

**Buchvorstellung: „Zu Gast in
Schottland. Eine kulinarische
Entdeckungsreise“ von Aurélie
Bellaccio & Sarah Lachhab**

Aurélie Bellacicco
Sarah Lachhab

ZU GAST IN SCHOTTLAND

Eine kulinarische Entdeckungsreise

KNESEBECK



Heute stelle ich euch ein weiteres neues Buch meiner Sammlung aus dem Hause Knesebeck vor. Das Buch musste aus mehreren Gründen in mein Bücherregal: 1) Ich wollte schon fast mein ganzes Leben nach Schottland (und habe es immer noch nicht geschafft), 2) der Titel passt perfekt zu Naschkatzes kulinarischen Streifzügen und 3) liebe ich Bücher, die einen auf eine Reise mitnehmen, bei der man noch etwas über Kultur und vor allem die Küche lernt.



Inhalt

Das aus dem Französischen übersetzte Buch enthält 60 authentische Rezepte aus der schottischen Küche, allerdings meist abgewandelt, sodass jeder überall die Zutaten bekommt

und damit auch Vegetarier oder Veganer etwas finden. Gewürzt wird all das mit Geschichte, Anekdoten und wunderschönen Bildern von einem facettenreichen Land.

Das Buch gliedert sich in 8 Teile, die sich mit allen relevanten Bereichen schottischer Küche beschäftigen, von Brot über Fisch, Fleisch und Süßes bis hin zur Trinkkultur.

Zwischendurch werden kulturelle Eigenheiten, Traditionen und Klischees beleuchtet, lokale Produzenten oder Städte vorgestellt oder die Highlands in einem kleinen ABC vorgestellt.



Kostprobe?

Super lecker klingen die „Fish cakes“, Fischkroketten mit Meerrettichsauce. Den „Shepherd's pie“, einen Lammauflauf mit Kartoffelpüreekruste, würde ich auch gerne mal probieren. Aus der Backstube klingt das „Black bun“, dunkles Früchtebrot, sehr verlockend und für hoffnungslose Naschkatzen natürlich auch die „[Millionaire's shortbread](#)“, Mürbteiggebäck mit Karamell und Schokolade. Und da ich Ingwer liebe, müsste ich natürlich unbedingt ein Stück von „Fochabers gingerbread“, dem Gewürzkuchen mit Ingwer, kosten.



Mir macht das Buch unheimlich Spaß. Ich habe beim Schmökern nicht nur viel über die typischen Gerichte des Landes gelernt, sondern auch viel über die Kultur, die kulinarische Entwicklung der letzten Jahre und Jahrzehnte und über die Geschichte und Landwirtschaft von Schottland.

Wer gerne isst und reist, der sollte dieses Buch nicht verpassen. Wer Schottland liebt, erst recht nicht.

Vielleicht kennt ihr ja jemanden, dem ihr an Weihnachten eine Freude damit machen könnt? Oder ihr beschenkt euch einfach selbst. =)

Habt eine genussvolle Adventszeit, ihr Lieben!

Eure Judith



Aurélie Bellaccio & Sarah Lachhab:
„Zu Gast in Schottland. Eine kulinarische Entdeckungsreise“

Knesebeck Verlag

ISBN: 978-3-95728-670-3

Gebunden, 187 Seiten

30,00 Euro

**Buchvorstellung: „Kleiner
Atlas der Kulinarik.
Genussvolle Geschichten aus
aller Welt“ von Martina
Liverani**

KLEINER ATLAS DER KULINARIK

Genussvolle Geschichten aus aller Welt

KNESEBECK



MARTINA LIVERANI

Weihnachten rückt mit großen Schritten näher und ich persönlich finde, es gibt kaum ein schöneres (materielles) Geschenk als Kochbücher. Am allerschönsten finde ich nur, gemeinsam Zeit mit lieben Menschen zu verbringen – was man ja perfekt beim Kochen tun kann. =)

Und falls ihr noch nach schönen Weihnachtsgeschenken sucht, habe ich da 3 tolle Tipps für euch, die alle neu in meinem Kochbuchregal gelandet sind. In den Adventswochen wird es also drei Buchvorstellungen geben.

