

**Margit Schönberger**  
**Jörg Zipprick**



**Margit Schönberger, Jörg Zipprick**

**100 DINGE,  
DIE SIE  
EINMAL  
IM LEBEN  
GEGESSEN  
HABEN  
SOLLTEN**



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete  
FSC®-zertifizierte Papier EOS  
liefert Salzer Papier, St. Pölten, Austria.

Lektorat: Annette Seybold-Krüger, München

Copyright © 2011 by Ludwig Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
<http://www.ludwig-verlag.de>

Umschlaggestaltung: Eisele Grafik-Design, München

Satz: Leingärtner, Nabburg

Druck und Bindung: Pustet, Regensburg

Printed in Germany 2011

ISBN: 978-3-453-28025-0



# Inhalt

Vorwort 7

Die Autoren 11

Abalone (Seeohr) 15 – Anchovis 18 – Andouillette (Innereienwurst) 20 – Artischocken 23 – Austern 25 – Avocado (Sorte Hass) 30 – Bärenkrebs 34 – Balsamico 36 – Banane (Fingerbanane) 39 – Blumen (essbare Blumen) 42 – Bottarga 46 – Butter 49 – Camembert 54 – Ente (Blutente) 61 – Entenmuscheln 67 – Felchen/Renke aus kühlen Alpanseen 70 – Flusskrebse 72 – Froschschenkel 75 – Fugu 77 – Gänsestopfleber 81 – Glasaale 86 – Granatapfel 90 – Grouse (Moorschneehuhn) 92 – Harissa 94 – Hase und Wildkaninchen 96 – Haselnüsse 99 – Heidelbeeren 103 – Hering (fetter Hering) 105 – Huhn (Bresse-Huhn) 108 – Hummer (blauer Hummer) 112 – Jakobsmuschel 117 – Kabeljau/Skrei 120 – Kaktusfeige 123 – Kalbsbries 126 – Kapaun 131 – Kapern von Pantelleria 134 – Kartoffel (Meerkartoffel) 137 – Kaviar 140 – Knoblauch (rosa Knoblauch) 145 – Kobe-Rind 148 – Kürbiskernöl 152 – Lachs (Wildlachs) 154 – Lamm 157 – Languste 160 – Lardo di Colonnata 164 – Linsen 166 – Mango 169 – Marille 171 – Maronen 173 – Möhren (Sandmöhren) 176 – Morcheln 178 – Mozzarella 181 – Olivenöl 183 – Orange (Blutorange aus Sizilien) 188 – Parmesan 190 – Pfeffer (frischer Pfeffer) 194 – Pfifferlinge 197 – Pfirsich (Weinbergpfirsich) 199 – Pflaumen aus Agen 202 – Piment 205 – Pistazien 207 – Rebhuhn 209 – Reis (Wild-



reis) 211 – Rentier 215 – Rind 217 – Ringeltaube 222 – Roquefort 225 – Rotbarbe 230 – Safran 232 – Salz (Fleur de sel) 236 – Schinken 238 – Schnecken 243 – Schokolade 246 – Schwalbennester 251 – Schwein (iberisches Schwein) 255 – Seebarsch 259 – Seeigel 261 – Seeteufelleber 263 – Seezunge 265 – Senf 268 – Soft shell crabs 272 – Steinbutt (großer Steinbutt) 275 – Steinpilz 277 – Stilton 279 – Thunfisch (Bauchlappen) 283 – Tintenfisch 286 – Tomaten 288 – Topinambur 292 – Totentrompete 294 – Trüffel (schwarze Trüffel) 296 – Trüffel (weiße Trüffel) 302 – Umeboshi 305 – Vanille 306 – Wachtel 311 – Walderdbeeren 313 – Wasabi 315 – Zampone 317 – Zibeben 321 – Zimt 323 – Zucker (Muscovado-Zucker) 326

Register 331



## Vorwort

Dieses Buch ist kein Lexikon, keine Anekdotensammlung und keine Kulturgeschichte, sondern der Dialog zweier Genießer, für die gutes Essen eine Frage von Kultur, aber auch eine des Respekts vor der Natur ist, die all diese Gaben für uns Menschen bereithält. Es handelt von hundert besonderen, guten Lebensmitteln, von Süßem und Saurem von Asien bis Europa: zum Schlemmen, Genießen, Verkosten und Probieren – oder auch nur zum Lesen. Wir beschreiben – steng subjektiv – hundert Dinge, die wir selbst gern essen, und das mit »verteilten Rollen«: Da ist die Fragende, die Neugierige, die im Lauf ihres Genießerlebens zwar schon einiges, aber bei weitem noch nicht genug gekostet hat und jedenfalls entschlossen ist, das Misstrauen des Grundsatzes »Was der Bauer nicht kennt« hinter sich zu lassen. Die Antworten gibt ein ausgewiesener Experte, der Essen und Trinken und das dazugehörige Hintergrundwissen in den Mittelpunkt seines Berufslebens gestellt hat.

