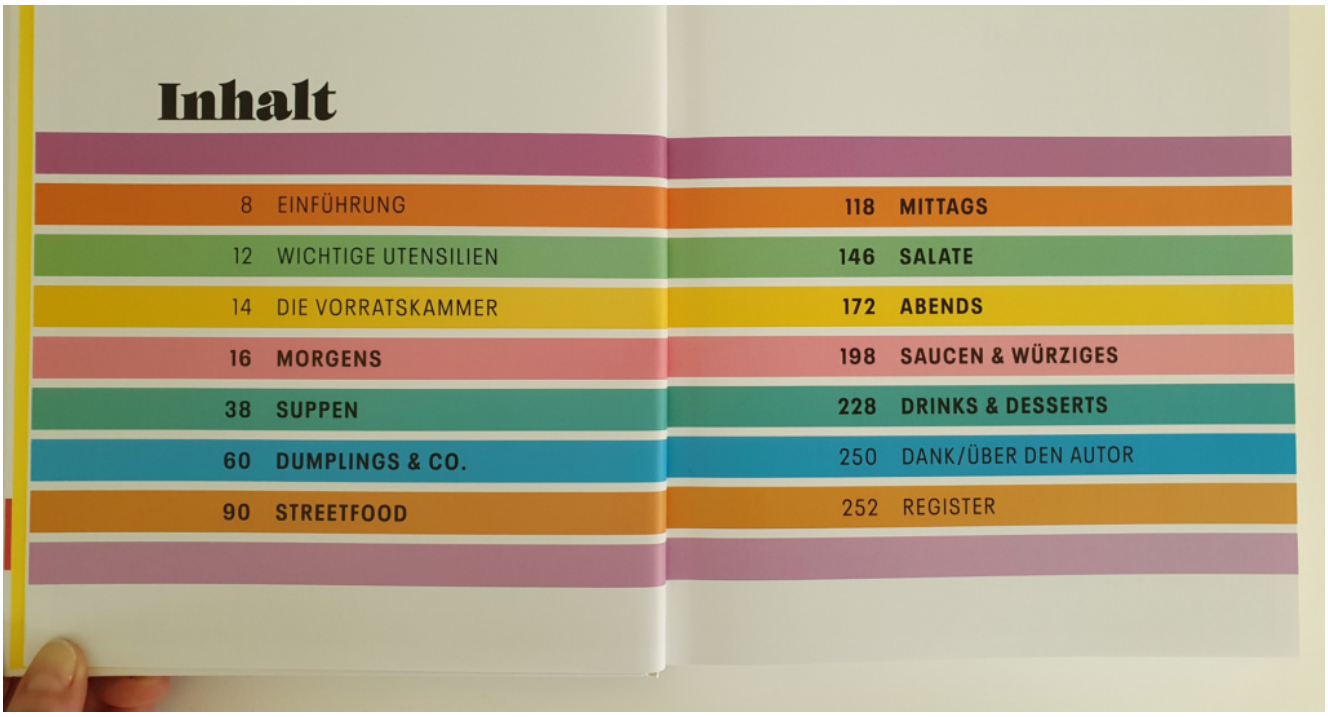
Buchvorstellung: „Kitchen passport“ von Andong/Arseny Knaifel (DK Verlag)

Heute gibt es mal wieder Lesefutter und zwar für alle Reisehungrigen. Kürzlich im DK Verlag erschienen, präsentiere ich euch „85 Rezepte für Reisehungrige“ von Arseny Knaifel, der auch als Andong bekannt ist. Die Youtube-Schauer unter

euch kennen ihn vielleicht, sein Kanal mit Rezepten und kulinarischen Geschichten ist ziemlich bekannt. Mir selbst sagte sein Name bisher nichts, aber Essen und Reisen, das sprach mich an!

Wie der Autor im Vorwort schreibt, bereist er den Planeten, „um neues Essen zu entdecken“. Zwar ist das für mich als studierte Kunsthistorikerin und Ethnologin nicht der einzige Grund, aber definitiv ein sehr, sehr wichtiger! Keine Reise, ohne typische regionale Köstlichkeiten zu probieren oder neue, lokale Gerichte oder Zutaten kennen zu lernen!