Heute starte ich mit einem Buch, das keine Rezepte enthält, also auch etwas für kulinarisch Interessierte, die nicht kochen (wollen), ist. Der „Kleine Atlas der Kulinarik“ von der Italienerin Martina Liverani erschien kürzlich im Knesebeck Verlag.

Er nimmt den Leser mit auf eine Reise durch die Küchen der Welt, zu kosmopolitischen Gerichten, kulinarischen Praktiken, Traditionen und Ritualen.

INHALT

6

VORWORT

Niko Romito

S. 8

TEIL 01

KOSMOPOLITISCHE GERICHTE

S. 12

BROT

Das Universum
beginnt mit dem Brot

S. 18

REIS

Ein Essen ohne Reis
ist kein Essen

S. 72

PIZZA

Stets im Zentrum
des Interesses

S. 36

HUHN

Das
Allgemeingut

S. 82

NUDELN

Veränderung
als Konstante

P. 46

KAFFEE

Genuss pur und
weltweit begehrt

S. 92

TEIL 02

KULINARISCHE PRAKTIKEN

S. 104

KOCHEN

Küche
ist Kultur

S. 110

KONSERVIEREN

Nahrungsmittel
für morgen

S. 144

ANMACHEN UND WÜRZEN

Know-how
und Geschmack

S. 130

NEUES KREIEREN

Die Grenzen
des Geschmacks

S. 156

TEIL 03

RITUALE UND VORLIEBEN

S. 182

FASTEN

Volle Teller, leere Teller

S. 188

CONVIVIEREN

Gemeinsam essen

S. 202

EMOTIONEN

Essen privat,
Essen kollektiv

S. 224

BILDNACHWEIS

S. 238

INHALT

KULINARISCHES KULTUR

Inhalt

Nach dem Vorwort gliedert sich das Buch in drei Teile: „Kosmopolitische Gerichte“, „Kulinarische Praktiken“ und „Rituale und Vorlieben“. Darin werden jeweils mehrere Aspekte beleuchtet, beispielsweise die Geschichte und Vielfalt von Brot, der Siegeszug des Kaffees oder der Pizza, das Anmachen und Würzen oder auch das Konservieren von Nahrung und nicht zuletzt Praktiken wie das Fasten.

Begleitet von Fotos oder auch Illustrationen geht der Leser auf die Reise durch die Geschichte und Verbreitung von Zutaten oder Gerichten, durch die unfassbare Vielfalt an Zubereitungsarten, zur Bedeutung von (gemeinsamem) Essen für die Menschheit und das soziale Miteinander.



Kostprobe?

Wusstet ihr, dass das Chicken Tikka Masala gar kein indisches Gericht ist? Es wurde in Großbritannien von Köchen aus Bangladesch kreiert.

Oder hättet ihr gedacht, dass die gefürchteten Protagonisten aus Horrorfilmen namens Piranha eine häufige Zutat der peruanischen Küche sind?

Kennt ihr die Geschichte um die Erfindung des Caesar Salads? Oder die Bedeutung des Wortes „Kumpan“? All diese kleinen und großen Wissenshappen und noch ganz viele mehr werdet ihr im Buch finden.

Die Autorin hat in ihrem Buch zahlreiche interessante Fakten, Anekdoten, kulturelle Eigenheiten und historische Entwicklungen zusammen getragen. Das Schmökern ist ungemein lehrreich und unterhaltsam und meiner Meinung nach ist das Buch für jeden etwas, der gerne liest und gerne isst – egal, ob man nun lieber essen geht, selbst kocht oder sich von Fertigprodukten ernährt.



Wie der Covertext so schön sagt: „Ihre köstlichen Geschichten zeigen, dass Freude am Kochen und am gemeinsamen Essen verbindet – ganz egal, welcher Nation man angehört.“

Ich werde das Buch sicher noch oft zum Stöbern in die Hand nehmen, um eine kurze kulinarische Weltreise zu machen.

Habt eine genussvolle Adventszeit!

Eure Judith

Martina Liverani

„Kleiner Atlas der Kulinarik. Genussvolle Geschichten aus aller Welt“

ISBN: 9783957286802

Knesebeck Verlag

Hardcover, 239 Seiten

**Buchvorstellung: „Sammeln
Ernten Kochen“ von Gill
Meller**



Heute habe ich ein weiteres wunderschönes Buch aus dem Hause [Knesebeck](#) für euch. Als Landei, das ich bin, spricht es meine Naturseele total an.

