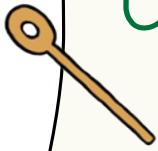




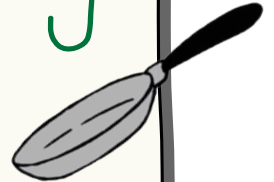
Alexandra Reinwarth



Am Arsch vorbei geht auch ein Weg



Das Kochbuch



60 lässige Rezepte, die wirklich jedem gelingen





EINLEITUNG

Reden wir offen: Ich bin keine gute Köchin – und selbst diese Aussage ist untertrieben. Als ich verkündete, ich werde ein Kochbuch machen, kam von Leuten (und zwar von Leuten, die ich zu meinen Freunden zähle!) stets die gleiche Reaktion – kennen Sie diese offiziellen Stadien von Trauer? Die gab es bei mir so ähnlich:

1. Die Verleugnung: »Das ist nicht dein Ernst – das glaub ich nicht!«
2. Das Verhandeln: »Aber du machst das mit jemandem zusammen, der das kann, oder?«
3. Lange nichts, dann:
4. Das Akzeptieren: »Na dann.«

Diese Reaktion mag Sie in ihrer Heftigkeit überraschen, mich überrascht sie nicht. Meine Freunde wissen nämlich, dass wegen meiner Kochkünste schon mal die Feuerwehr angerückt ist (es ging um Röstaromen, ich möchte nicht weiter drüber reden) – und sie werden das auch nie vergessen. Ich werde es leider auch nie vergessen, denn sie erinnern mich immer wieder daran.

Ich: »Wollen wir am Wochenende grillen?«

Freunde: »Aber nicht bei dir – weißt du noch, als ...?«

Ich: »Spaghetti! Wie wär's mit Spaghetti?«

Dass mir in Küchendingen wenig bis überhaupt keine Kompetenz zugesprochen wird, hängt auch damit zusammen, dass ich keinerlei Hohl daraus mache, wie ungern ich koche. Irgendeine mitleidige, höhere Macht hat mir stets Lebensgefährten beschert, die ausgesprochen begeisterte Hobbyköche sind – und das ist für alle Beteiligten ein großes Glück.

Obwohl ich nicht gerne koche, aber auch essen will, wenn der Mann meines Herzens gerade nicht in der Küche steht, und auch, weil das Kind vehement auf die Versorgung durch Lebensmittel besteht, tue ich es eben doch.

Das geht manchmal gut, manchmal mittel und manchmal in die Hose, und so hat sich im Laufe der Jahre ein Potpourri an Rezepten angesammelt, die gut klappen. Das heißt, es kommt mit möglichst wenig Aufwand und/oder pipileichter Vorgehensweise etwas dabei heraus, das schmeckt – obwohl es von mir ist. Das ist auch die einzige Voraussetzung für die Rezepte in diesem Buch.

Wenn Sie auch eher so mittel gerne oder mittel gut kochen, wenn bei Ihnen auch schon mal die Feuerwehr angerückt ist, nur weil Sie etwas gebraten haben, wenn Sie Freunde zum Essen einladen wollen, die es auch bleiben sollen, oder wenn Sie ebenfalls Kinder haben, die auf Nahrungsaufnahme bestehen: Herzlich willkommen. Wir kriegen das hin. Wär doch gelacht.

In diesem Sinne und mit einem herzlichen toi, toi, toi
Ihre Alexandra Reinwarth





Ein paar Worte vorneweg

Sie werden bei den Zutaten des Öfteren auf die Maßeinheit »l Becher« oder »l Tasse« stoßen. Damit meine ich keine Espressotasse, keinen riesigen Humpen, sondern einen ganz normalen Kaffeebecher. Ich habe nachgemessen: In meinen Kaffeebecher gehen so 250 Milliliter.

