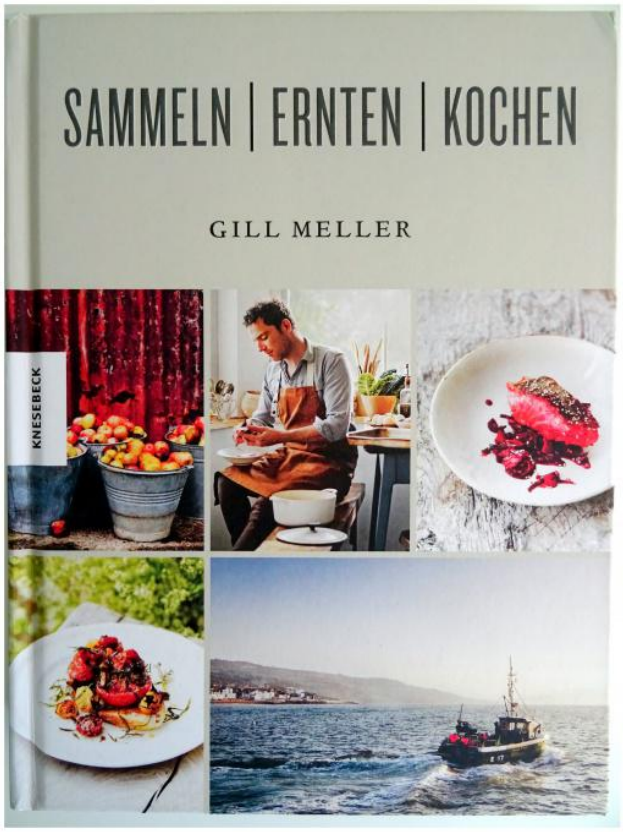
# Buchvorstellung: „Sammeln Ernten Kochen“ von Gill Meller







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 zerpflückt

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

1½ TL geräuchertes Paprikapulver *(Pimentón de la Vera)*

6–8 Zweige Fenchelgrün, zerpflückt

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 Scheiben schneiden und auf den Blumenkohl legen. Zwiebelringe, Kerne und Zitronenschalenstreifen darüberstreuen. Mit Honig beträufeln und mit Paprikapulver bestäuben.

**Inhalte**

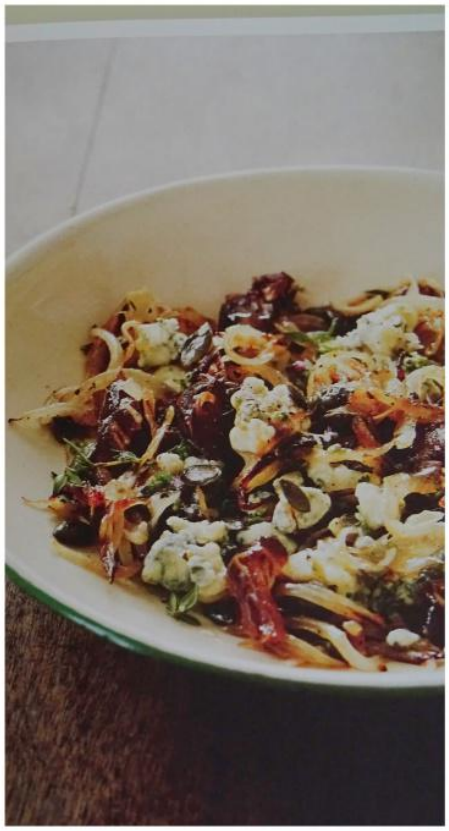
Die 8 Kapitel bezeichnen die Orte, wo die jeweiligen Zutaten herkommen: „Bauernhof“, „Küste“, „Gemüsegarten“, „Obstgarten“, „Feld“, „Wald“, „Moor und Heide“ und „Hafen“.

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
Käse 14
Milch 20
Schwein 26
Hammel 32
Honig 38

Küste 44
Krabben 48
Austern 54
Seetang 60
Meeresgemüse 66
Muscheln 72

Gemüsegarten 78
Zucchini 82
Tomaten 88
Rote Beten 94
Salat 100
Stachelbeeren 106

Obstgarten 112
Äpfel 116
Birnen 122
Quitten 128
Zwetschgen 134
Schwarze Johannisbeeren 140

Feld 146
Roggen 150
Hafer 156
Weizen 162
Gerste 168
Mais 174

Wald 180
Pilze 184
Fasan 190
Haselnüsse 196
Brombeeren 202
Holzäpfel 208

Moor und Heide 214
Wildkaninchen 218
Rebhuhn 224
Forelle 230
Wildschwein 236
Wildbret 242

Hafen 250
Kabeljau 254
Seelachs 260
Glattbutt 266
Tintenfisch 272
Jakobsmuscheln 278

Register 284
Danksagung 288


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.