Gill Meller kocht als Küchenchef im River Cottage und hat 120 Gerichte zusammengestellt, die von den ihn umgebenden Landschaften inspiriert wurden. Saisonale Küche auf hohem Niveau, aber trotzdem bodenständig wie die Zutaten und auf raffinierte Weise schlicht, wie es rustikale und hohe Küche gemeinsam haben.

Kurz gebratene Hammellende mit Blumenkohl, eingelegter Zitrone und geräuchertem Paprika

Ich erinnere mich noch an den Rat, einen alten, geschlachteten Hammel »langsam am Stück zu braten«. Ich war jung und unerfahren, und da hing seit vier Wochen dieser Hammel – das Fleisch trocken und dunkel, mit einer festen weißen Fettschicht. Ich hoffte, die Lende würde schon irgendwie zart werden, um sie rosa zu servieren. Also ignorierte ich den Rat. Ohne Vorstellung, was herauskommen würde, briet ich die Lende heiß und schnell, mit grobem Salz, Olivenöl und jugendlichem Elan. Das Fleisch war sensationell – zarter kann man es sich nicht wünschen!

FÜR 4 PERSONEN

1 kleiner, fester Kopf Blumenkohl
6 EL Olivenöl extra vergine, plus etwas mehr Öl zum Beträufeln

Saft von ½ Zitrone

2 TL Kreuzkümmelsamen, in der Pfanne trocken geröstet

2–3 Zweige Minze, die Blätter abgezupft und zerflückt

1 EL Kürbiskerne

2–3 TL Sonnenblumenkerne

2 kleine weiße Zwiebeln, in dünne Ringe geschnitten

250 g Hammellende, pariert

1 Knoblauchzehe, zerdrückt

Schale einer kleinen, in Salz eingelegten Zitrone, in feine Streifen geschnitten

1 EL flüssiger Honig

1 ½ TL geräuchertes Paprikapulver (Pimentón de la Vera)

6–8 Zweige Fenchelgrün, zerflückt

Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Die äußeren Hüllblätter des Kohls ablösen und den Strunk bis zum Ansatz des Blütenstands mit einem großen Küchenmesser kappen. Den Kopf in große Röschen teilen und diese in sehr dünne Scheiben hobeln. In eine große Schüssel geben. Mit 2 Esslöffel Öl und dem Zitronensaft beträufeln. Kreuzkümmel und Minze darüberstreuen, kräftig salzen und pfeffern. Alles vorsichtig mit den Händen vermengen und beiseitestellen.

Anschließend 2 Esslöffel Öl in eine große Pfanne geben und auf dem Herd erhitzen. Kürbis- und Sonnenblumenkerne mit etwas Salz hinzufügen und 3 bis 4 Minuten darin rösten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebelringe hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und unter regelmäßigem Rühren 10 bis 12 Minuten dünsten, bis sie weich sind und an den Rändern knusprig zu werden beginnen. Zwiebeln herausnehmen und auf einem Teller warm halten. Die Pfanne stark erhitzen und die Hammellende mit dem Knoblauch hineingeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und unter häufigem Wenden 5 bis 7 Minuten braten, bis das Fleisch rundum Farbe angenommen hat. Vom Herd nehmen und 10 Minuten ruhen lassen.

Die Blumenkohlscheiben auf große Teller verteilen oder auf einer Servierplatte anrichten. Die Lende in etwa 2 Zentimeter dicke Kerne und Zitronenschalenstreifen darüberlegen. Zwiebelringe beträufeln und mit Paprikapulver bestreuen. Mit Honig



Inhalte

Die 8 Kapitel bezeichnen die Orte, wo die jeweiligen Zutaten herkommen: „Bauernhof“, „Küste“, „Gemüsegarten“, „Obstgarten“, „Feld“, „Wald“, „Moor und Heide“ und „Hafen“.

Gegliedert sind sie nach Zutaten. Im Kapitel „Bauernhof“ findet man „Käse“, „Milch“, „Schwein“, „Hammel“ und „Honig“. Jedes Rezept ist bebildert und wird mit einem persönlichen Kommentar eingeleitet. Die einzelnen Schritte sind durch Absätze übersichtlich gegliedert.

