



LÉA LINSTER

DEUTSCHLAND KÜSST FRANKREICH

MEINE LIEBSTEN REZEPTE AUS BEIDEN LÄNDERN



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: 2024 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2024 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München



GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Dr. Maria Haumaier

Texte: Nicole Werkmeister

Lektorat: Katharina Lisson

Korrektur: Anne-Sophie Zähringer

Covergestaltung: Eva Stadler

Foodstyling: Gerlinde Hans & Sven Dittmann

eBook-Herstellung: Evelyn Ruckdäschel

 ISBN 9783833894145

1. Auflage 2024

Bildnachweis

Coverabbildung: creativemarket/elegantsolution; Freepik;
Mark Theis

Illustrationen: iStock

Fotos: Adobe Stock; Franco Firera; Mathias Neubauer; Privat;
StockFood: (Rosenfeld, Christel), (Paul, Michael), (Zogbaum,
Armin), (Jalag/Lanneretonne, Anthony), (Gräfe & Unzer
Verlag/ Lang, Coco), (PhotoCuisine/Hall, Jean-Blaise), (Gräfe
& Unzer Verlag/Kramp + Gölling), (Are Media/Are Media),
(Studio R. Schmitz), (Brauner, Michael), (Brachat, Oliver),
(Finley, Marc O.), (Steffens, Sabine), (Stile Italia Edizioni),
(Rosenfeld, Christel), (Westermann, Jan-Peter), (Lehmann,
Joerg); Marc Theis; unsplash: (ddp), (mads eneqvist); Nicole
Werkmeister

Syndication: Bildagentur Image Professionals GmbH,
Tumblingerstr. 32, 80337 München,
www.imageprofessionals.com

GuU 8-9414 05_2024_01

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter,
auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können
wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr
übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets
der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten
verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen
vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich
ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteur*innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem Online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

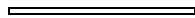
GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München



VORWORT VON *ULRICH*
WICKERT



Scherzhaft sagte mir ein französischer Freund, die Franzosen arbeiteten, um Geld zu verdienen, damit sie sich beim Essen dem Genuss hingeben können. Die Deutschen stärkten sich beim Essen hingegen nur, um gut arbeiten zu können. Vielleicht hat der französische Philosoph Pierre Bourdieu gar die feinen Unterschiede zwischen Teutonen und Galliern entdeckt, als er feststellte, die Antithese von Kultur und Lust gründe im Gegensatz von protestantischem Bürger, also dem Abbild der Enthaltsamkeit, und dem Volk, »diesem phantasmagorischen Ort der rohen, ungebildeten Natur, dem reinen Genuss ausgelieferter Barbarei«. Denn das könne sich der dem Geiste Kants verschworene deutsche Asket nicht leisten, sich wie Gargantua barbarisch »dem reinen Genuss« hinzugeben.

Doch allzu ernst sollten wir Bourdieu nicht nehmen. Nicht der immer hungrige Riese Gargantua bestimmt die französische Küche. Denn für Franzosen hat Essen nichts mit Hunger zu tun. Kochen wird wie Literatur, Malerei oder Haute Couture als Ausdruck der Kultur angesehen: So wie man Bücher liest und Bilder betrachtet, genießt man auch die Kunst der Küche. So wie man je nach Stimmung und Laune zu Proust, Camus, Günter Grass oder Marquez neigt, so wählt man sich der Lust entsprechend das abendliche Lokal oder das Rezept, das man kochen möchte.