Hundert Dinge? Das sind natürlich viel zu wenig. Man denke nur an all die Käsesorten, all die Würste, all die Gewürze, die es auf diesem Globus gibt. Aber dieses Buch hat nicht vor, alles aufzulisten, was man verspeisen kann. Im Gegenteil, die unendliche Vielfalt des Genießbaren ist reduziert auf das, was für uns besondere Markierungspunkte des Genusses sind.

Dieses Buch ist außerdem so etwas Widersinniges wie ein Kochbuch für Leute, die nicht kochen wollen – oder können. Denn fast jede der vorgestellten Leckereien kann, roh oder mit



minimalen Kochkenntnissen zubereitet, für maximalen Genuss sorgen. Nicht nur der Kaviar, der Hummer und die Languste gehören in diese Kategorie, sondern auch der Camembert oder die Kaper. Oder Butter, die wirklich noch »gute Butter« ist – auch wenn wir sie nur bei einem Hersteller gefunden haben, den wir im Text nach Kräften loben.

Weil wir zwar schwelgen, aber nicht schweigen wollen, haben wir auch auf einige böse Tricks der Anbieter – vom Kohlenmonoxid gefärbten Thunfisch bis zum Würzen mit Trüffelöl-Aroma – aufmerksam gemacht. Hinweise auf die Tatsache, dass viele Fischbestände bedroht sind, haben wir dabei ebenso wenig ausgespart wie den Streit um den Genuss von Foie gras, der berühmten Gänsestopfleber. Wir wollten bei diesen Themen nicht in den Chor der Küchen- und Schlemmereuphoriker einstimmen: Wir haben an diesen »wunden Punkten« zwei Seelen in unserer Brust.

Ohne gute Zutaten kann es keine gute Küche geben. Und gute Küche wiederum darf nicht nur das Privileg einer zahlungskräftigen Elite sein, die es sich bei aufgeplusterten Sterneköchen schmecken lässt. Andererseits haben rare Kostbarkeiten zu Recht ihren Preis – darum sollte man sie kennen, aber nicht zum Alltäglichen degradieren. Allzu gern zeigen die »Herren der Herde«, welch tolle Küchentechniken und Tricks sie beherrschen. Inzwischen bedienen sich manche sogar in den Schränken der Aromen- und Chemieindustrie und lassen sich dafür als »Forscher« feiern. Hat nicht einmal jemand gesagt, dass Forschung den Menschen nutzen und dienen soll? Der Großteil solcher »Küchenforschung« – und Performance – scheint allerdings eher narzisstische Neigungen zu befriedigen. Vor allem erschließt sie der Chemieindustrie neue Märkte –





und das wohl nicht ganz zufällig. Denn wer bewusst, mit Vorfreude und mit Sinn und Verstand Qualität einkauft, der muss am Herd nicht tricksen.

Zugegeben, manchen Produkten muss ein wenig nachjagen, wer nicht in einer größeren Stadt wohnt; einige kann man vielleicht sogar als Genussziele in seine Reisepläne einbauen. Da, wo man den Gaumen zu beglücken versteht, blüht meist auch die »restliche« Kultur in reichen Farben. Dennoch: Es kommt gerade nicht darauf an, die feinen Dinge, die wir für dieses Buch ausgewählt haben, im Speiseplan des Alltags zu platzieren. Wie der Titel schon sagt, man sollte es einmal gegessen haben, das Steinbuttfilet aus einem Sieben-Kilo-Fisch, die Kartoffel aus den Feldern in Meeresnähe oder die Sandmöhre der Normandie. Weil es Genuss bereitet, gute Gefühle macht und gleichzeitig, fast unbemerkt, den Sinn für Qualität schult.

Vielleicht genügt deshalb das »Einmal« nicht, denn wer das Original kennt, der gibt sich nicht mehr so leicht mit schlechten Kopien zufrieden, der kauft nicht mehr »im Namen der Dose«, verschmäht Tomaten, die nach gefärbtem Wasser schmecken, bringt keine armen Batteriehühner auf den Tisch, deren Fleisch trocken und langweilig schmeckt, und auch keinen synthetisch gefärbten Zuchtfisch. Wer lernt, sich für Qualität zu entscheiden, tut mehr für Tier- und Naturschutz als diejenigen, die ihren Obolus in die entsprechenden Sammelbüchsen werfen. Und hat sogar noch etwas davon – Genuss.

Apropos Färben: Früher hieß es: »Das Auge isst mit.« Heute schmaust das Auge oft ganz allein, egal, ob in der Gemüseabteilung des Supermarkts, beim Metzger oder im Restaurant. Noch nie wirkten unsere Nahrungsmittel so schön bunt und frisch – und noch nie waren sie derart aromenarm. Ein wenig



schöner Schein, das richtige Licht an der Theke, pralle Gemüsearrangements und Dekorationen wie aus dem Bilderbuch – da fragt bald niemand mehr nach dem Geschmack.

