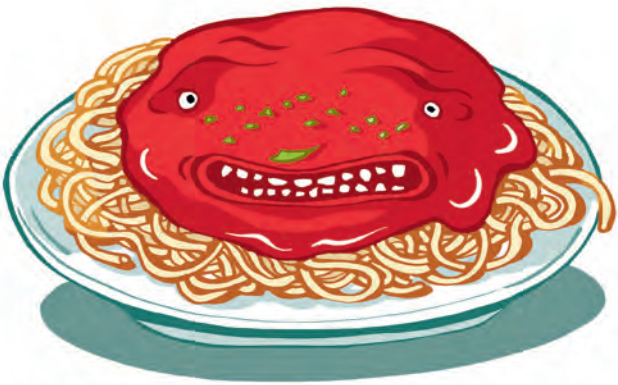
KAT MENSCHIK

ESSEN essen



(mehr ist mehr!)

Galiani
Berlin

IMPRESSUM

2. AUFLAGE 2019
VERLAG GALIANI BERLIN

©2019 VERLAG KIEPENHEUER & WITSCH, KÖLN
ALLE RECHTE VORBEHALTEN. KEIN TEIL DES WERKES DARF IN IRGENDEINER FORM (DURCH FOTOGRAFIE, MIKROFILM ODER EIN ANDERES VERFAHREN) OHNE SCHRIFTLICHE GENEHMIGUNG DES VERLAGES REPRODUZIERT ODER UNTER VERWENDUNG ELEKTRONISCHER SYSTEME VERARBEITET, VERVIELFÄLTIGT ODER VERBREITET WERDEN.

ILLUSTRATIONEN UND GESTALTUNG
KAT MENSCHIK
LEKTORAT WOLFGANG HÖRNER
DRUCK UND BINDUNG
KÖSEL GmbH & CO. KG., KRUGZELL
ISBN 978-3-86971-183-6

11 BORSCHTSCH • 15 GEMÜSEBRÜHE • 16 FASTENSUPPE
19 SPINATQUICHE • 21 HÜHNERSUPPE • 25 FRIKASSEE
27 KOKOSMILCHSAUCE MIT REIS • 28 NUDELN MIT
TOMATENSAUCE • 31 KARTOFFELGRATIN
33 KARTOFFELSUPPE • 34 HÜFTHOCKERKUCHEN
37 KAFFEE KOCHEN • 38 KLEMMKUCHEN
42 KÖNIGSBERGER KLOPSE • 43 SENFEIER
45 KÄSEKUCHEN • 49 LAUWARMER BOHNEN-GEMÜSE-TOPF
50 PELLKARTOFFELN MIT DREIERLEI QUARK
53 GEKÖRNTE BRÜHE • 54 STULLEN • 57 TOMATEN-
MOZZARELLA-SALAT • 59 LOBIO • 60 PAPRIKASUPPE

63 EIERLIKÖR • 65 SPARGELCREMESUPPE
66 KARTOFFELSALAT • 68 BLUMENKOHL-
KOKOSMILCH-CURRY • 71 SCHMORGURKE
72 EINLEGEGURKEN • 75 SCHWEMERULI • 77 WALNUSSGEIST
79 AUBERGINEN MIT WALNÜSSEN & GRANATAPFEL
80 CHATSCHAPURI • 81 TSCHAKAPULI
83 FISCHE ZUBEREITEN • 88 STEINPILZBUTTER
89 BANDNUDELN MIT PFIFFERLINGSRAHMSAUCE
91 SEMMELKNÖDEL • 93 STEINPILZRISOTTO
95 KÜRBISCREMESUPPE • 97 BRAUNE KUCHEN
101 TRUTHAHNFÜLLUNG • 102 WILDSCHWEINGULASCH
104 OCHSENSCHWANZSUPPE
106 BLÄTTERTEIGPASTETEN
107 SILVESTERBOWLE

Einleitung

KOCHEN GEHÖRT NICHT ZU MEINEN GRÖSSTEN LEIDENSCHAFTEN. ABER MAN MUSS JA DIE FAMILIE SATT BEKOMMEN.

UND KOCHT MAN NUN JAHRZEHNTELANG, KANN MAN ES EINFACH!

STETS KOCHE ICH AUS FRISCHEN ZUTATEN. SO WURDE ICH ERZOGEN.

ABER SCHNELL MUSS ES GEHEN UND UNPRÄTENTIÖS DARF ES SEIN. MEINE FAMILIE LIEBT KLASSIKER WIE KÖNIGSBERGER KLOPSE, SENFEIER, NUDELN MIT TOMATENSAUCE... DIE KANN ICH IM SCHLAF.

VIELES ANDERE DENKE ICH MIR AUS, SELTEN KOCHE ICH NACH REZEPTEN. OFT BENUTZE ICH LEBENSMITTEL, DIE GERADE IM HAUS SIND. ODER ICH GEHE EINKAUFEN UND STELLE MIR VOR, WAS GUT ZUSAMMENPASSEN KÖNNTE.