Neben der Seitenzahl steht häufig die Info, ob es vegetarisch oder vegan ist. Bei Fleisch oder Fisch findet sich dort der Hinweis: „Gelingt auch mit xxx“.

Jedes Kapitel beginnt mit einer Doppelseite stimmungsvoller Fotos, die das entsprechende Thema aufgreifen, dazu beschreibt Meller in einem kurzen Text, was er mit der Jahreszeit und Landschaft verbindet, um die es im Kapitel geht.



Inhalt		
VORWORT 7		
Bauernhof 10	Obstgarten 112	Moor und Heide 214
KÄSE 14	ÄPFEL 116	WILDKANINCHEN 218
MILCH 20	BIRNEN 122	REBHUHN 224
SCHWEIN 26	QUITTEN 128	FORELLE 230
HAMMEL 32	ZWETSCHGEN 134	WILDSCHWEIN 236
HONIG 38	SCHWARZE JOHANNISBEEREN 140	WILDBRET 242
Küste 44	Feld 146	Hafen 250
KRABBen 48	ROGGEN 150	KABELJAU 254
AUSTERN 54	HAFER 156	SEELACHS 260
SEETANG 60	WEIZEN 162	GLATTBUTT 266
MEERESGEMÜSE 66	GERSTE 168	TINTENFISCH 272
MUSCHELN 72	MAIS 174	JAKOBSMUSCHELN 278
Gemüsegarten 78	Wald 180	Register 284
ZUCCHINI 82	PILZE 184	Danksagung 288
TOMATEN 88	FASAN 190	
ROTE BETEN 94	HASELNÜSSE 196	
SALAT 100	BROMBEEREN 202	
STACHELBEEREN 106	HOLZÄPFEL 208	

Naschkatze 

Man bekommt sofort Lust, auf dem Land zu leben, wenn man dieses Buch durch blättert. Man hat Lust, in einem alten Obstgarten Äpfel von knorrigen Bäumen zu pflücken, Dreschmaschinen auf den Feldern zuzuschauen oder an der Küste die Schifferboote in kleine Häfen einlaufen zu sehen, während die salzige Seeluft einem die Lungen füllt.

Das Buch von Gill Meller inspiriert, wieder mehr Bewusstsein für die Natur und die Jahreszeiten zu haben.

Hafen

Boote, geschützt hinter Stahl, massivem Stein und aufgetriebener Erde. Fächer, Kiste, und Netze, Bojen, Ufer, grüne und rote Blinksignale, Glocken in der Dunkelheit, Markierungen, Schuppen, glühende Zigaretten, Ausfahrt in der Dämmerung zu den Mäusen, großer Fung, leere Schiffseln, Schwelge Hände, Fischer, Beaufortskala, Seemannsgarn, Fischschuppen, Aal/epfe bei Ebbe, friedliche Flut.



Rabeljau
Svelachs
Glatthutt
Tintenfisch
Jakobsmuscheln



GRÜNGARTEN | SOMMER | Salat

Gegrillte Salatherzen mit Gurke, weißen Bohnen und Tahini

Ich liebe gegarten Salat, Vorzugsweise blanchiere ich ihn in Hühnerbrühe mit schwarzem Pfeffer, Petersilie und Liebstöckel. Manchmal brate ich auch Salatpalten in Butter und Öl mit in Salz eingelegten Sardellenfilets und viel Knoblauch, bis der Salat karamellisiert, um besser ihn dann großzügig mit geriebenem Parmesan. Auch Suppen koche ich mit Salat. Aber nicht nur das. Salatherzen sind ideal zum Grillen. Dazu muss man die Glut richtig bekommen, damit die Schnittflächen des Salats Farbe bekommen. Zum warmen Salat ergibt hier der frische, kühle Biss der Gurke einen herrlichen Kontrast. Das Bindeglied der klischen Komposition bildet eine Art Dressing aus weißen Bohnen, Joghurt und Tahini.

