



Wo BLUTWURST AUF THUNFISCH TRIFFT

Kochen aus Lust am Essen

Text Annamaria Böckel · Fotos Mile Cindrić





Ob im Kurs für Kinder und Erwachsene oder am heimischen Herd: Kochen liegt auch in Nürnberg im Trend.

Die Deutschen haben ihre Leidenschaft fürs Kochen entdeckt. Anfänger und fortgeschrittene Gourmets lassen sich in täglichen Shows von Fernsehköchen inspirieren. Bücher mit Rezepten aus aller Welt nehmen in Buchhandlungen ganze Regalwände ein. Kochkurse, früher überwiegend von Töchtern aus gutem Hause zur Vorbereitung auf das Eheleben besucht, sind ein gesellschaftliches Ereignis. Auch für viele Nürnberger ist das

Garen, Braten und Backen ihr liebstes Hobby. Die Feinschmecker treffen sich in Kochclubs oder in unzähligen Kursen, die von Restaurants, Vereinen oder Verbänden angeboten werden. Manche verabreden sich über das Internet mit Unbekannten zum Diner, andere probieren ihre Künste regelmäßig im Freundeskreis aus. „Nürnberg Heute“ hat in einige Nürnberger Kochtöpfe geschaut.





Wer in der „Mobilen Kochkunst“ einen Hummer zubereiten will, muss einerseits beherzt zugreifen und andererseits Fingerspitzengefühl beweisen.

An der langen Tafel scheidet sich die Hummer- von der Krebsfraktion. Aber egal, ob die fünf Frauen und zwei Männer in weißen Schürzen den bretonischen oder fränkischen Krustentieren den Vorzug geben, vor allem schwingt Stolz auf die Kreationen mit. Schließlich hat die Tischgesellschaft die Delikatessen selbst zubereitet. Vor dem Genießen steht an einem Abend in der „Mobilen Kochkunst“ das Schneiden, Braten, Rühren und im Fall der Hummer und Krebse der Topf mit dem siedenden Wasser, in den die noch lebenden Tiere hinein müssen. Einige der Kursteilnehmer packen beherzt zu, andere halten sich lieber im Hintergrund. Doch bei der Weiterverarbeitung sind alle bei der Sache: Mit Fingerspitzengefühl, Schere und manchmal auch Hammer lösen sie das zarte Fleisch aus. Dazu gibt es Wissenswertes von Gabriele Hussenether, die am Nürnberger Weinmarkt ihre Liebe zum Kochen und zu guten Lebensmitteln weitergibt.

Während sich in der Pfanne der Duft von Ingwer, Knoblauch, Kreuzkümmel, Koriander und Limette als geschmackliche Grundlage für die Hummersoße entfaltet, erzählt Gabriele Hussenether vom Krebszüchter aus Schweinfurt, der auf Nahrungszusätze verzichtet und selbst Sterneköche beliebt. Ein bewusster Umgang mit Nahrungsmitteln ist ihr Grundsatz.

„Warum soll ich im Hochsommer Jakobsmuscheln kaufen, wenn die Saison im Winter ist“, erklärt sie kompromisslos. Bereits vor zehn Jahren tauschte die Juristin den Schreibtisch ihres „bürgerlichen Versicherungsberufs“ gegen den Herd und veranstaltet seitdem Abende mit so klangvollen Titeln wie „Ein Koch sieht rot“ oder „Die Entführung aus dem Serail“. „Ich war schon immer gerne in der Küche“, erinnert sie sich. Sie las viel und probierte aus. „Ich stelle mir ein Gericht vor und weiß, wie es schmecken muss“, beschreibt sie ihren Zugang.

Das Auge isst mit

„Zuhause kuche ich selten“, gesteht Tilmann Schüler, der schon an verschiedenen Kursen teilgenommen hat. „Die Warenkunde ist mir wichtig und vor allem das gemeinsame Essen“, erzählt der Ingenieur. Dafür bietet der Raum neben der professionell ausgestatteten Küche genügend Platz. Eine lange Tafel, Blumen- und Kerzenschmuck – nichts unterscheidet sich hier von einem gehobenen Restaurant. Birgit Grötsch, Metzgereibesitzerin aus Zirndorf, richtet Thunfisch auf Gurken-Melonen-Salat an. „Ich besuche die Kurse zur Entspannung“, berichtet die Stammkundin der „Mobilen Kochkunst“. Für das Auge, das ja bekanntlich immer mit isst, gibt es von der Kochlehrerin ebenso hilfreiche



Die Kinder im Kochkurs der AOK haben entschieden: Dieses ist das schönste Pizza-Gesicht.

