aber auch hier hilft James weiter, denn er verrät eine Anleitung zum Bau einer Kalträucherbox. Sogar für Outdoor-Köche finden sich am Ende des Buchs einige Rezepte zum Kochen über Feuer, mit einem Erd- oder einem selbstgebauten Lehmofen.



Kostprobe?

Unbedingt ausprobieren möchte ich das Ginger Beer, denn ich liebe Ingwer und Ingwerbier auch. Mein erstes habe ich vor vielen Jahren in Südafrika getrunken. Joghurt selbermachen klingt ebenfalls machbar, das steht auf meiner Liste. Und die köstlich aussehenden Brote mit Sauerteig werden definitiv mal getestet! Süß-sauer eingelegtes Gemüse klingt nach einer tollen Möglichkeit, sich ein bisschen Sommer zu konservieren und irgendwann möchte ich mal lernen, wie man Käse selbst herstellt – am liebsten aber in einer kleinen Käserei (auf einer Alm). Immerhin kann ich mich hier jetzt schon ein bisschen einlesen.



Allen, die kulinarisch etwas Neues lernen möchten und experimentierfreudig sind, kann ich dieses schöne Buch nur ans Herz legen.

Gönnt es euch als Ostergeschenk (oder verschenkt es an eure Lieben) – am besten bestellt beim kleinen Buchhändler im Ort oder direkt beim Verlag, denn mehr denn je sollten wir unsere kleinen lokalen Geschäfte unterstützen, oder?

Ich wünsche euch eine schöne Restwoche und viel Spaß beim kulinarischen Schmökern!

Eure Judith