FÜR 4 PERSONEN
ALS VORSPEISE ODER
FÜR 2 PERSONEN
ALS HAUPTGERICHT:
1 EL Olivenöl extra vergine
1 Knoblauchzehen,
geschält und gewaschen
400 g weiße Bohnen aus
der Dose (z. B. Cannellini-
oder Butterbohnen)
Saft und abgeriebene Schale
von 1 unbehandelten Zitrone
1 EL Tahini (Sesampaste)
4 EL Naturjoghurt
1 EL gefackelte glatte
Petersilie
4 kleine Salatherzen,
halbiert, gewaschen und
trocken getupft
1 mittelgroße Salatgurke
oder 1 kleine, feste Gurke,
längs halbiert und dann in
1,5 cm dicke Halbchen
geschnitten
1 kleines Bündel Schnittlauch,
fein gehackt und ein paar
Häufchen ganz belassen
Salz und schwarzer Pfeffer
AUSSTATTUNG
einen Holzkohlegrill
und Holzkohle

In einer Pfanne 1 Esslöffel Öl bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen. Den Knoblauch zugeben und 25 bis 30 Sekunden dünsten, bis er weich zu werden beginnt. Bohnen und abgeriebene Zitronenschale hinzufügen. Alles gut unterrühren und etwa 2 Minuten köcheln lassen, bis die Bohnen erwärmt sind. Zitronensaft, Tahini, Joghurt und Petersilie mit 2 bis 3 Esslöffel Wasser unterrühren. Nochmals 1 bis 2 Minuten köcheln lassen bis das Ganze eingedickt ist. Falls es zu dick wird, etwas Wasser angießen. Den Topf vom Herd nehmen.

Den Holzkohlegrill anheizen. Die Salatherzen salzen, pfeffern und mit 1 Esslöffel Öl beträufeln. Wenn die Grillkohle weiß ist, den Salat mit den Schnittflächen nach unten auf den Grillen und von jeder Seite 5 bis 10 Minuten grillen (wie lange genau hängt von der Hitze der Glut ab). Der Salat sollte weich werden, etwas Farbe annehmen und karamellisieren; dunkel gebräunt schmeckt er sogar noch besser. (Alternativ den Salat in einer vorgeheizten Grillpfanne braten.) Anschließend die Salatherzen mit der Schnittfläche nach oben auf einer Servierplatte anrichten.

Das Bohnen-Tahini-Dressing auf den Herd zurückstellen, gut erwärmen und ein letztes Mal umrühren. Über dem Salat verteilen, und zwar so, dass es zwischen den Schnittflächen der Salatherzen nicht durchfließen kann. Das Dressing, das gehackten Schnittlauch und den Schnittlauchring garnieren. Zum Schluss mit dem restlichen Öl beträufeln, salzen und pfeffern und sofort servieren.

Absatz aus seiner Einleitung beschreibt sein Werk meiner

Ein

Meinung nach am besten:

„Während der letzten zwei Jahrzehnte habe ich erkannt, dass Kochen im Einklang mit den Jahreszeiten der Weg ist, Zutaten zu ihrer besten Zeit zu genießen – und die kreativste Form ist, Zutaten zu verarbeiten. Die Jahreszeiten geben mir eine natürliche Ordnung vor. Ich habe gelernt, das Optimale aus dem herauszuholen, was im Moment da ist, und mich voller Sehnsucht auf das zu freuen, was kommt. In diesem Sinne ist „Sammeln Ernten Kochen“ eine Philosophie für achtsameres Kochen und Genießen.“



HAUSEN | WINTER | Seelachs

Gratin mit trocken gepökeltem Seelachs, Kartoffeln, Crème double und Majoran

Dieses Abendessen schmeckt nach mehr als Fisch mit Kartoffeln. Oberflächlich betrachtet würde das Gratin ohne den trocken gepökelten Fisch fast genauso aussehen. Das Besondere an diesem Gericht verbirgt sich unter der knusprigen, karamellisierten Kartoffeldecke. Die Pökeln bedeckt man große Filets von frischem Seelachs oder Kabeljau mit feinem Salz und der Fisch kühl und luftig mehrere Wochen oder Monate zum Trocknen aufgehängt. Ich mache das im Herbst oder Winter (da gibt es weniger Fliegen). Vor der Zubereitung weicht man die Filets unter mehrmaligem Wasserwechsel bis zu 18 Stunden in frischem, kaltem Wasser.