Inhalt

8 EINFÜHRUNG
12 WICHTIGE UTENSILIEN
14 DIE VORRATSKAMMER
16 MORGENS
38 SUPPEN
60 DUMPLINGS & CO.
90 STREETFOOD
118 MITTAGS
146 SALATE
172 ABENDS
198 SAUCEN & WÜRZIGES
228 DRINKS & DESSERTS
250 DANK/ÜBER DEN AUTOR
252 REGISTER

Das sieht Andong genauso und seit über 5 Jahren dreht er Videos rund ums Essen, lässt seine Zuschauer so an seinen Erfahrungen teilhaben und bringt ihnen sicher auch sehr viel bei. In seinem ersten Buch teilt er eine ausgewählte Sammlung von Rezepten, Geschichten und Anregungen. Ihm ist wichtig zu betonen, dass Rezepte immer Veränderungen unterliegen und DAS authentische Rezept vermutlich nicht existiert. Außerdem

erzählt er immer kleine Anekdoten oder Erlebnisse zu den Gerichten, oder geht auf Zutaten oder die Herkunft von Gerichten ein.

Inhalt

Das Buch gliedert sich in 14 Teile, davon sind 9 Rezept-Kapitel. Jedes Kapitel mit Rezepten wird durch eine Doppelseite Text eingeleitet.

Die Rezepte sind vielfältig und aus aller Welt. Schlichte Bilder machen Appetit auf die beschriebenen Leckereien und die Anleitung ist sehr übersichtlich. Jedes Rezept wird von einigen persönlichen Sätzen begleitet und oft macht Andong Anmerkungen zum Austausch von Zutaten oder zum Servieren mit anderen Gerichten.

Kitchen Passport | Suppen

LOHIKEITTO
(FINNISCHE LACHSRAHMSUPPE)

PORTIONEN
4

VORBEREITUNG
15 Minuten

GARZEIT
30 Minuten

Lohikeitto ist eine in Finnland sehr verbreitete Suppe, doch zum ersten Mal habe ich sie in der russisch-finnischen Grenzregion Karelien gegessen. Dieses Rezept ist eine eher freie Interpretation und der Versuch, sie mit Aromen aus der japanischen und südostasiatischen Küche zu kombinieren.

SO WIRD'S GEMACHT

1. In einer Schüssel das Miso mit Speisestärke, Fischsauce und Sahne verrühren, bis sich Stärke und Miso vollständig aufgelöst haben. Beiseitestellen.
2. Die Kartoffeln, die Karotte und den Lauch in einem großen Topf mit 1,5 l Wasser bedecken und salzen. Bei starker Hitze zum Kochen bringen und dann bei mittlerer bis starker Hitze 10 Minuten garen. Den Lauch herausnehmen und die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren.
3. Den Pfeffer, den Wacholder und den Lorbeer in ein Gewürzsäckchen einschlagen, in die Suppe legen und alles weitere 10 Minuten köcheln lassen. Die Gewürze wieder herausnehmen und entsorgen.
4. Den Lachs in die Suppe legen und 3–4 Minuten mitgaren.
5. Die Miso-Sahne-Mischung noch einmal kurz glatt rühren und unter die Suppe mischen. Die Suppe ein letztes Mal kurz aufkochen, bis sie sämig ist, und vom Herd nehmen. Vor dem Servieren den Dill unterrühren.

3 EL **weißes Miso** (50 g)
4 EL **Speisestärke**
4 TL **Fischsauce**
200 g **Schlagsahne**
2 große **Kartoffeln,** geschält und in 2,5 cm große Würfel geschnitten
1 große **Karotte,** geschält und in 2,5 cm große Würfel geschnitten
½ **Lauchstange,** nur der weiße und hellgrüne Teil, in 2,5 cm große Stücke geschnitten
1 TL **Salz**
½ TL **schwarze Pfefferkörner**
3 **Wacholderbeeren,** zerstoßen
2 **Lorbeerblätter**
200 g **Lachsfilet** ohne Haut, in mundgerechte Stücke geschnitten
3 Stängel **Dill,** Blätter abgezupft und grob gehackt

Kostprobe?

