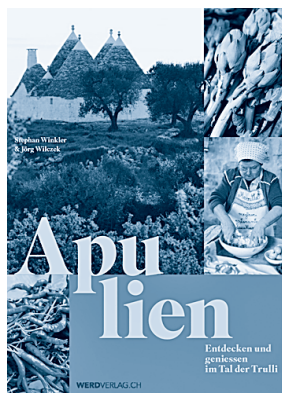


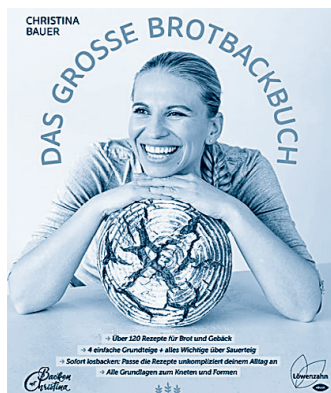
## Genuss



Das Buch heisst schlicht «Apulien», der Untertitel lautet «Entdecken und geniessen im Land der Trulli». Im Vorwort schildert der Historiker Stephan Winkler, wie er als Gymnasiast den Erzählungen einer Tante lauschte, die einst auf dem Weg über Italien nach Griechenland in einem abgelegenen Tal gelandet war, in dem «eigen- und urtümliche Häuser» aus Stein mit Kuppeldächern stünden: «Die Trulli. Schon dieses Wort war magisch. Sie hätte sich damals – 1969 – mit einer Freundin eines gekauft. Ich könne ruhig mal hinfahren.» Also machte sich der junge Mann zusammen mit einem Schulfreund auf den Weg, im Liegewagen-Sechserabteil nach Bari, Umsteigen in den Regionalzug, und natürlich war der letzte Bus ins gut zehn Kilometer entfernte Dorf schon weg, als die beiden in Cisternino, stazione a' mare ausstiegen ... Nein, ein klassisches Kochbuch ist das nicht, es ist viel mehr: Ein spannendes Lesebuch über Geschichte, Gegenwart und Küche Apuliens, das erst noch viele schöne Fotografien und über 40 feine und einfach nachzukochende Rezepte enthält. Die Kapitel des Buches tragen Titel wie «Von Pferden, Eselsmilch und Jazz» oder «Öhrchen mit Biss». Und was gibt es besseres als den apulischen Klassiker, Orecchiette al sugo? Gut, vielleicht Orecchiette cime di rapa... Keine Sorge: Das Rezept für erstere findet sich auf Seite 112, das für letztere auf Seite 114. Und los gehts: Hartweizendunst und Vollkornmehl mischen, auf dem Teigbrett zu einem Berg mit Krater aufschütten, handwarmes Wasser reingiessen, langsam mischen und dann kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Daraus dreht man erst fingerdicke Würstchen, schneidet sie dann in zirka ein cm dicke Scheibchen und formt diese zu Öhrchen, die etwa fünf Minuten im Salzwasser brauchen, bis sie gar sind. Für den Sugo Zwiebel und Knoblauch fein schneiden, in Olivenöl anschwitzen, mit Tomaten-Passata ablöschen und leise köcheln lassen, während man die Orecchiette formt. Kurz vor dem Anrichten kommen noch ein paar Basilikumblätter dran, und fertig ist das feine Gericht. Buon appetito! nic.

Winkler, Stephan: **Apulien**. Entdecken und geniessen im Tal der Trulli. Mit Fotos von Jörg Wilczek. Werd Verlag, Zürich 2010 / 2022 2. Auflage Weber Verlag, Thun/Gwatt, 176 Seiten, 49 Franken.

