

Gekocht

Schleunigst entschleunigen	10
Beim Barte des Rhabarbers	14
Weckt den Tiger in dir	22
Catch me if you can	32
Einfach aus Gewohnheit	38
Fond: Der Knochenjob	42
The Simple Life	48
Schulter zum Anlehnen	52
Wer hat Angst vorm Wolfsbarsch?	58
Spagat? Yes we can.	62
Karaoke mit Lachs und Shiitake	70
Kloß to heaven	80
Und jetzt alle: Mmh, Bärlauch!	86
Die Rossini-Kur	90
Nicht ganz unschwer: Simplifikation	102
Adams Äpfel und der Kuchen dazu	106
Die Koffeinpeitsche	110
Wer ist hier der Chef?	118
Entwaffnend einfach	122
Nicht die Hellste	132
Discount Kobe-Beef	136
Bete, und es wird Sommer	142
Have you got Balls?	144
Lämmle live	152
Ehrlich nährt am längsten	156
Asketisches Abendmahl	162
Antizyklisch genießen	176
Objekt der Begierde	180

Gegessen

Kin-deer! Miràà-coli!	66
The Italian Job	96
Fettes Brot	112
Opfer des Foodmarketings	150
Nicht Paris, nicht Hilton	154
Und nach dem Schwimmen: Sushi	160
Olivenöl extra naiv	168

Gesehen

Das perfekte Dinnerdebakel	18
Danke, Tanke	28
Plädoyer für Pasta	36
Bella Figura	50
Wie im Film	76
Red Hot Chili Peperoncini	114
Unsere täglich Pizza gib uns heute	126
Angebot des Tages	164
Rezept für 1 Person	172

Gelistet

Ganz nach meinem Geschmack	184
Ganz und gar nicht nach meinem Geschmack	185
Das Amuse-gueule zum Schluss	186
Register	190
Impressum	192

Weckt DEN TIGER IN DIR



 Das sind Idealmaße in den Augen des wahren Fleischliebhabers: 5 cm hoch, 1000 g schwer.

Weil ich meinen Mund andauernd offen habe und immerzu von prachtvoll zubereiteten Bistecche fiorentine oder Côtes de bœuf schwärme (die ich jedoch fast nie fotografiere, weil die Zubereitung höchste Konzentration fordert und noch höhere Ekstase provoziert), bekommen meine Freunde mitunter so einen Hals.

Den voll zu bekommen, geht natürlich nicht mit Worten – es müssen Taten folgen! Mein Freund Boris (das Raubtier in ihm), hat sich das schon lange von mir gewünscht. Also bin ich losgezogen, um eine schöne Fiorentina zu besorgen und sie bei ihm zu grillen.

Doch der gute Pippo war in den Ferien und seine Metzgerei geschlossen. Und ein anderes als eins seiner gut gereiften Bistecche fiorentine kommt mir nicht auf den Rost. Also Plan B: Ab ins Elsass zu Eckert zwei schöne Côtes de bœuf holen (la vrai Côte de bœuf, wie der Chefmetzger dort zu präzisieren pflegt). Die sind eben auch so was von gut gereift. Wie Eckerts Sprüche: »Une pour Monsieur et une pour Madame?«

Das Fleisch stammt von irischen Charolais-Rindern. (Ja, hab mich auch etwas gewundert. Irisches sei eben wesentlich besser als Französisches, sagte mein Metzger bedeutungsvoll.) Es wird etwa eine Woche am Stück abgehängt, dann zerteilt, beim Großhändler eine weitere Woche nachgereift und schließlich in der Metzgerei nochmals eine Woche gelagert, bevor es in den Verkauf kommt (ein Grund übrigens, jeweils ein paar Tage vorher vorbeizugehen und zwei Stück auf den Wunschtage reservieren zu lassen, so bekommt man ein optimal gereiftes Stück!).