»Léa Linster bringt auf wunderbare Weise die deutsche und die französische Küche zusammen.«

Mit ihrem Buch »Deutschland küsst Frankreich« räumt Léa Linster Vorurteile über die deutsche Küche beiseite. Wenn es etwa um die Kartoffel geht. Sie fand ihren Weg in die französische Küche über Deutschland. In Frankreich hatte

das Parlament in Besançon einst ein Verbot erlassen, Kartoffeln anzubauen, weil man von Kartoffeln angeblich krank wurde. Im Jahr 1757 geriet ein zwanzig Jahre alter Hilfsapotheker namens Parmentier in preußische Gefangenschaft und kostete dort zum ersten Mal die »racines de Hanovre – die Wurzeln von Hannover«. Zurück in Frankreich setzte er sich dafür ein, die Kartoffel als Nahrungsmittel gegen die Hungersnot einzuführen. Zu seinen Lebzeiten erhielt er den Beinamen »Erfinder der Kartoffel« und ein Rezept wurde ihm gewidmet, das »Hachi Parmentier«. Als er allerdings während der Revolution für die Volksversammlung kandidieren wollte, schrie der Pöbel: »Wählt ihn nicht! Der lässt uns nur Kartoffeln essen. Er hat sie nämlich erfunden.«



Die Revolutionäre wollten Köstlicheres essen

Die Revolution hatte tatsächlich Frankreichs Gastronomie revolutioniert. Als die Köche und Pâtissiers der geschassten Fürsten arbeitslos geworden waren, verbreiteten sie ihre Künste unter dem Volk. Mit Erfolg: Heute trägt die französische Küche den Ehrentitel »Weltkulturerbe«.

Von der deutschen Küche und zarten Fleischspeisen schwärmt dagegen der Philosoph und Essayist Michel de Montaigne, der 1580 durch Oberschwaben reitet und feststellt, dass »alles in den guten Gasthäusern mit solchem

Wohlgeschmack zubereitet« wird, »dass kaum die Küche des französischen Adels damit verglichen werden kann.«

Das war allerdings vor dem Dreißigjährigen Krieg, während dem in Deutschland große Hungersnöte ausbrachen und die Gasthäuser keine Zutaten mehr hatten, die sie mit Wohlgeschmack zubereiten konnten. Die deutsche Küche verarmte, aber sie hat sich längst wieder erholt.

ULRICH WICKERT

war zehn Jahre ARD-Korrespondent in Frankreich. Wegen seiner Berichte über die Hintergründe des französischen Rohmilchkäses wurde er vom französischen Landwirtschaftsminister zum »Chevalier du Mérite agricole« ernannt. Er ist auch Chevalier du Tastevin und Maitre Honoris Caseus, höchster Grad in der französischen Käsegilde »Saint Uguzon«.

Gut, dass Léa Linster die beiden Küchen heute zusammenbringt, denn so manch einem französischen Gericht stellt sie eine deutsche Köstlichkeit gegenüber. Was schmeckt besser? Der junge Hering oder die frische Auster, der Tafelspitz mit Meerrettich-Apfel-Sauce oder der Coq au vin mit Rotwein? Rote Bete oder weiße Bohnen? Allein die Lektüre regt die Fantasie (und den Speichelfluss) an, sodass man sich am liebsten gleich dem reinen Genuss hingeben möchte!

Ulrich Wickert



Bild links: Ich liebe es, den Moment mit guten Dingen zu genießen.



Bild rechts: Mit Erinnerungen an meine Kindheit verbinde ich ein Gefühl von Freiheit und Kreativität.

SO SCHMECKT DAS LEBEN

Herzlich willkommen zu einer abwechslungsreichen Reise zu den kulinarischen Schätzen Deutschlands und Frankreichs. Mein Name ist Léa Linster. Ich bin Köchin, mit Leib und Seele. Und ich komme aus Luxemburg, dem Land, das gewissermaßen beide Kulturen vereint.

Das Haus unserer Familie befindet sich in Frisange. Frisange ist – zumindest für mich – eines der schönsten Dörfer Luxemburgs. Es liegt direkt an der französischen Grenze und nicht weit weg von der deutschen. Das sollte mein Leben und meine berufliche Laufbahn entscheidend prägen.