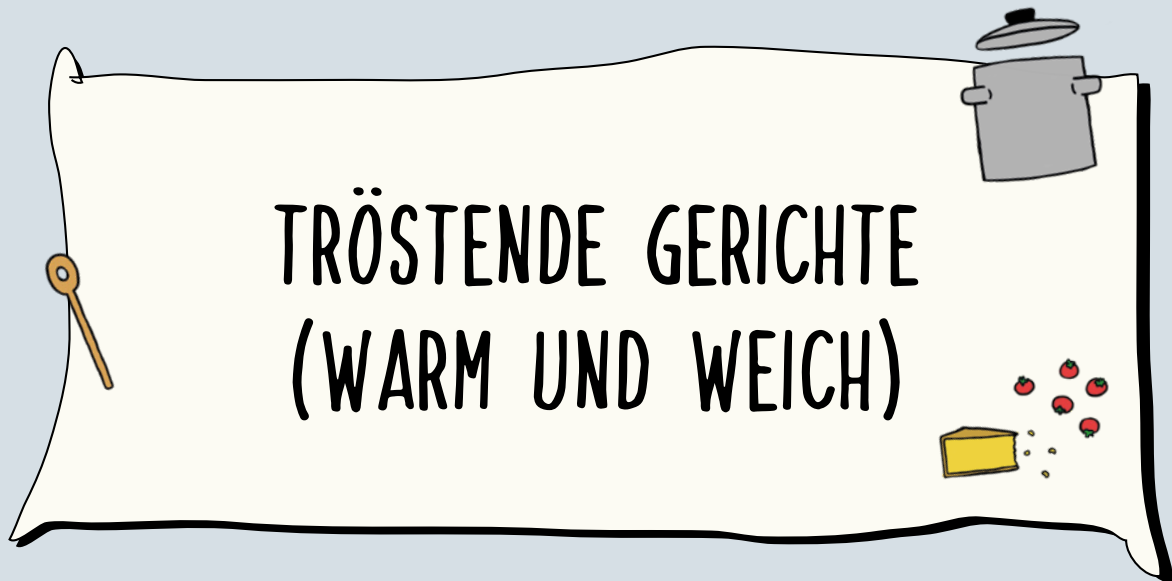
Wenn rezeptbedingt eine Auflaufform nötig ist, sage ich Ihnen auch nicht, wie viele Zentimeter im Quadrat die haben muss – Sie nehmen einfach eine, in die das Zeug reinpasst, das wir gerade kochen.

Wenn etwas in Öl gebraten oder gedünstet werden muss, werden Sie bei den Zutaten meistens »etwas Öl« finden und nicht die Angabe 2, 3 oder $1\frac{3}{4}$ Esslöffel Öl. Sie sind ja schon groß und ich bin mir sicher, das kriegen Sie hin.

Vielleicht fällt Ihnen auf, dass es mehr Rezepte mit Huhn als Schwein gibt, dass sich die veganen Gerichte in Grenzen halten und dass das Kapitel »Süßkram« etwas umfangreicher ist als die anderen. Das kommt daher, dass dies kein gewöhnliches Kochbuch ist, welches sich um Ausgewogenheit bemüht. Die Gerichte müssen keine Bedingung erfüllen außer, dass ich sie lecker finde. Und Sie hoffentlich auch.







Trost kann in vielerlei Form daherkommen: als innige Umarmung oder als kumpelhaftes Schulterklopfen, in Form von aufmunternden Worten, einer lieben Whatsapp oder einer Flasche Schnaps. Und eben auch in Form eines Gerichts.

Wie das funktioniert, kennen alle, die als Kind krank, traurig oder sonst wie angeschlagen eine dampfende Hühnersuppe ans Bett gebracht bekommen haben: »Komm Schatz, dann geht's dir gleich besser.«

Essen kann den Gemütszustand erhellen, Liebeskummer erträglicher machen und allgemeinen Unmut lindern, ob den einer Freundin, die schniefend auf dem Sofa sitzt und auf den Ex, die Welt und den ganzen Rest schimpft, oder den eigenen. Probleme jedweder Art sehen in warmen, weichen Kartoffelbrei gepackt schon gleich viel weniger dramatisch aus. Und wenn noch ein bisschen flüssige Butter oben in einem kleinen Kartoffelbreikrater schwimmt, dann bekommt man eventuell schon wieder ein Lächeln hin.