Tipps wie für die richtige Schneidetechnik. Wenn die Menschen nach einem Kochabend ein „Wohlgefühl wie nach einem Opernbesuch“ mit in den Alltag nehmen, dann ist Gabriele Hussenether zufrieden. Dass ihr das gelingt, beweisen die mehr als 2 000 Kunden, die bislang bei ihr gekocht haben.

Den geschärften Blick für einen schön gedeckten Tisch haben in der Evangelischen Familienbildungsstätte bei einem Kurs des städtischen Ferienprogramms auch schon Nachwuchsköche. Niklas, einziger Junge unter lauter Mädchen, findet die kunstvoll gefaltete Serviette so schön, dass er sie mit nach Hause nehmen möchte. Es sei gar nicht so schwer, Kinder für das Kochen zu begeistern, erklärt Kursleiterin Christine Filmer, Ernährungsberaterin bei der AOK. „Die Mädchen und Jungen sind froh, wenn sie mal in der Küche hantieren dürfen“, sagt sie. Aufgeteilt in Teams, bereiten sie ein mehrgängiges Menü zu. An einem Arbeitsplatz fliegen Karotten- und Apfelschalen um die Wette, gegenüber zerteilt ein Zweierteam Obst in handliche Stücke und am Spülbecken werden schon die ersten Gerätschaften abgewaschen. „Was soll ich jetzt machen?“ Maria hüpfte von einem Bein aufs andere, immer auf der Suche nach Arbeit. „Ich habe schon Zucchini geschält, Zitronen gepresst und Rohkost gerieben“, berichtet die Grundschülerin stolz.

Beim anschließenden Essen nähern sich manche Kinder der Karotten-Apfel-Rohkost vorsichtig. Aber die vegetarischen Cannelloni und der Obstsalat aus vielerlei Zutaten finden großen Zuspruch. Kulinarischer Höhepunkt sind Pizza-Gesichter – garantiert fettarm und aus Vollkornmehl. Das schönste wird in einer Abstimmung prämiert und dann verzehrt. „Wir haben den Auftrag der Prävention. Uns geht es um gesundes Kochen und Essen“, erklärt Christine Filmer das Engagement der AOK, das bei den Jüngsten ansetzt. Die Zahl der übergewichtigen Kinder in Deutschland steigt stetig. „In vielen dieser Familien wird überhaupt nicht mehr gekocht und gemeinsam gegessen“, weiß die Ernährungsberaterin. Fertiggerichte aus der Mirkowelle oder Fast Food aus der Hand ersetzen hier eine ausgewogene Ernährung.

Eine Rückkehr zur guten alten deutschen Küche beobachtet hin gegen Irene Mannchen, zuständig für den Fachbereich Gesundheit des Bildungszentrums. „Kochkurse für Singles und Grundkurse, in denen auch das sinnvolle Einkaufen vermittelt wird, sind bei uns immer schnell ausgebucht“, erklärt sie. Auch der Brotbackkurs, früher eher zögerlich nachgefragt, war in diesem Jahr sofort belegt. Auf der anderen Seite sind Kurse mit internationalen Rezepten und Kursleitern aus aller Welt sehr be-



Noch getrennt schmurgeln Blutwurst und Thunfisch in den Pfannen.



Die Tafelrunde trifft sich regelmäßig zum gemeinsamen Kochen und Essen.

liebt. Ob vietnamesische, afrikanische oder Bollywood-Küche, das Programm des Bildungszentrums bietet für jeden Gaumen etwas. Etwa 500 Frauen und Männer braten, kochen und backen jedes Semester in den rund 50 angebotenen Veranstaltungen. Anders als früher wollen die Teilnehmer sich nicht unbedingt für zehn Abende verpflichten, sondern suchen Kurse, die mit insgesamt zwei Terminen auskommen. „Es ist ein erfreulicher Trend, dass die Menschen wieder mehr kochen als früher“, freut sich Irene Mannchen. Das Bildungszentrum bietet bewusst Veranstaltungen für jeden Geldbeutel an. Selbst die „Gästebewirtung mit einem Hang zum Luxus“ ist mit 50 Euro inklusive Materialkosten erschwinglich.