Schon als kleines Mädchen war ich dem Herrgott dankbar, dass ich eben dort und nicht in einem der umliegenden Dörfer zu Hause war. Denn nur durch unser Dorf führten gleich zwei wichtige Hauptstraßen: eine internationale Durchfahrtsstraße und eine quer verlaufende Nationalstraße. Unser Haus lag – strategisch perfekt – auf der rechten Seite der internationalen Straße Richtung Frankreich. Perfekt deshalb, weil zu dem Café-Restaurant, das meine Eltern unter unserem Familiennamen in der dritten Generation betrieben, auch eine Tankstelle gehörte. Weil man schon damals in Luxemburg günstiger tankte als in Frankreich, war unser Haus für viele der letzte Stopp auf dem Weg in die Ferien, voller Vorfreude auf Sonne und gutes Essen. Die Gäste kamen natürlich aus Luxemburg, aber auch aus Holland, Belgien, England und Deutschland. Auf der Rückfahrt brachten sie später Impressionen von ihren Reisen mit.

»Ich habe das große Glück, in einer Familie aufgewachsen zu sein, für die höchste Qualität von Lebensmitteln essenziell war.«

Duft aus Deutschland

In dieser wunderbaren europäischen Ambiance bin ich aufgewachsen. Damals war man als kleiner Betrieb vielseitig aufgestellt – und so hatte mein Vater, der gelernter Konditor war, auch Industrievertretungen. Zu seinen deutschen Kunden gehörte ein bekannter Batterie-Hersteller aus Bad Staffelstein, das in meiner Fantasie ein ganz bezaubernder Ort war. Denn von dort kamen zu Weihnachten immer die köstlichsten Pakete mit wunderbar duftenden Nürnberger Lebkuchen. Diese Wunderkiste war

für mich der Inbegriff von Weihnachten. Da mein Geschmacks- und Geruchssinn so ausgeprägt waren, empfand ich wahre Glückseligkeit, wenn diese Kiste geöffnet wurde und ihr ganzes Aroma verströmte. Das roch nach Weihnachten, das roch nach diesem wunderbaren Deutschland, so herrlich nach Zimt, nach Kardamom und Nelken. Geruch, Geschmack und Texturen: Solche sensorischen Genüsse waren meine höchste Freude.

Während Deutschland, ganz besonders Bayern, noch ein ferner Ort in meiner Vorstellung war, hatte ich zu Frankreich einen direkteren Bezug. Aus Frankreich kam auch unsere Café-Kundschaft. Denn den Franzosen ist kulinarischer Genuss sehr wichtig und sie gaben das Geld, das sie beim Tanken gespart hatten, bei uns gerne für gutes Essen aus.



Meine Madeleines sind inzwischen zum geheimen Nationalgebäck Luxemburgs avanciert.

Französisch inspiriert

Was die gehobene französische Küche angeht, war Luxemburg damals schon fortgeschrittener. Wir legen, beeinflusst von der französischen Kultur, generell einen hohen Wert auf gutes Essen. Man spricht gerne darüber, wo und was man gegessen hat. Französische Qualität in deutschen Portionen: Das war der größte Traum eines luxemburgischen Gourmets.

In unserem Café-Restaurant wurde nicht à la carte gekocht. Unsere Domäne waren Feierlichkeiten und Bankette. Alle religiösen Feste – von der Taufe über Kommunion und Hochzeit bis zum Begräbnis – fanden quasi bei uns statt. Meine Mutter war bekannt für ihre Festessen. Da gab es Seezunge in Riesling-Sahne-Sauce, »Prince Orloff« – ein gefüllter Kalbsbraten mit Schinken, Käse und Champignonsauce – oder »Filet de Bœuf« im Ganzen mit »Sauce Béarnaise« und »Gratin de Pommes de Terre«, also Kartoffelgratin. Als Vorspeise servierte sie meist eine Festtagssuppe, eine Consommé von Huhn und Rind, eine ihrer Spezialitäten. Dieses Aroma, diese Suppe ist für mich bis heute unvergesslich!