KARTOFFEL-LAUCH-KÄSE-SUPPE

Die lieben alle, ich versprech's. Idealerweise ist es draußen kalt und die Suppe erwartet Sie, wenn Sie durchgefroren nach Hause kommen. Wenn da keine Suppe wartet, ist sie aber auch schnell gemacht.

Zutaten für 2 Portionen

- 2 große Kartoffeln (ca. 500 g)
- ½ Stange Lauch
- ½ Becher Sahne (100 g)
- 1 Handvoll (100–150 g) geriebener Cheddar-Käse (mittelalter Gouda geht auch)
- 1 Ecke Gemüsebrühwürfel (nach Belieben)
- 1 Blätterteig (optional)
- Salz, Pfeffer

1. Den Lauch halbieren, waschen und quer in dünne Streifen schneiden. Kartoffeln schälen, vierteln, in einem Topf knapp mit Wasser bedecken und gemeinsam mit der Hälfte der Lauchstreifen sehr weich kochen. Vom Kochwasser eine Tasse voll aufheben, den Rest abgießen.

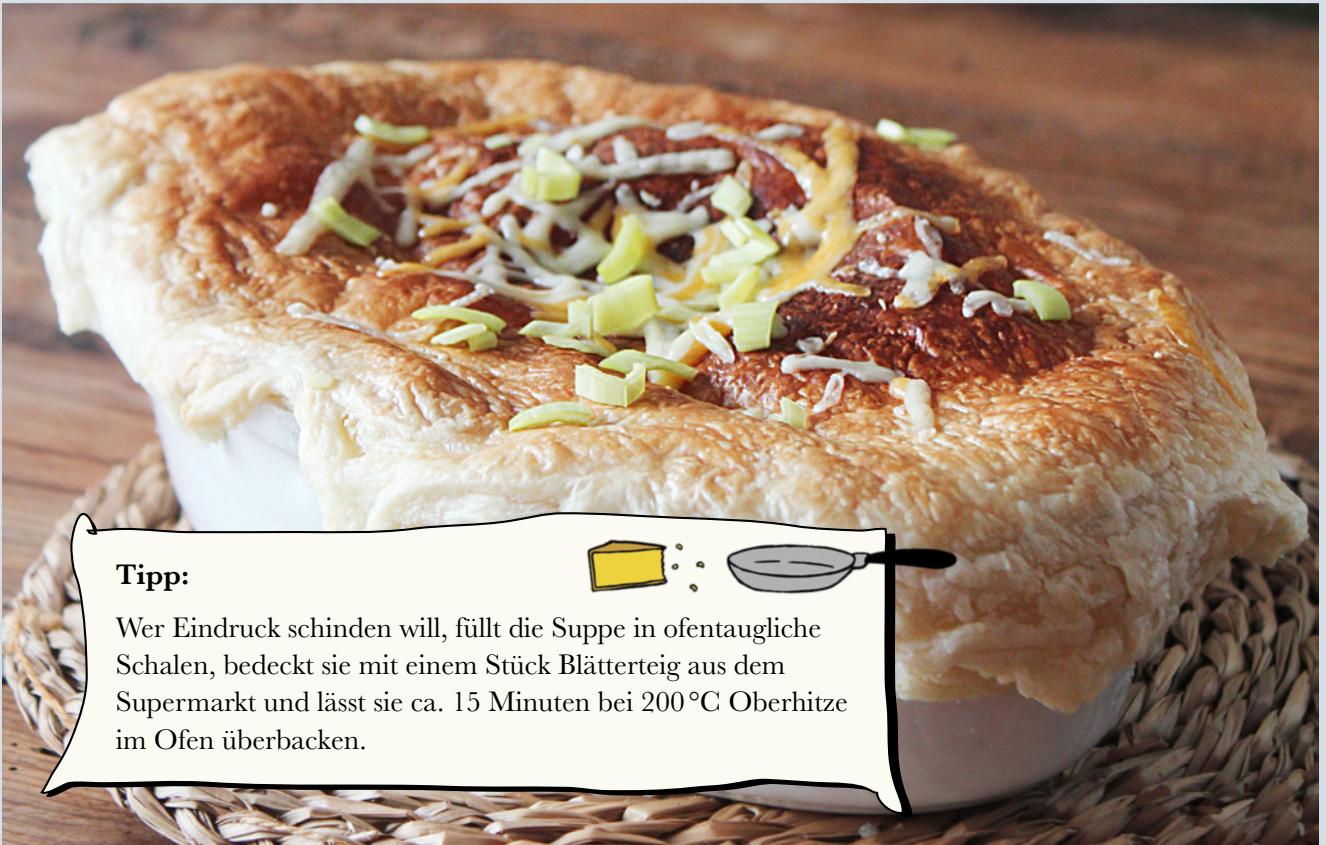
2. Die Kartoffeln im Kochtopf zerstampfen, der Lauch bleibt auch drin. Das Püree mit dem aufgefangenen Kochwasser und der Sahne aufgießen und durchpürieren.