Definitiv ausprobieren möchte ich die Finnische Lachsrahmsuppe „Lohikeito“, die Andong mit einer Prise japanischen und südostasiatischen Aromen kombiniert. Lecker klingen auch die Russischen „Piroschki“ mit zweierlei Füllung, die chinesischen „Frühlingszwiebelpfannkuchen“ oder der „Russische Vinegret“, ein Salat aus Kartoffeln, Roter Bete, Erbsen und Sauerkraut. Süßes ist nicht allzu viel vorhanden, aber als Naschkatze wäre ich auf jeden Fall bei einer „Schoko-Kartoffel“ dabei, einem „Monument der sowjetischen Esskultur“ aus Keksen und Buttercreme.

Ich bekomme großes Fernweh, wenn ich im Buch schmökere. Da sind so viele leckere Gerichte aus so vielen Ländern

versammelt.

Was mich ein bisschen stört, ist die Verwendung von Mononatriumglutamat (Glutamat) in einigen Gerichten. In Asien ist diese Zutat ja recht weit verbreitet. Ich selbst rühre so etwas nicht an. Wie Andong zu Beginn schreibt, kann man das aber zum Glück gut ersetzen und im Endeffekt kann jeder selbst entscheiden, ob er damit kocht oder nicht.

Kitchen Passport | Drinks & Desserts

RUSSISCHE SYRNIKI-MUFFINS

ERGIBT 6 Stück
VORBEREITUNG 10 Minuten
GARZEIT 30 Minuten

Meine Großmutter ist berühmt für ihre *syrniki*, eine in Russland weit verbreitete Leckerei, die sich am besten als eine Mischung aus Quark- und Pfannkuchen beschreiben lässt. Ihr Rezept so umzuwandeln, dass es mit überall auf der Welt erhältlichen Zutaten funktioniert, war keine leichte Aufgabe, aber ich denke, es ist mir gelungen. Genieße sie mit einer Tasse Tee und zu jeder Tageszeit!

SO WIRD'S GEMACHT

1. Die Vertiefungen eines 6er-Muffin-Blechs leicht mit Butter einfetten. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.
2. In einer mittelgroßen Schüssel Ricotta, Grieß, Zucker, Zitronensaft, Essig, Ei, Vanille, Zimt und Salz sorgfältig vermengen.
3. Die Muffin-Formen bis zur Hälfte mit dem Teig füllen.
4. Die *syrniki* im mittleren Teil des Ofens 25–30 Minuten backen, bis sie von oben goldbraun sind. Vor dem Herauslösen 5–10 Minuten in der Form ruhen lassen. (Falls nötig, mit einem Messer oder einem gewölbten Spatel rundherum vom Rand lösen.)
5. Die *syrniki* mit 1 Klecks saure Sahne und Konfitüre garnieren und servieren.

ANMERKUNG: Wer kein Weichweizengrieß (meist im italienischen Supermarkt) bekommt, kann ersatzweise 3 Teile Hartweizengrieß und 1 Teil Speisestärke mischen.

2 TL Butter f
250 g Ricotta
50 g Weichwe
3 EL Zucker
60 ml Zitronen
2 EL Apfelessig
1 Ei
½ TL Vanilleext
1 Msp. Vanille
¼ TL gemahlene
1 Prise Salz

ZUM SERVIEREN
6 EL saure Sahne
6 TL Erdbeerkonf
andere Konfitüre

Alles in allem finde ich, ist Andong eine schöne bunte Sammlung an Rezepten gelungen, von denen auch ich einige noch nie gehört hatte. Sicher werden die meisten beim Schmökern Neues entdecken und Inspiration finden.

Euch wünsche ich eine genussvolle Woche, macht es euch schön!

Eure Judith

Arseny Knaifel/ Andong
„Kitchen passport. 85 Rezepte für Reisehungrige“
DK Verlag
Hardcover, 24,95 Euro
ISBN: 978-3-8310-4677-5