MEISTENS VERGESSE ICH DIE REZEPTE SOFORT NACH DEM KOCHEN WIEDER.

FÜR DIESES BUCH HABE ICH ETLICHE DIESER REZEPTE FÜR SIE AUFGESCHRIEBEN.

ICH BLEIBE DABEI OFT ABSICHTLICH VAGE BEI MENGENANGABEN. DAS LÄSST EINEN GEWISSEN SPIELRAUM, UND DER FANTASIE SIND KEINE GRENZEN GESETZT, JEDES REZEPT AUCH ABZUWANDELN, ZU ERWEITERN ODER ZU VERFEINERN.

FÜHLEN SIE SICH FREI, SELBST KREATIV ZU SEIN!

DAS BESTE AN DIESEM BUCH SIND JEDOCH DIE VIELEN REZEPTE MEINER FREUNDE! ES FINDEN SICH GANZ GEHEIME FAMILIEN-REZEPTE, LIEBLINGSSPEISEN, EXOTISCHES AUS EINEM SEHR BESONDEREN FREMDEN LAND UND DER BESTE KUCHEN, DEN ICH KENNE.

DANKE, FAMILIE UND FREUNDE! ICH BIN STOLZ UND GLÜCKLICH, DAS ALLES AUFSCHREIBEN UND ZEICHNEN ZU KÖNNEN! UND EURE FREUNDIN SEIN ZU DÜRFEN! ALLEN LESERN VIEL SPASS!

ANKE
DAS
KAPITÄNS-
TÄUSCHEN
IN
AHRENSHOOP

UNGEZÄHLTE Sommer

DURFTEN WIR MIT UNSEREN FREUNDEN IN INGES KAPITÄNSHÄUSCHEN AN DER OSTSEE WOHNEN UND DIE FERIEN IN IHRER GESELLSCHAFT AN EINEM DER IDYLLISCHSTEN ORTE VERBRINGEN, DIE MIR BEKANNT SIND. NOCH HÄUFIGER ALS IM SOMMER VERBRACHTEN WIR DORT DIE ZEITEN UM DEN JAHRES- WECHSEL. FAMILIE IN INGES SILVESTER GIBT ES ZU Rituale. KNALLHARTE

Inge

DAZU GEHÖREN:

1. "DINNER FOR ONE" GUCKEN
2. DAS MUSICAL "MAMMA MIA" ANSEHEN, LAUT MITSINGEN UND AN DEN ENTSPRECHENDEN STELLEN WEINEN
3. BESTES ESSEN essen
4. ALLES MÖGLICHE TRINKEN
5. KARTEN SPIELEN
6. BIS MITTERNACHT DIE FEUERZANGENBOWLE VON OLIVER KARAMELLISIEREN LASSEN
7. DAS HEXEN-EINMALEINS AUFSAGEN

ES GEHT ABER NOCH WEITER MIT DEN SCHÖNEN REGELMÄSSIGKEITEN: 8. UM MITTERNACHT MIT DER FEUERZANGENBOWLE ANSTOSSEN, SICH EIN FRIEDLICHES NEUES JAHR WÜNSCHEN, SICH KÜSSEN. 9. FEUERWERK BESTAUNEN, SELBST EIN BISSCHEN BALLERN UND IRGENDWANN INS BETT FALLEN. 10. NEUJAHRSSPAZIERGANG AN DER HEISS GELIEBTEN OSTSEE MACHEN.

HOHES UFER, AHRENSHOOP

11. ZURÜCK IM HAUS DEN FRÜHSTÜCKSTISCH MIT UNFASSBAR VIELEN LECKEREIEN DECKEN, SODASS DIESER SICH BUCHSTÄBLICH BIEGT. KAFFEE KOCHEN. SEKT TRINKEN. ALLES ZUSAMMEN MIT DEN BESTEN FREUNDEN. SCHÖNER KÖNNEN JAHRE NICHT BEGINNEN.

ROTE BETE

BORSCHTSCH

(WUNDERVOLLES WORT!)

DAS IST EINES MEINER ABSOLUTEN LIEBLINGSREZEPTE. DENNOCH BEREITE ICH ES NUR EINMAL IM JAHR ZU, NÄMLICH

ZUM NEUJAHRSTAG.

DIESEN FLÜSSIGEN BORSCHTSCH OHNE EINLAGE TRINKT MAN TRADITIONELL IN INGES FAMILIE ZUM FRÜHSTÜCK (GEGEN HALB DREI AM NACHMITTAG) NUR AM NEUJAHRSTAG. ER IST DAS BESTE MITTEL GEGEN FIESE VERKATERUNG!