3. Die Hälfte des Käses und nach Belieben das Brühwürfelstück dazugeben und die Suppe noch mal ganz leicht aufkochen lassen, damit der Käse schmilzt. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf zwei Schalen verteilen. Packen Sie am Ende nochmal die andere halbe Handvoll Cheddar und Lauch oben drauf, das sieht hübsch aus.

Tipp:

Nicht zu lange pürieren, sonst wird die Suppe zu einem glänzenden Brei, da sich beim Pürieren die Kartoffelstärke löst.





Tipp:



Wer Eindruck schinden will, füllt die Suppe in ofentaugliche Schalen, bedeckt sie mit einem Stück Blätterteig aus dem Supermarkt und lässt sie ca. 15 Minuten bei 200 °C Oberhitze im Ofen überbacken.



Tipps:

- Wer keine Crème fraîche zur Hand hat:
Ein Löffel Naturjoghurt tut's auch.
- Wegen der Optik ist es immer ratsam, etwas Petersilie zum Drüberstreuen im Haus zu haben. Schaffen Sie sich gleich einen Topf an. Und falls Ihnen eh immer alles verdorrt: Tiefgefrorene Petersilie geht auch.



HÜBSCHER KICHERERBSENEINTOPF

Ein wahnsinnig gemütliches Essen – ein bisschen wie Chili, nur ohne Chili. Man kann außerdem guten Gewissens noch dreimal nachnaschen, ohne dass man am nächsten Tag vier Kilo mehr wiegt, und bei Kindern kommt es auch gut an (der Mais macht es nämlich schön süßlich).

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Dose Kichererbsen (Inhalt 400 g)
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- etwas Olivenöl
- 1 Dose stückige Tomaten (Inhalt 400 g)
- 1 Dose Mais (eine von den kleinen, wo es immer so 3er-Packs gibt)
- 200ml Gemüsebrühe
- 2TL Currypulver
- 2TL edelsüßes Paprikapulver
- Salz, Pfeffer
- ca. 4 EL Crème fraîche (nach Belieben)

1. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und klein hacken und in einem großen Topf in Olivenöl auf kleiner Flamme ein paar Minuten andünsten.

2. Dann den ganzen Rest (bis auf die Crème fraîche) dazuschütten, also: die Tomaten, die Kichererbsen, den Mais, die Brühe und die Gewürze, und alles 20 Minuten köcheln lassen.

3. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf vier Schalen verteilen und mit einem Plopp Crème fraîche (falls vorhanden) obendrauf servieren.





GOLDIGE KÄSESPÄTZLE MIT CHAMPIGNONS

Käsespätzle oder ihre Reinform, die Spätzle, verbreiten schon aufgrund ihrer Konsistenz Zufriedenheit. Sie können die Spätzle natürlich fertig im Supermarkt kaufen – Sie können sie aber auch selbst machen, zum Beispiel weil der Supermarkt zu hat und sie außerdem besser schmecken.

Für meine Art, Spätzle selbst zu machen, würde ich in Schwaben vermutlich ausgepeitscht, aber machen Sie das ruhig nach, es funktioniert großartig.

Zutaten für 2–3 Portionen

Für die Spätzle:

- 200 g Mehl
- 3 Eier
- evtl. 1 EL Wasser
- 1 Prise Salz

Außerdem:

- 1 Nudelsieb

Für die Spätzle:

1. Sie brauchen einen großen Topf mit reichlich kochendem Wasser und einen Topf oder eine Schüssel mit kaltem, gesalzenem Wasser daneben.

2. Während das Wasser heiß wird, prügeln Sie das Mehl, die Eier und bei Bedarf einen Esslöffel Wasser mit dem Kochlöffel in einer Schüssel, bis der Teig Blasen wirft. Geben Sie eine Prise Salz dazu und füllen Sie einen Teil des Teigs in das Nudelsieb, das Sie dann schnell über das mittlerweile kochende Wasser halten. Mit einem Löffelrücken drücken Sie dann den Teig durch die Löcher, bis er dick in das kochende Wasser tropft.

3. Die knubbeligen Fäden kochen ganz schnell an die Oberfläche. Machen Sie das mit dem ganzen Teig. Wenn dann alle Knubbel oben schwimmen, fischen Sie sie mit einem Schaumlöffel ab und werfen sie in das kalte, gesalzene Wasser. Seihen Sie die ganze Chose ab und Sie haben perfekte, selbst gemachte Spätzle.

4. Die können Sie in einer Pfanne in Butter goldbraun braten – oder Sie machen Käsespätzle mit Champignons daraus:

Fortsetzung auf der
nächsten Seite ►





Für die Käsespätzle mit Champignons:

- die selbst gemachten oder Fertigspätzle (so 300–400 g)
- 1 große Zwiebel
- 400 g braune Champignons (wegen der Optik, weiße gehen auch)
- 200 g Bergkäse (Emmentaler, Appenzeller, Greyerzer ...)
- 2 EL Butter
- frischer Thymian wäre schön, muss aber nicht
- Salz, Pfeffer

Für die Käsespätzle mit Champignons:

1. Die Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden, die Champignons putzen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Den Käse bei Bedarf entrinden und raspeln. Die Butter in einer großen Pfanne schmelzen und Zwiebeln und Pilze darin 5 bis 10 Minuten braten, bis die Zwiebeln weich sind und die Champignons die gewünschte Konsistenz haben.
2. Dann die Spätzle und (wenn sie welche haben) die Thymianblättchen dazugeben, kurz braten und den Käse unterheben. Sobald der Käse geschmolzen ist, die Käsespätzle mit Salz und Pfeffer abschmecken, fertig.

Tipps:

- Wer es gern süß mag: Die fertigen Spätzle kann man auch einfach mit Zucker und Zimt bestreuen und Apfelmus dazu reichen.
- Wenn Spätzle übrig bleiben, geben Sie einen Schuss Öl drüber, dann können sie im Kühlschrank weiterleben und auf ihren nächsten Einsatz warten.
- Für einfache Käsespätzle schichten Sie die gekochten Spätzle mit Butter und geriebenem Bergkäse in eine Auflaufform und überbacken das Ganze bei 200°C Oberhitze im Ofen. Schmeckt noch besser mit braun gebratenen Zwiebelringen drauf.