FÜR 4 BIS 6 PERSONEN

1 kg mehligkochende Kartoffeln (z. B. die rutschige Sorte «Desirée»)

1 große Zwiebel, in dünne Ringe geschnitten

4-6 Knoblauchzehen, geschält und in dünne Scheiben geschnitten

2 EL gehackter Majoran, plus einige Majoranstränge mit Blüten als Dekoration (nach Belieben)

300 ml Crème double

100-200 g trocken gepökelte, gut eingeweichte Seelachs- oder Kabeljaufilets, ohne Haut, in kleine Stücke geschnitten

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUßERDEM

eine Auflaufform (30 x 20 cm)

Den Backofen auf 160 °C vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in 2 bis 3 Millimeter dicke Scheiben schneiden. Mit Zwiebelringen, Knoblauch, Majoran und viel schwarzem Pfeffer (Salz ist nicht notwendig, da der gepökelte Fisch salzig genug ist) in eine große Schüssel geben. Die Crème double in einem kleinen Topf bei mittelstarker Hitze aufkochen. Die Hälfte der heißen Creme über die Kartoffeln gießen und alles gründlich vermengen, den Rest der Creme beiseitestellen.

Den Boden der Auflaufform mit einer gleichmäßigen Schicht überlappender Kartoffelscheiben belegen. Einige Fischstücke darauf verteilen und mit einer zweiten Schicht Kartoffelscheiben abdecken. So weiterverfahren, bis der Fisch aufgebraucht ist und eine Kartoffelschicht den Abschluss bildet. Restliche Crème double aus dem Topf darüber verteilen und nach Belieben mit Majoransträngen garnieren. (Sie sehen dekorativ aus und werden im Ofen stroh trocken.)

Die Auflaufform in den Ofen stellen und das Kartoffel-Fisch-Gratin darin 1 Stunde backen, bis die Kartoffeln weich sind und die oberste Schicht goldbraun ist. Während des Backens die Kartoffeln mit einem Spatel ein- oder zweimal fest andrücken. Die Form aus dem Ofen nehmen und 30 Minuten ruhen lassen, damit sich das

Zuckermais in Räucherfischsuppe mit weich gekochten Eiern und Koriander

Ich habe mal eine Räucherfischsuppe in Connemara an der Westküste Irlands gegessen. Von diesem Platz in dem kleinen Pub am Strand war das wilde Rauschen des Atlantiks zu hören. Den Geschmack und die Einfachheit dieser Suppe werde ich nie vergessen... dieses Aroma von milder Eiche und Saline, die besondere Konsistenz und Wärme. Zuckermais und großzügige ich die Suppe nie so nachkochen konnte, ist dieses Rezept von jenem Lunch in Connemara inspiriert. Sparen Sie sich nicht mit dem Mais! Er bringt eine Süße, die wundervoll zum salzigen Räucherfisch passt. Wenn Sie Koriander so gern mögen wie ich, geben Sie eine frisch gehackte Handvoll hinzu. Und schon schlägt die Suppe geschmacklich eine völlig neue Richtung ein.

FÜR 4 PERSONEN

4 Eier (auf Zimmertemperatur erwärmt)

1 Stück Butter (ca. 50 g)

2 EL Olivenöl extra vergine

1 Stange Lauch, gesäubert und in dünne Scheiben geschnitten

4 Knoblauchzehen, geschält und in Scheiben geschnitten

großer oder 2 kleine Karotten

100 ml Gemüsebrühe oder Fischfond

100 ml Crème double

10 g naturgeseelter kalter oder Seelachs, Kabeljau, eingekühlt und in kleine Stücke geschnitten

etwas Bund Koriander, gehackt, einige ganze Blätter zum Servieren

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Wasser in einem kleinen Topf aufkochen und die Eier darin 6 bis 7 Minuten kochen, sodass das Eidotter weich, aber nicht mehr flüssig sind. Den Topf vom Herd nehmen und das heiße Wasser abgießen. Eier mit kaltem Wasser abschrecken und beiseitestellen.

Die Butter mit dem Öl in einem Topf mit schwerem Boden mittelstark erhitzen. Sobald das Fett aufschäumt, Lauch und Knoblauch zugeben und 10 bis 12 Minuten sanft dünsten, bis beides weich ist, aber noch keine Farbe angenommen hat. Die Maiskörner mit einem scharfen Messer vom Kolben (oder Fond) in den Topf geben. Alles aufkochen und 10 bis 12 Minuten weiterköcheln lassen. Die Crème double hinzufügen und das Koriander zugeben. Weitere 2 bis 3 Minuten köcheln lassen, bis der Fisch leicht gegart ist. Den Topf vom Herd nehmen, abschmecken und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Die Eier schälen und halbieren. Eierhälften mit der Schnittfläche nach oben in die Suppe legen und 1 bis 2 Minuten erwärmen.