Ich dachte noch lange nicht daran, selbst ein Restaurant zu führen, als für mich schon selbstverständlich war, dass man zu einem außergewöhnlichen Essen nicht viele, sondern nur ganz besonders gute Zutaten brauchte. Denn das erlebte ich zu Hause. Sogar die Schinkenbrote meiner Mutter waren legendär. Sie wusste, wo sie den besten Schinken bekam. Und sie wusste, ihn perfekt von Hand mit einem langen, dünnen Messer zu schneiden und genau die richtige Menge Butter aufs Brot zu streichen, die für einen exzellenten Geschmack nötig war. Zu ihren »Hors d'œuvre« hat sie sonn- und feiertags das Beste aus den umliegenden Regionen Deutschlands und Frankreichs – und natürlich aus Luxemburg – vereint.



Qualität an erster Stelle

Was die Qualität von Lebensmitteln angeht, war meine Mutter das beste Vorbild. Sie war äußerst anspruchsvoll. Nur hervorragende Qualität kam bei uns auf den Teller. Sie war der Überzeugung, dass ihre Arbeit an weniger guten Grundzutaten schlichtweg vergebene Liebesmühe gewesen wäre. Dieser Linie bin ich treu geblieben. Mit einem Gaumen wie meinem wäre alles andere auch eine Strafe gewesen. Der Freiraum, den ich in meiner Kindheit und Jugend genoss, verhalf mir zudem zu einem Erfahrungsschatz, den viele

erst in langen Berufsjahren erreichen können. »Restaurant spielen« war für mich und meine Geschwister an der Tagesordnung. Man ließ uns gewähren – und so übten wir uns in durchaus hilfreichen Fähigkeiten, die ab und an auch gefragt waren. Eines meiner nützlichen Talente war das Gefühl für Saucen. Ich muss etwa zwölf Jahre alt gewesen sein, als mich meine Mutter zum ersten Mal in die Küche rief, um ihr eine geronnene »Sauce Béarnaise« zurückzunehmen, wie man sagt. Ich wusste, dass es hierbei um Temperatur und die Verbindung von Fett und Wasser ging. Den Rest hatte ich im Gefühl. So gelang es mir, die geronnene Sauce wieder zu einer harmonischen Emulsion zu verwandeln. Von da an wurde ich zur Saucenspezialistin in unserem Hause.

Meine Begabung für Saucen kam mir später zugute, als ich mich gegen die Fortführung meines Jurastudiums und für die Übernahme unseres Restaurants entschied. Kurz vor seinem Tod hatte ich meinem Vater von meinen Träumen eines Sternerrestaurants erzählt, und nun war ich gefordert, daraus etwas Konkretes zu entwickeln. Ich überlegte nicht lange. Mit gerade mal 26 Jahren nahm ich einen Kredit auf und begann mit dem Umbau. Das Café-Restaurant mit Tankstelle und Kegelbahn wurde zu einem gehobenen Restaurant mit französischer Küche. Ich erwarb meinen Meisterbrief, hospitierte bei Frédy Girardet und Joël Robuchon und tauchte in die Welt der Nouvelle Cuisine ein.



Bild links: Mein Sohn Louis führt heute unser Restaurant in Frisange.



Bild rechts: Aus der ganzen Fülle schöpfen, die die Natur uns bietet. Das macht mir Freude.

Botschafterin guter Küche

Noch heute sind Frauen in der Spitzengastronomie rar gesät. In den 1980er-Jahren war das wirklich ein kleines Weltwunder. Umso mehr, als ich 1987 mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet wurde, den ich fortan mehr als 30 Jahre führen sollte. Dann übernahm mein Sohn Louis das Restaurant. Bereits 1989 folgte der nächste und bedeutendste Preis meiner Karriere: der Sieg beim Bocuse d'Or-Wettbewerb in Lyon, über den ich später genauer berichte. Diese Trophäe hatte internationale Strahlkraft. Ich wurde berühmt und mein Restaurant zu einer Attraktion, für die viele Gäste weite Reisen auf sich nahmen.