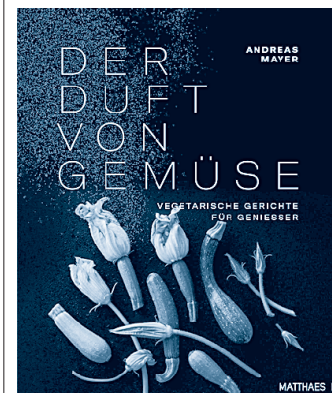
## Einfach Brot



Christina Bauer ist eine Bäuerin, Bäckerin, Foodbloggerin und Autorin aus Österreich, und ihr jüngstes Werk heisst «Das grosse Brotbackbuch». Es richtet sich hauptsächlich an Menschen, die noch nie Brot gebacken haben. Das Buch ist übersichtlich aufgebaut: Gleich nach dem Vorwort gibt es ein einfaches «Starterrezept», Motto: «Lass uns einfach gleich losbacken». Dann erst werden die «Siebensachen» erklärt, die es fürs Backen braucht, es folgen die Grundzüge des Knetens und Formens und der Rezeptteil. Dazwischen eingestreut finden sich einige praktische Tabellen, beispielsweise eine Übersicht über die unterschiedlichen Typenbezeichnungen für Mehle in Österreich, Deutschland und der Schweiz. Und was kann man machen, wenn im Rezept 21 Gramm frische Hefe vorkommen (beziehungsweise «Germ», wie Hefe in Österreich heisst), man aber nur Trockenhefe zuhause hat? Man konsultiert die Tabelle auf Seite 20 – und nimmt sieben Gramm Trockenhefe. Wer lieber Dinkel- statt Weizenmehl verwenden oder helles durch Vollkornmehl ersetzen möchte, findet ebenfalls eine praktische Umrechnungstabelle. Auch das Herstellen, Auffrischen und Aufbewahren eines Sauerteigs wird genau erklärt. Die meisten Rezepte sind dann aber doch auf den Gebrauch von Hefe und eine schnelle Teigführung ausgelegt... Und damit es schön einfach bleibt, empfiehlt die Autorin, gleich alle Teigzutaten aufs Mal in die Rührschüssel zu geben und dann mit dem Verkneten anzufangen. Nanu: Früher hiess es doch, man solle nie das ganze Wasser aufs Mal zugeben, weil jedes Mehl ein bisschen anders reagiert? Ich habe mich dann überwunden und den Teig für zwei Wurzelbrote (aus Dinkel- und ein wenig Roggenmehl) genau nach Rezept gemacht und eine Stunde gehen lassen. Danach war er tatsächlich ein bisschen zu weich zum Formen... was sich aber durch Zugabe von wenig Roggenmehl korrigieren liess. Und die fertigen Brote? Sie sahen gut aus und schmeckten auch so. Fazit: Wer rasch und einfach etwas Feines backen möchte, findet in diesem Buch die passenden Rezepte und Antworten auf die häufigsten Fragen. nic.

Bauer, Christina: **Das grosse Brotbackbuch**. Mit Fotografien von Nadja Hudovernik. Löwenzahn in der Studienverlag GmbH, Innsbruck 2022, 352 Seiten, 49 Franken.

## Aromenvielfalt



Andreas Mayer ist Küchenchef im Schloss Prielau, einem der besten Restaurants in Österreich. In «Der Duft von Gemüse» widmet er sich der vegetarischen Küche. Im ersten Teil des Buches thematisiert er den Duft von Speisen, sein ganz besonderes Herzensthema, wie er in der Einleitung schreibt. In seinem Restaurant werden einzelne Gerichte mit Genussparfüms begleitet. Für Laien sind diese nur mit sehr grossem Aufwand herzustellen, so dass ich mich hier auf die Kulinarik konzentriere – und da bietet das Buch einiges. Mayer beschreibt 70 vegetarische Gerichte. Die Kombination von einfacheren und anspruchsvollen Speisen ist ausgewogen. Die Gerichte sind einfach nachzukochen, bei den aufwändigen Rezepten kann man einzelne Komponenten problemlos weglassen. Gut gefallen haben die Portwein-Schallotten mit Kartoffel-Espuma, Esspapier und Zwiebfond, ein Karotten-Tapioka-Risotto mit grüner Spargel oder die klaren Pilzravioli mit Wirsinggemüse. Wie auch alle anderen im Buch beschriebenen Ravioli-Rezepte werden diese ohne einen klassischen Pastateig zubereitet. Die Ravioliuhüllen bestehen aus gebundener Pilzessenz oder weich gekochtem Gemüse. Laut Mayer verändert die Konsistenz den Geschmack und macht es so möglich, die ganze Bandbreite der Aromenvielfalt der Füllung zu präsentieren. Bei der Entwicklung seiner Gerichte achtet er stark darauf, dass die verschiedenen Geschmacksrichtungen wie Säure, Süsse, Bitterkeit, Schärfe und Umami stimmig kombiniert und die Gerichte damit vielschichtiger werden. So werden alle Rezepte mit einer Erläuterung zu den Aromen eingeleitet. Während Mayer ein grosses Augenmerk auf die Aromenkombination legt und so viel Spannung erzeugt, tut er dies bei den Konsistenzen weniger. Für meinen Geschmack gibt es etwas gar viel Sülze, Luft (Schäumchen), Gelees und Terrinen. Harte Komponenten werden dagegen sehr zurückhaltend verwendet. Trotzdem überwiegt das Positive. Mayer präsentiert eine gute Auswahl an vegetarischen Gerichten einer klassischen deutsch-österreichischen Gourmetküche. ts.

Andreas Mayer: **Der Duft von Gemüse**. Mattheas Verlag, 240 Seiten. 69.90 Franken.