Die Suppe auf vier Schalen mit je zwei Eierhälften verteilen. Zum Schluss mit den frischen Korianderblättern bestreuen und sofort servieren.



Dem ist gar nicht viel hinzuzufügen. Das Buch ist eine

Philosophie, die alle naturnahen Genießer ansprechen wird und gleichzeitig in Worten wie Bildern ein kleines Kunstwerk, das die Verbundenheit des Menschen mit der Natur feiert.

Nachdem ich dieses Buch durchgeblättert habe, freue ich mich umso mehr auf reife, sonnensüße Tomaten im Sommer und die knackigen Äpfel vom Grundstück meiner Eltern. Saisonale Zutaten sind einfach wunderbar, finde ich, und man verarbeitet sie mit viel mehr Wertschätzung, wenn man lange auf sie gewartet hat.

Jedem, der das auch so empfindet, kann ich Gill Mellers Buch
nur ans Herz legen.

Fasan mit Blumenkohlpuée und Kapern

Das zarte Fasanefleisch koche ich mit Zwiebeln, Karotten, Staudensellerie und Kräutern sehr sanft und so lange, bis es vom Knochen fällt. Dann zerpfücke ich es und brate es scharf mit Knoblauch, Rosmarin und salzigen Kapern an, damit es knusprig wird und an den Rändern karamellisiert – zugegeben, eine etwas unsanfte Behandlung dieses unterschätzten Wildvrets.

FÜR 4 PERSONEN

4 Fasaneischenke, ersatzweise 2 Hähnchenischenke oder ein kleines Kaninchen, küchenfertig und in Stücke geschnitten

2 Zwiebeln

1 Karotte, geschält und grob gehackt

1 Stange Staudensellerie, gepulvert und grob gehackt

2 Lorbeerblätter

2 Zweige Thymian

1 Stück Butter (ca. 50 g)

2 EL Olivenöl extra vergine, plus etwas mehr Öl zum Brätfüllen

1/2 Kopf Blumenkohl (ca. 400 g), die äußeren Hüllblätter entfernt und ohne Strunk

2 Zweige Rosmarin, zerpfückt

3-4 TL in Salzlake eingelegte Kapern, mit Wasser abgespült und abgetropft

1 Knoblauchzehe, geschält und in sehr dünne Scheiben geschnitten

Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

8 Scheiben getoastetes Landbrot bester Qualität

Die Teile vom Fasan bzw. Hähnchen oder Kaninchen dicht nebeneinander in einer Lage in einen mittelgroßen Topf schichten. Eine Zwiebel grob hacken und mit Karotte, Staudensellerie, Lorbeerblättern und Thymianzweigen zugeben. Mit Wasser bedecken und alles bei starker Hitze aufkochen. Die Hitzezufuhr reduzieren und ohne Deckel etwa 2 Stunden sanft köcheln lassen, bis das Fleisch von den Knochen fällt. Gelegentlich den Schaum abschöpfen. Wenn das Fleisch gar ist, den Kochsud durch ein Sieb in eine Schüssel gießen und beiseitestellen. Das Gemüse entsorgen. Das Fleisch abkühlen lassen.

Die andere Zwiebel fein hacken. Die Butter mit der Hälfte des Öls in einem Topf bei mittlerer Hitze zerlassen. Wenn das Fett aufschäumt, die Zwiebelwürfel zugeben und 4 bis 5 Minuten sanft darin dünsten, bis sie weich sind, aber noch keine Farbe angenommen haben. Währenddessen die Blumenkohlröschen nochmals grob teilen. In den Topf geben und 150 Milliliter vom dem zurückbehaltenen Kochsud angießen. Bei geschlossenem Deckel 4 bis 5 Minuten kochen, bis der Blumenkohl weich ist. Danach in einen Mixer geben und zu einem glatten, samtigen Püree schlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen und warm halten.

Das Fleisch vom Knochen lösen und in größere Stücke zerlegen. Das restliche Öl in einer Pfanne stark erhitzen und darin das Fleisch 3 bis 4 Minuten braten, bis es an den Rändern knusprig zu werden beginnt. Den Rosmarin darüberstreuen und die Kapern und den Knoblauch unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und unter regelmäßigem Rühren 3 bis 4 Minuten weiterbraten, bis das Fleisch karamellisiert. Die Pfanne vom Herd nehmen.