Paul Bocuse nannte mich »die Königin des Geschmacks« und nahm mich in die Riege der französischen Spitzenköche auf. Nach dem ersten großen Medienrummel lud mich auch Alfred Biolek in seine Sendung »Mensch Meier« ein. Das war der Beginn einer innigen Freundschaft – und der Beginn meiner deutschen Fernsehkarriere. Ich erkannte meine besondere Rolle mit der Möglichkeit, als Luxemburgerin die kulturelle und sprachliche Barriere zwischen Frankreich und Deutschland zu überwinden. Ich wurde zu einer

kulinarischen Botschafterin der französischen Küche, die ich so aufs Wesentliche zu reduzieren wusste, dass man meine Rezepte auch ohne große Vorkenntnisse zu Hause erfolgreich nachkochen konnte.

Daran möchte ich mit meinen liebsten Rezepten aus beiden Ländern in diesem Buch anknüpfen: mit zeitgemäß interpretierten Klassikern der französischen und deutschen Küche, die es neu zu entdecken lohnt. Bon appétit!



FRÜHSTÜCK





CROISSANTS

CROISSANTS

Für 20 Stück (oder 40 Mini-Croissants)

Zubereitung: ca. 30 Min.

Ruhen: 4 Std. oder über Nacht + 1 Std. + 2 Std.

Backen: ca. 16 Min.

TEIG (GRUNDREZEPT [>](#))

500 g Mehl (Type 405)

60 g Zucker

1 TL Salz

25 g frische Hefe

ca. 260 ml Milch
50 g geschmolzene Butter

AUSSERDEM

Mehl zum Ausrollen
200 g Butter
1 Eigelb

1. Am Vortag für den Teig Mehl, Zucker, Salz, zerbröckelte Hefe, Milch und geschmolzene Butter in die Küchenmaschine geben und mit den Knethaken zu einem Teig vermischen. Den Teig mind. 4 Std., am besten über Nacht, im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Am nächsten Tag den Teig auf etwas Mehl zu einem Rechteck ausrollen und drei gleich große Teile markieren. Die Butter, die die gleiche Temperatur haben sollte wie der Teig, in Scheiben schneiden und auf das mittlere Teil legen. Eine Teighälfte darüberlegen, dann die andere. Den Teig auf die ursprüngliche Größe ausrollen. Diesen Vorgang dreimal wiederholen – dann ohne Butter. Der Teig darf nicht brechen und es soll keine Butter herausquillen.
3. Den Teig recht dünn zu einem Rechteck ausrollen und in Streifen von ca. 8 cm Breite schneiden. Die Streifen diagonal zu Dreiecken halbieren. Jedes Dreieck von der Längsseite her zu einem Röllchen aufdrehen und dann zu Hörnchen formen.
4. Je nach Größe ein oder zwei Backbleche mit Backpapier auslegen und die Croissants mit Abstand darauflegen. Das Eigelb mit 2 EL Wasser verquirlen und die Croissants damit bestreichen. Mit Frischhaltefolie bedeckt an einem kühlen Ort 1 Std. ruhen lassen. Dann bei Zimmertemperatur 2 Std. ruhen und aufgehen lassen.
5. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen (Umluft 180°C, Gas Stufe 4) und die Croissants im Ofen auf der mittleren Schiene 6 Min. backen. Die Hitze auf 150 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 130 °C, Gas Stufe 2-3) reduzieren,

das Blech drehen und die Croissants noch ca. 10 Min. backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und genießen.

FÜR'S ZWEITE FRÜHSTÜCK

Weil die Zubereitung der Croissants doch einige Zeit und Ruhe braucht, lohnt es sich, eine größere Menge zuzubereiten, wie in diesem Rezept vorgeschlagen. Dann kann man einen Teil davon vorbacken und einfrieren und sich und seine Lieben beim nächsten Sonntagsfrühstück wieder mit knusprig gebackenen Croissants verwöhnen. Die Croissants, die Sie einfrieren möchten, bitte nicht mit Eigelb bestreichen. Auf eines der Backbleche legen und bei 200 °C Ober-/Unterhitze lediglich 6 Min. vorbacken. Herausnehmen, abkühlen lassen und am besten einzeln in Gefrierbeuteln einfrieren. Die tiefgekühlten Croissants rechtzeitig herausnehmen und auftauen lassen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 180 °C, Gas Stufe 4) vorheizen, die aufgetauten Croissants mit Eigelb bestreichen und in 10 Min. goldgelb backen.