Freude am Experiment

Während mancher Mann hier lernt, eine Frau mit einem gelungenen Menü zu beeindrucken, bleiben in den drei Nürnberger „Chuchis“ (schweizerdeutscher Begriff für Küche) Männer bewusst unter sich. Der „CC – Club der kochenden Männer in der Bruderschaft Marmite e.V.“ entstand 1960 in Oppenheim, als in den deutschen Küchen das Zepter fest in weiblicher Hand lag, deutsche Restaurants noch keineswegs sterneverdächtig waren und gutes Essen mit der Aufnahme möglichst vieler Kalorien

gleichgesetzt wurde. Heute probieren sich in ganz Deutschland rund 1 400 Mitglieder in 125 „Chuchis“ in der kreativen, gehobenen Küche und engagieren sich für gemeinnützige Zwecke. Die Bruderschaft ist regional in sogenannte Ordensprovinzen aufgeteilt und straff durchorganisiert. Die Mitglieder können sich im Laufe der Zeit Ränge erkochen. Erkennbar sind diese an verschiedenfarbigen Bändern, an denen ein Hummer als Emblem der Vereinigung getragen wird.

Ohne Ränge und Titel kommen fünf Freunde aus, die sich regelmäßig zum Tanzen und rund viermal im Jahr zum gemeinsamen Kochen treffen. Alles, was sie brauchen, ist eine Wohnung mit funktionsfähiger Küche und großem Esstisch. „Wir haben Lust am Essen, deshalb müssen wir vorher zusammen kochen“, fasst Peter Petrich das Küchenengagement zusammen. Am Herd und im Service herrscht Gleichberechtigung. Uschi Träg, die die Vorspeise verantwortet, braucht Hilfe beim Anrichten. „Die Küchenbrigade funktioniert mal wieder nicht“, treibt sie scherhaft die drei Männer an. Beim Vier-Gänge-Menü wird experimentiert. Die Ziegenkäsetarte bekommt mit Kastanienmehl und Trauben eine herbstliche Note. Beim Zwischengang trifft fränkische Blutwurst auf Thunfisch. „Manche graust's davor, aber es schmeckt genial“, sagt Petrich. Sonja Hübner-Plötz ist gespannt,



Sonja Hübner-Plötz probiert gerne neue Rezepte wie Rehrücken auf Kürbisgemüse aus.

wie ihr Rehrücken auf Kürbisgemüse ankommt. „Das Schöne ist, dass man immer auch ein wenig aufgeregt ist“, meint sie. Bei geringer Temperatur im Ofen gegart, ist das Fleisch innen zart-rosa und saftig. Über die Würzmischung des Kürbis wird lange diskutiert. Gelernt haben die Freunde die Kunst des Würzens in Kursen des Nürnberger Sternekochs André Köthe, dessen Kochbuch ein ständiger Begleiter geworden ist.

Die Kochgruppe hält sich nicht sklavisch an Rezeptvorgaben, sondern variiert in entspannter Atmosphäre. Am langen Esstisch neben dem mit Kochbüchern vollgestopften Regal werden Bezugssquellen preisgegeben. „Die Lust des Kochens beginnt doch schon mit dem Einkaufen“, sagt Sonja Hübner-Plötz. Dann geht es um Lieblingsrezepte aus der Kindheit und erste Erfahrungen am Herd. Der Abend, an dem keine Kalorien gezählt, aber alle Sinne verwöhnt werden, endet mit selbst gemachtem Schokoladeneis mit Rotweinbirnen. Dem Urteil eines Gasts ist nichts mehr hinzuzufügen: „Einfach zum Reinsetzen!“ ■



Mobile Kochkunst
Gabriele Husenether
Telefon 0911 / 3 65 18 91
www.mobilekochkunst.de

AOK-Ernährungsberatung
Telefon 0911 / 218-723
www.aok.de

Bildungszentrum Nürnberg
Programm und Anmeldung:
Telefon 0911 / 2 31-31 47
www.bz.nuernberg.de

CC-Club kochender Männer
Geschäftsstelle
Telefon 06141 / 16 16 96
www.cc-club-kochender-maenner.de