Auf jeden Teller eine getoastete Bratscheibe legen und mit etwas Öl beträufeln. Das Blumenkohlpuée darauf verteilen.



Haferflocken-Pflaumen-Frühstückskuchen

Dieser Kuchen steht wahrscheinlich nicht jeden Tag auf Ihrem Frühstückstisch, ich empfehle ihn dennoch zumindest ein- oder zweimal in der Pflaumensaison. Ein köstliches Frühstück... Der Kuchenboden aus Haferflocken, Honig, Sonnenblumenkernen und Trockenfrüchten sorgt für eine verführerische Konsistenz, die ein wenig an weiche Pfannkuchen erinnert. Das Gegengewicht zu dieser Basis bildet die Füllung aus Crème double, Vanille, Puderzucker, Frischkäse und Joghurt. Die Pflaumen für das Topping sollten nicht zu stark verkochen und noch etwas Form haben. Der Molinzen ist kein «Muss», aber ich garniere am Ende den

FÜR 4 BIS 6 PERSONEN

FÜR DEN BODEN

150 g Haferflocken

75 g flüssiger Honig

25 g Sonnenblumenkerne

225 g getrocknete Datteln, entsteint

75 g Körnpflaumen

FÜR DIE FÜLLUNG

150 ml Crème double

1 TL Bourbon Vanille-Extrakt

40 g Puderzucker

200 g Frischkäse (Vollfettstufe)

75 g Joghurt

FÜR DAS TOPPING

1/2 TL Butter

2 TL flüssiger Honig

10-12 kleine Pflaumen, halbiert und entsteint

Molinzen zum Bestreuen (nach Belieben)

VERFÜHREN

Die Springform (Ø 20 cm)

Die Küchenmaschine

Den Boden der Springform so mit Backpapier belegen, dass es übersteht. Den Backformring um den Boden schließen. (So lässt sich der Kuchen nach dem Festwerden leichter aus der Form lösen.)

Alle Zutaten für den Kuchenboden mit 2 Esslöffel Wasser in der Küchenmaschine zu einer krümeligen, gut durchmischten Masse verarbeiten. Gleichmäßig in der Form verteilen und mit einem Löffelrücken glatt streichen. Die Schicht sollte etwa 1 Zentimeter hoch sein. Im Kühlschrank fest werden lassen. Währenddessen die Füllung zubereiten.

In einer großen Schüssel die Zutaten für die Füllung mit einem Schneebesen oder einem Handrührgerät verrühren, damit keine Puderzuckerklumpen zurückbleiben. Den Kuchenboden aus dem Kühlschrank nehmen, die Mischung darauf verteilen und in den Kühlschrank zurückstellen, sodass sie fest wird.

Für das Topping Butter und Honig in einer kleinen Pfanne mittelstark erhitzen. Die Pflaumen mit der Schnittfläche nach unten in die heiße, gesüßte Butter legen. Etwa 5 Minuten unter einmaligem Wenden darin schmoren, bis sie weich sind, aber die Form behalten haben. Sobald die Früchte zusammenfallen, die Pfanne vom Herd nehmen. Auf dem Boden sollte sich Sirup gebildet haben. Beiseitestellen und abkühlen lassen.

Die Springform aus dem Kühlschrank nehmen und die Pflaumen zusammen mit dem Sirup vorsichtig über der Füllung verteilen. Kuchen aus der Form nehmen und auf eine Servierplatte setzen. Vor dem Servieren die Früchte, falls gewünscht, dekorativ mit Molinzen bestreuen.



Kocht ihr auch gerne nach den Jahreszeiten oder freut ihr euch

monatelang auf eine bestimmte Zeit im Jahr, auf Erdbeeren, Quitten oder die Wildsaison? Schreibt mir gerne einen Kommentar, was ihr an den Jahreszeiten mögt und was ihr gerne in der Küche zaubert.

Habt eine genussvolle Woche,
eure Judith

Gill Meller

[Sammeln Ernten Kochen](#)

Knesebeck Verlag

Gebunden; 29,95 Euro

ISBN 978-3-95728-032-9