BRIOCHE

BRIOCHE

Für 2 große Brioche
Zubereitung: ca. 1 Std.
Ruhen: über Nacht + 3 Std.

Backen: ca. 40 Min.

TEIG

500 g Mehl (Type 405)

20 g frische Hefe

10 g Salz

60 g Zucker

6 Eier (M)

250 g Butter

UTENSILIEN

2 Kastenformen (ca. 25 cm lang)

AUSSERDEM

Butter zum Einfetten

1 Ei

1 Eigelb

1. Am Vortag für den Teig das Mehl in eine große Schüssel sieben, die Hefe zerbröckeln und dazugeben. Salz und Zucker nacheinander hinzufügen. Die Eier mit 50 ml Wasser mischen, leicht verquirlen und hinzufügen. Das Ganze in einer Küchenmaschine mit Knetaufsatz bei mittlerer Geschwindigkeit in 10–12 Min. zu einem festen, geschmeidigen Teig kneten.

2. Inzwischen die Butter mit einem Nudelholz zwischen zwei Lagen Pergamentpapier weich klopfen. Den Teig kneten lassen, bis er sich vom Schüsselboden löst. Dann die Butter in kleinen Stückchen nach und nach dazugeben und rasch einarbeiten (evtl. jetzt statt den Knethaken mit den Blattaufsatz nehmen), bis der Teig schön elastisch ist und richtig glänzt.

3. Den Teig mit Frischhaltefolie abdecken und im Kühlschrank über Nacht gehen lassen. Am nächsten Tag herausnehmen, zusammenschlagen und halbieren. Jede Hälfte zu einer 25 cm langen Rolle formen und in eine

höheren Temperaturen eignet sich geklärte Butter, die man leicht selbst herstellen kann.



(links) Das erstklassige Olivenöl meiner lieben Freunde von der Fattoria La Vialla verwende ich für kalte Zubereitungen und niedrige Temperaturen beim Kochen.

(mitte) Für Nussbutter wird die Butter nur leicht erwärmt, bis sie bräunt. Durch das Karamellisieren der Molke entsteht der leicht nussige Geschmack.

(rechts) Geklärte Butter wird zum Schluss durch ein mit Mousseline oder Küchenpapier ausgelegtes Sieb gegossen. Das Ergebnis ist klar und goldfarben.

Geklärte Butter

Im Indischen nennt man sie Ghee, im Deutschen auch Butterschmalz, im Französischen »Beurre clarifié«: Gemeint ist geklärte Butter, die durch längeres Erwärmen und das Entfernen von Milcheiweiß und Milchzucker als sogenanntes Butterreinfett gut erhitzbar ist. Geklärte Butter kann man gut für den Vorrat zubereiten. Sie hält sich, luftdicht verschlossen, mehrere Wochen im Kühlschrank.

Zubereitung (250 g Butter):

1. Die Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze zerlassen. Den weißen Schaum der Molke, der sich auf der Oberfläche bildet, mit einem Löffel abschöpfen.
2. Das Butterfett vorsichtig durch ein mit Küchenpapier ausgelegtes Sieb gießen, sodass der milchige Bodensatz

zurückbleibt Die geklärte Butter sollte eine klare goldene Farbe haben.

Nussbutter

Als Nussbutter wird eine mild erwärmte, leicht angebräunte Butter bezeichnet, weil sie durch das Karamellisieren der Molke einen leicht nussigen Geschmack entwickelt. Sollte im Rezept »eine Nuss Butter« angegeben sein, sind Form und Größe gemeint. Wenn man mit einem Löffel etwas von einer zimmerwarmen Butter abnimmt, hat man eine Nuss: 20–30 Gramm.