The Simple Life

Dass den millionenschweren It-Girls aus oben genannter Doku-Soap nicht unbedingt alles schmeckt, was nach einfachem Leben riecht, dürfte inzwischen jedem Landei aufgefallen sein. Umgekehrt braucht es auch nicht viel Fantasie, um sich auszumalen, wie es wäre, wenn man jeden Tag nur teures und exklusives Essen vorgesetzt bekäme. Vermutlich würden die meisten schon nach einer Woche brüllen: »Hilfe, ich bin kein Star – holt mich hier raus!«

Es ist immer wieder beruhigend (und für ein Mal wohl eher keine Marketingmasche), von Starköchen zu lesen, was ihr Lieblingsgericht sei, oder was sie sich als Henkersmahlzeit wünschten: etwas Brot und Käse, eine einfache Wurst – und wenn's nicht zu viel verlangt ist – etwas gute Butter zum Brot. Oder ein Kalbsbäckchen, ein schlichtes, getrüffeltes Omelett oder auch ein simples Pastagericht.

Ist das nicht rührend bescheiden? Obwohl, hat nicht François de La Rochefoucauld einmal bemerkt: »Bescheidenheit ist die schlimmste Form der Eitelkeit?« Na ja, auch dies dürfte inzwischen jedem aufgefallen sein, der schon mal einen Starkoch reden gehört hat.

Für den sehr unwahrscheinlichen Fall, dass mir einmal ein Henker meine letzte Bestellung abnimmt und diese dann auch so zubereitet wird, wie ich das erwarte (!), lege ich schon mal folgendes Gericht mit Mangold in meiner kulinarischen Wunschliste ab: Orecchiette e bietola.

Und für den sehr, sehr, sehr noch unwahrscheinlicheren Fall, dass hier ein Henker mit gespitztem Bleistift mitliest und das Rezept abschreiben möchte, bitte sehr:

In einer weiten Pfanne 10 EL Olivenöl extra vergine sanft erhitzen und langsam mit Knoblauch parfümieren: 1/2 Knoblauchknolle (quer halbiert, sodass die Zehen gut zusammenhalten) mit der Schnittfläche nach unten ins Öl setzen und nach 5 Minuten wieder entfernen. Die Zugabe von Peperoncino ist eigentlich zwingend, darf allerdings aus Rücksicht auf »unscharfes« Mitesser ausgelassen werden. Direkt über den eigenen Teller gestreut, ist er auch reizvoll.

Während des Parfümierens 1 Mangoldstauden entblättern und waschen. Stiele dranlassen, aber etwas stutzen. Nur braune Teile, falls vorhanden, wegschneiden. Blätter mit Stiel der Länge nach mehrmals falten und mit einem großen Gemüsemesser quer in dünne Streifen schneiden.

Das Gemüse in die Pfanne zischen und sofort den Deckel drauf. Nach ein paar Minuten fällt es zusammen, dann salzen, pfeffern und 2-3 EL klein gewürfelte frische Tomaten oder passierte Tomaten (aus dem Glas) dazugeben. Gut vermischen und nochmals mit Deckel so lange weiterköcheln, bis 500 g Orecchiette im Topf nebenan al dente gekocht sind.

1 Handvoll geriebenen Pecorino (je nach Gusto von frisch-mild bis gereift-pikant) und die abgossenen Orecchiette zum Mangold geben und etwa 1 Minute bei kleinster Hitze sanft vermengen (die Italiener sagen »amalgamare« dazu).

Zum Henker mit Schickimicki-Essen!

Claudio Del Principe

Furiöse Koch-Geschichten und Rezepte eines kulinarisch Besessenen

Entwaffnend einfach

Karaoke mit Lachs und Shiitake

Die Rossini-Kur

Beim Barte des Rhabarbers

Schleunigst entschleunigen

Have you got Balls?

Fond: Der Knochenjob

The simple life

Ehrlich nährt am längsten

Plädoyer für Pasta

www.gu-online.de



19,90 € [D]

ISBN 978-3-8338-1814-1

WG 453 Allgemeine Kochbücher



9 783833 818141