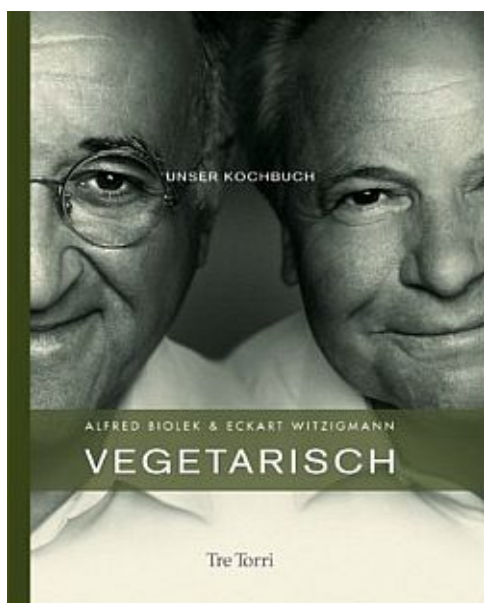


"Vegetarisch"

Unser Kochbuch

Alfred Biolek und Eckart Witzigmann

Eine Liaison am Herd, die ungewöhnlich ist: Hobbykoch, der Fernsehgeschichte schrieb, trifft Drei-Sterne-Koch, der Küchengeschichte schrieb und heute schon als Jahrhundertkoch gilt. "Unser Kochbuch" ist das Ergebnis dieser bemerkenswerten Begegnung, aber nicht nur das: Alfred Biolek und Eckart Witzigmann haben konsequent vegetarisch gekocht.



Alternativen zu Fleisch und Fisch

Sie ließen nicht nur Fisch, Fleisch und Geflügel weg, sondern auch Fischsoßen und -fonds, Sardellenfilets und Hühnerbrühe. Alles Dinge, die in der gehobenen Küche angeblich unentbehrlich sind. Dass es auch ohne geht, zeigt dieses Kochbuch mit seinen köstlichen "Alternativen zu Fisch und Fleisch".

Ungeahnte Aromen

Dabei hatten die beiden Köche keinerlei Ambitionen, Menschen generell zum Fleischverzicht zu bewegen. Sie wollten nur zeigen, dass vegetarische Speisen fantasievoll, raffiniert und köstlich sein können, wenn man gute und stets frische Produkte verwendet und mit Kräutern und Gewürzen ungeahnte Aromen aus schlichtem Gemüse hervorlockt.

Überraschend und "schweinelecker"

Heraus gekommen sind wunderbare Rezepte, die selbst Fleischessern und Gemüsemuffeln den Mund wässrig machen: Spaghetti mit Kürbiskern-Minze-Pesto, Mangold-Sesam-Burger, Süsskartoffel-Puffer mit einer Mango-Senf-Creme, Erbseneintopf mit karamellisiertem Wurzelgemüse, Radicchiosalat mit lauwarmer Linsenvinaigrette oder orientalischer Spinatstrudel mit Rosinen und Pinienkernen. Die feinen kleinen Gerichte, die Salate oder Suppen in diesem Buch können in einem Menü mit Fleisch als leckere Vorspeisen serviert werden.

Mehlspeisen mit Tradition

Überraschend neue Kombinationen sind in allen Kapiteln zu finden, von "Einfach und schweinelecker" bis zu Kartoffel und Co., Gemüsegerichten und raffinierten Hauptgerichten. Wer (getreu einem Vorurteil gegen die vegetarische Küche) nicht satt zu werden meint, dem dürften gehaltvolle Desserts den Magen schließen, die aus der berühmten österreichischen Mehlspeisentradition stammen: Zwetschgenröster mit Kartoffelstreusel, eine Sachokoladentorte oder Apfelmichel mit Vanillesauce sind außerdem ebenfalls "schweinelecker".
(Christiane Schwalbe)

Tre Torri, Neuauflage 2009, 176 Seiten, 19,90 Euro