Olivenöl

»Natives Olivenöl extra«, französisch »Huile d'olive extra vierge«, bezeichnet die höchste Güteklasse von Olivenöl. Es wird kalt gepresst, um seine wertvollen Inhaltsstoffe zu erhalten. Die Trübheit eines solchen Öls ist also ein Qualitätsmerkmal. Es gibt zahlreiche hervorragende Olivenöle – von mild bis fruchtig. Aber man muss sie finden. Ich verwende gerne die verschiedenen Varianten biologischen Olivenöls meiner Freunde von der Fattoria La Violla für meine Vinaigrettes, auf der Suppe oder auf meinem weißen Bohnenpüree.

Traubenkernöl

Traubenkernöl ist, auch wenn es kalt gepresst wurde, aufgrund seiner Reinheit gut erhitzbar. Ich verwende es zum Anbraten, für Pommes frites und Bratkartoffeln und auch für Emulsionen wie Mayonnaise.

ABSCHMECKEN UND WÜRZEN

Piment d'Espelette

In der Gegend um Espelette, einem malerischen Städtchen im Baskenland, wird schon seit Jahrhunderten ein besonders edler Chili angebaut. »Piment d'Espelette« wird aus Gorria-Schoten gewonnen, die Seefahrer einst aus Südamerika nach Frankreich brachten. Die Schoten werden noch heute von Hand geerntet. Damit sich ihr Geschmack gut entwickelt, hängt man sie zum Trocknen an geflochtenen Ketten an den Fassaden der Häuser auf. Das sieht bezaubernd aus! »Piment d'Espelette« hat eine vergleichsweise milde Schärfe, mit einer wunderbar fruchtigen Note und einem leicht rauchigen Abgang. Eine einmalige Geschmackskomposition. Ich benutze Piment d'Espelette überall dort, wo man an Cayennepfeffer denken könnte. Ganz hervorragend macht sich »Piment d'Espelette« auch einfach auf einem Spiegelei.

Bouquet Garni

Das »Bouquet Garni« ist eine klassische Zutat der französischen Küche. Damit man sie später wieder gut aus dem Topf nehmen kann, werden Kräuter zu einem Sträußchen gebunden und mitgekocht. Das klassische Bouquet Garni besteht aus drei Petersilienstängeln, einem Lorbeerblatt und einem Thymianzweig, in ein Lauchblatt gewickelt. Ich füge gerne noch ein Stück Staudensellerie hinzu.



(links) Für ein »Bouquet garni« werden verschiedene Kräuter – meist Petersilie, Lorbeer und Thymian – mit einem Küchengarn zusammengebunden.

(mitte) Piment d'Espelette, der edle Chili aus dem Baskenland, schenkt Gerichten eine eher milde Schärfe mit einer wunderbar fruchtige Note.

(rechts) Ob schwarz, weiß oder grün – es handelt sich immer um die gleiche Beere, die in unterschiedlichem Reifezustand geerntet und dann getrocknet oder eingelegt wird.

Meersalz

Zum Würzen verwende ich am liebsten das mittelgrobe »Fleur de Sel de Guérande«, das noch heute in den traditionellen Salinen im Süden der Bretagne in Handarbeit gewonnen wird. Die »Salzblume« bildet sich bei guten Wetterbedingungen in Form kleiner Salzkristalle auf der Wasseroberfläche der Salzgärten und wird mit einer Holzschaufel geschöpft. Ich habe immer ein Töpfchen an meinem Herd stehen und könnte es inzwischen vermutlich schon im Schlaf richtig dosieren.

Pfeffer

In meinen Rezepten erwähne ich meist explizit, dass ich »Pfeffer aus der Mühle« verwende. So ist der Pfeffer immer schön frisch und gut dosierbar. Schwarzer Pfeffer, der übrigens grün geerntet wird, erhält seine dunkle Farbe erst