Ein Absatz aus seiner Einleitung beschreibt sein Werk meiner

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.*“



HAFEN | 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. Hier entfaltet sich der Geschmack von in Salz eingelegtem Fisch in seiner ganzen Intensität. Zum Pökeln bedeckt man große Filets von frischem Seelachs oder Kabeljau mit feinem Salz, stellt sie rund 48 Stunden in den Kühlschrank. Danach wird das Salz gründlich abgewaschen 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 5 PERSONEN

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

1 große Zwiebel, in dünne Ringe geschnitten

4–6 Knoblauchzehen, geschält und in dünne Scheiben geschnitten

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

500 ml Crème double

300–400 g trocken gepökelte, gut eingeweichte Seelachs- oder Kabeljaufilets, ohne Haut, in kleine Stücke geschnitten

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUSSERDEM

eine Auflaufform (ø 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 Crème über die Kartoffeln gießen und alles gründlich vermengen, den Rest der Crème 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 Majoranstängeln garnieren. (Sie sehen dekorativ aus und werden im Ofen strohtrocken.)

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 meinem 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 rauchiger Eiche und Sahne, die besondere Konsistenz und Wärme. Zuckermais und großzügige Stücke von geräuchertem Fisch waren die Zutaten in dieser Suppe – und viel Spinat. Obwohl ich die Suppe nie so nachkochen konnte, ist dieses Rezept von jenem Lunch in Connemara inspiriert. Sparen Sie 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

2 Stange Lauch, geputzt und in dünne Scheiben geschnitten

2 Knoblauchzehen, geschält und in Scheiben geschnitten

1 große oder 2 kleine Kartoffeln

ca. 1 l Gemüsebrühe oder Fischfond

200 ml Crème double

250 g naturgeräucherter Fisch (Lachs, Schellfisch oder Seelachs), filetiert, entgrätet und in dicke Scheiben geschnitten

1 große Bund Koriander, gehackt, einige ganze Blätter zum Servieren beiseitelegen

Salz und frisch gemahlener weißer Pfeffer

Wasser in einem kleinen Topf aufkochen und die Eier darin 6 bis 7 Minuten kochen, sodass die 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 den Kolben) schaben und zusammen mit der Brühe oder dem Fond in den Topf geben. Alles aufkochen und 10 bis 12 Minuten weiterköcheln lassen. Die Crème double hinzufügen und das Ganze kurz aufköcheln lassen. Den Fisch und den gehackten 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 Blumenkohlpüree und Kapern

Das zarte Fasanenfleisch koche ich mit Zwiebeln, Karotten, Staudensellerie und Kräutern sehr sanft und so lange, bis es vom Knochen fällt. Dann zerpflücke 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 Wildbrets.

FÜR 4 PERSONEN

4 Fasanenschenkel, ersatzweise 2 Hähnchenschenkel oder ein kleines Kaninchen, küchenfertig und in Stücke geschnitten
2 Zwiebeln
1 Karotte, geschält und grob gehackt
1 Stange Staudensellerie, geputzt und grob gehackt
2 Lorbeerblätter
2 Zweige Thymian
1 Stück Butter (ca. 50 g)
2 EL Olivenöl extra vergine, plus etwas mehr Öl zum Beträufeln
½ Kopf Blumenkohl (ca. 400 g), die äußeren Hüllblätter entfernt und ohne Strunk
2 Zweige Rosmarin, zerpflückt
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
4 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 Hitze zurückführen 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 von 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, sämtigen Püree schlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen und warm halten.

Das Fleisch vom Knochen lösen und in größere Stücke zerteilen. Das restliches 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 Brotscheibe legen und mit etwas Öl beträufeln. Das Blumenkohlpüree 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 Pflaumkuchen 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 Mohnsamen ist kein «Muss», aber ich garniere am Ende den

FÜR 6 BIS 8 PERSONEN

FÜR DEN BODEN

150 g Haferflocken
75 g flüssiger Honig
25 g Sonnenblumenkerne
225 g getrocknete Datteln, entsteint
75 g Dörrpflaumen

FÜR DIE FÜLLUNG

250 ml Crème double
1 TL Bourbon Vanille-Extrakt
40 g Puderzucker
200 g Frischkäse (Vollfettstufe)
75 g Joghurt

FÜR DAS TOPPING

½ TL Butter
1 TL flüssiger Honig
10–12 kleine Pflaumen, halbiert und entsteint
Mohnsamen zum Bestreuen (nach Belieben)

AUSSERDEM

eine Springform (ø 20 cm)
eine 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 Puderzuckerklümpchen 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 Mohnsamen 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