

Leaf to Root

Gemüse essen vom Blatt bis zur Wurzel

Esther Kern / Sylvan Müller / Pascal Haag

AT Verlag, 319 Seiten

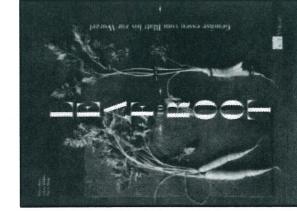
ISBN 978-3-03800-904-7

Fr. 59.— (UV/P)

Es ist jetzt schon längere Zeit her, dass wir hier ein Kochbuch zu diesem besonderen Thema vorstellen konnten. Das mag uns als Hinweis dienen, dass dieses Thema noch nicht ganz in der Mitte der Gesellschaft angegangt ist. Welches? Der Verzehr von Gemüse, und da dann nicht nur jener Teile, die uns Mutter als die "Guten" empfahl, sondern der Verzehr des Gemüses vom Blatt bis zur Wurzel, *from leaf to root*, ratzeputz, mit Stumpf und Stiel, und so weiter. Erkauft sei die Frage: Weshalb sollte man das tun?

Die Tischrunde, die die Food-Journalistin Esther Kern, der Vegi-Koch Pascal Haag und der Fotograf Sylvan Müller zur Einleitung ihres Buches zusammengetrommeln, erörtert speziell auch diese Frage. Wir stossen da dann nicht zuletzt auf ökologische Gründe, aber auch auf allerlei weitere wie den Respekt vor der Pflanze und dem Bauern, der wir sie verdanken. Experimentierfreude und das schlichte geschmackliche Erlebnis. Bereits hier erfahren wir, dass unsere Vorstellung davon, welche Teile eines Gemüses essbar sind, öfter mit Gewohnheit zusammenhängt als mit gesundheitlichen Risiken.

Was sich also mit Karottenkraut, Grünkohlrippo oder Wassermelonen schalen so alles anstellen lässt, ist das Lehranliegen dieses Kochbuchs. Und ein Kochbuch bleibt es dann: Eine breite Auswahl von mal bestechend simplen, mal etwas kniffligeren Rezepten zu Snacks, Haupt- und Vorspeisen oder Drinks legt davon Zeugnis ab. Diese Rezepte sind durchwegs originell, aber doch nicht sooo originell, dass wir uns zur Eingewöhnung ständig auf Mutproben einlassen müssten. Da dürfte es dann sogar ungewohnter sein, dass sich die Aufteilung des Buches nicht an der Speisenfolge, sondern an den verwendeten *second cuts* orientiert: Die einzelnen Kapitel heissen deshalb nicht "Vorspeise" oder "Dessert", sondern "Strunk und Herz" oder "Stiel und Rippe". Instruktiv aufgewertet werden sie von kurzen Interviews mit Vorreitern der "Leaf to Root"-Bewegung aus ganz Europa - Köchen, einem Bauen, einer Sensorikern und einem Lebensmittelchemiker. Den Argumenten der Einleitungsstunde fügen diese noch ihre ganz persönlichen Sichtweisen hinzu. Den abschliessenden Schliff gibt dem Buch dann die Bebildung durch Sylvan Müllers geschmackssichere, urchige Food-Fotografien. Denweil sind natürlich nicht alle unsere Vorbehalte betreffs der Geniessbarkeit Küchenhistorisch extravaganter Pflanzenteile einzig auf Gewöhnung zurückzuführen. Manchmal steht dahinter auch eine leidvolle Erfahrung. Deshalb gibt uns Esther Kern im letzten Viertel des Buches noch ein Kompendium zu den verwendeten Pflanzen und ihrer Teile zur Hand, um uns zu Fragen ihrer Unbedenklichkeit oder eben Gifigkeit aufzuklären. "Ohne Anspruch auf Vollständigkeit" geruht sie ihre diesbezügliche Rechercheleistung abzumildern; uns indessen erscheint diese schon ganz umfassend. Nur ein Grund mehr, dem prächtigen, sinn- und einfallsreichen Kochbuch unsere rückhaltlose Empfehlung angedeihen zu lassen.



Information und Wissen



Naturparadiese Schweiz
40 Tagestouren zu unberührten Landschaften
und Naturdenkmälern

WerdVerlag, 307 Seiten

ISBN 978-3-85932-844-0

Fr. 39.— (UV/P)

Zu unserer Verwunderung stellen wir fest, dass dieses Buch sich selbst geschrieben hat. Es hat keine Autoren, und auch seine Redaktorinnen heissen nur "Diverse". Noch erstaunlicher ist das, da wir es jetzt dann gleich dringlich dafür loben werden, wie es geschrieben ist.

Das Buch - nennen wir es Napa - Napa also bietet uns vierzig Vorschläge für Tagestouren zu und in Naturdenkmäler der gesamten Schweiz, immer auf der Suche nach Natureinsamkeit und dem unvergesslichen Erlebnis. Dass diese Einsamkeit dann vielleicht nicht immer in Absolutheit zu finden ist (oder sich die beschworene "Unberührtheit" der emwanderten Landschaften einer strengeren Auslegung des Begriffs widersetzt), muss uns jetzt nicht kümmern: Napa hat sich da tolle, eindrückliche Touren ausgesucht, und dann auch mehrheitlich solche, auf denen keine Touristenströme zu erwarten sind. In einem übersichtlichen Informationssteil gibt es uns jeweils klare Angaben zu den Eckdaten der Wanderung - Route und Reiseweg, Wanderzeit und Gefälle, empfohlene Kartenwahl und Jahreszeit, usw. Alles, außer einem Schwierigkeitsgrad. Da die Wanderungen nicht immer ganz anspruchslos sind, empfehlen wir deshalb, vor Planung der Wanderung immer ihren austführlichen Beschrieb durchzulesen. Das würden wir aber sowieso empfehlen, denn wie gesagt finden wir in den hier versammelten Schilderungen das besondere Verdienst des Wanderführers.

Da versorgt uns Napa selbstverständlich mit reichen Informationen zur durchwanderten Landschaft, zu ihrer Geschichte, Geologie, Fauna und Flora (und ruft dabei auch immer zu ihrer rücksichtsvollen Schonung auf). Diese Hinweise packt es dann aber nahtlos in seine persönlichen Impressionen, die weder vor schamloser Begeisterung, zutraulichem Humor noch vor feinsinniger Empfindsamkeit zurück-schrecken. Wir - in unserer hochmütigen Abstumpfung - haben da natürlich manchmal vor uns hin gekichert, wenn Schwärmerei oder Nostalgie das wandernde Druckerzeugnis die Contenance verlieren lassen. Nur entziehen konnten wir uns dadurch seinem verschwörerischen Schulterschluss mit der Leserschaft beim besten Willen nicht. Wenn wir also jemals auf einen Wanderführer getroffen sind, der sein Publikum aus dem Fauteuil aufspringen, die Wasserflasche greifen und nach dem nächsten Zug sprinten lässt, dann ist es dieser. Und das ist doch wirklich mal eine zweckhafte Qualität.