1. VORBEREITEN MUSS MAN IHN ALLERDINGS SCHON ZEHN TAGE VORHER: MAN SCHÄLT CA. FÜNF ROTE BETE UND SCHNEIDET SIE IN SCHEIBEN. DIESE SCHICHTET MAN IN EIN GLAS* CA. 5 CM HOCH. DARÜBER LEGT MAN EINE SCHEIBE BROT. SCHICHTET WIEDER, SCHEIBE BROT, SCHICHTET WIEDER, SCHEIBE BROT, SCHICHTET WIEDER... WENN DAS GLAS VOLL IST, FÜLLT MAN ES MIT WASSER AUF, SODASS ALLES BEDECKT IST (MAN KANN DIE ROTE BETE Z.B. MIT EINEM KLEINEN TELLER BESCHWEREN), SCHÜTTET ES MIT EINEM TUCH ÜBER DER ÖFFNUNG, STELLT ES AN EINEN WARMEN, HELLEN PLATZ UND LÄSST DEN INHALT EBEN JENE ZEHN TAGE GÄREN. DANACH SIEBT MAN DIE FLÜSSIGKEIT IN EIN GEFÄSS.

2. MAN KOCHT (WIE BESCHRIEBEN) EINE HÜHNERBRÜHE ODER HAT SIE SCHON FERTIG IM GEFRIERFACH. AUCH HIER BENUTZT MAN NUR DIE REINE BRÜHE, LÄSST SIE AUFKOCHEN UND SCHALTET DANN DEN HERD AB.

3. DEN ROTE-BETE-SAFT DAZUGIESSEN (NICHT MEHR KOCHEN, SONST VERLIERT ER SEINE SCHÖNE ROTE FARBE!), NACH BELIEBEN WÜRZEN,** IN GLÄSER FÜLLEN, HEISS SERVIEREN. HEISS TRINKEN!

*GROSSES!
** Z.B. TABASCO.

BRÜHE

GEMÜSEBRÜHE, ZIEMLICH *klassisch*

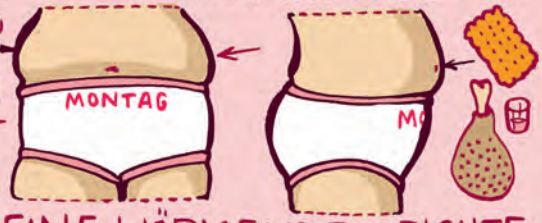
AM BESTEN IST ES, KEIN FERTIGES SUPPENGRÜN, SONDERN DAS EINZELNE GEMÜSE IM GANZEN ZU KAUFEN!

2 ZWIEBELN + 2 KNOBLAUCHZEHEN IN ETWAS ÖL ANBRATEN. EINE SELLERIEKNOLLE, EINE STANGE LAUCH, 3-4 MÖHREN, EINE PETERSILIENWURZEL SÄUBERN, GROB IN STÜCKE SCHNEIDEN, IN DEN TOPF ZU DEN ZWIEBELN GEBEN, AUCH LEICHT ANRÖSTEN. 3 LITER WASSER AUFGIESSEN.

ICH GEBE GERN EINE CHILISCHOTE UND EINIGE GETROCKNETE TOMATEN DAZU. SALZEN. ALLES 2-3 STUNDEN EINKOCHEN LASSEN.

ZUM SCHLUSS DIE BRÜHE ABSIEBEN. MAN KANN DAS VERKOCHTE GEMÜSE PÜRIEREN UND WIEDER IN DIE BRÜHE GEBEN, DANN WIRD SIE SÄMIGER. ODER MAN BENUTZT DIE BRÜHE ALS BASIS FÜR VERSCHIEDENSTE GERICHTE. ODER MAN TRINKT SIE PUR.

NACH ALL DEN FESTTAGSVÖLLEREIEN HABE ICH DAS BEDÜRFNIS, SPECKHÜFTEN UND KEKSBAUCH WIEDER LOSZUWERDEN! DESHALB



KOCHE ICH EINE WÄRMENDE, LEICHTE

FASTENSUPPE.

IN EINEM GROSSEN TOPF EINE ZWIEBEL, EIN PAAR CHAMPIGNONS, EINEN GANZEN ESSLÖFFEL KÜMMEL ANBRATEN, MIT CA. 2 LITER GEMÜSEBRÜHE AUFGIESSEN, SALZEN, UNGEFÄHR 15 ROSENKOHLKÖPFCHEN DAZUGEBEN UND KOCHEN.

IN DER ZWISCHENZEIT: 2 ROTE BETE, 1 GROSSE SÜSSKARTOFFEL, 1 FENCHEL, 1 KLEINE CHILISCHOTE SCHNIPPELN.

ALLE ZUTATEN IN DIE SUPPE GEBEN. DES WEITEREN NOCH CA. EINE TASSE VOLL SAUERKRAUT. KURZ DURCHKOCHEN LASSEN. ZUM SCHLUSS NOCH EINMAL ABSCHMECKEN.

DIE SUPPE IST SCHÖN SCHARF, EIN AUGENSCHMAUS, SEHR GESUND UND SIE SCHMECKT!

SERVIEREN MIT SEHR VIEL GEHACKTER PETERSILIE!

GUTEN APPETIT!

Schinus
terebinthi-
folius
Rosa
Beeren,
eines meiner
Lieblings-
gewürze