Dieses Buch soll auch ein wenig dazu beitragen, ein gesundes Misstrauen zu entwickeln: Vertrauen Sie beim Einkaufen lieber auf Ihren Geruchs- und Tastsinn. Lassen Sie sich nicht davon beeindrucken, ob ein Versender als »Lieferant großer Köche« beworben wird. Ignorieren Sie das ganze Wortgeklüngel der Gastronomie und suchen Sie lieber in Ihrer Umgebung nach zuverlässigen Händlern und Züchtern, nach Leuten, die wissen, dass man gutes Fleisch, guten Fisch und gutes Gemüse nur dann bieten kann, wenn man Pflanzen und Tiere nicht mit Präparaten aus der Chemiefabrik ernährt. Denn nur die Erzeugnisse von kulinarischen Handwerkern muss man wirklich gegessen haben – und das vielleicht nicht nur einmal im Leben. Dann ist das Besondere auch nicht mehr eine Frage des Geldbeutels, sondern eine Frage der Prioritäten, die man setzt. Wenn Sie ein qualitätsbewusster Genießer und Käufer sind, unterstützen Sie damit ehrliche, engagiert und hart arbeitende Handwerker – und zugleich Natur und Umwelt.

*Margit Schönberger  
Jörg Zipprick*



# Die Autoren

## Margit Schönberger

Ich habe mein ganzes Leben mit Büchern und ihren Autoren verbracht. Interessante Menschen, ihr Wissen und ihre Geschichten sind meine Leidenschaft, die ich zum Beruf gemacht habe. Es kann kein Zufall sein, dass ich die meisten dieser Menschen am besten bei gutem Essen und Trinken kennengelernt habe.

Ich entstamme einer bäuerlichen Familie, in der noch alle Mahlzeiten gemeinsam eingenommen wurden, Gemüse- und Obstgärten vor dem Haus lagen und Küchenkräuter nicht im Supermarkt gekauft wurden. Meine Großmütter haben Butter noch selbst gemacht, und ich saß als kleines Mädchen auf ihren Butterkisten. Ich habe heute noch im Ohr, wie das Geräusch der plätschernden Sahne in der Kiste sich veränderte, bis es schließlich zu einem sanften Rumpeln wurde, wenn die goldgelbe, perlende Butter fertig war. Und auf ein frisch gebackenes, ofenwarmes Brot gestrichen wurde. Solche Erfahrungen prägen, und sie setzen Standards.

Es hat allerdings gedauert, bis ich mein Misstrauen fremdländischen Essgenüssen gegenüber abgelegt habe – ganz abgebaut habe ich es immer noch nicht. Schwalbennester beispielsweise gehören für meinen Geschmack an die Hauswand und nicht in die Suppe. Jörg Zipprick beneide ich darum, dass er den Globus vom Blickwinkel des Kulinarischen aus kennengelernt hat und nicht von solchen Vorurteilen am Genießen des Exotischen gehindert wird. Aber ich hatte trotzdem Glück, denn die k.u.k. Welt, aus der ich komme, war auch einmal ein Reich, in dem die Sonne nicht unterging. Unser Wiener Schnitzel und



unsere Backhendl sind zwar nicht mit Gold überzogen wie beim Kaiser von Konstantinopel, aber goldgelb gebackene Semmelbröselpanade schlägt Blattgold im Geschmack garantiert ohnedies um Längen.

Meine privaten Helden der Gegenwart sind diejenigen, die auch Jörg Zipprick zu Recht hoch lobt und fördert: Bäcker, Metzger, Züchter, die Tiere artgerecht halten und ihnen ein gutes Leben gönnen, und nicht zuletzt Bauern, die ihren Beruf in Ehren halten, gute Ware produzieren und sich nicht korrumpieren lassen. Was heutzutage enorme Charakterstärke voraussetzt. Wir Verbraucher sollten ihnen dabei helfen. Damit aus Nahrungsmitteln wieder Lebensmittel werden, die nicht nur den Hunger stillen, sondern auch alle Sinne ansprechen. Denn dafür sind sie uns schließlich verliehen worden. Gutes Essen hält nicht nur Leib und Seele zusammen, es macht auch gute Laune. Und davon könnte die Welt wahrlich mehr gebrauchen.

### Jörg Zipprick

Von mir stammt der zweite Abschnitt der Kapitel. In den letzten zwanzig Jahren habe ich auf der Suche nach Essbarem die halbe Welt durchquert – dennoch fehlen ein paar wichtige Länder und ihre Gerichte noch auf der Speiseliste.

Grundsätzlich esse ich alles, außer vielleicht Haustiere und Insekten – was nicht heißt, dass mir alles schmeckt. Manches, wie gekochte Hühnerfüße, ist mir wirklich zu fremdartig – zumal der Hühnerfuß an und für sich nach nichts schmeckt und sich nur durch gelatineartige Konsistenz mit ein paar Knochen drin auszeichnet. In China jedoch gilt er als Delikatesse. Und gar nicht begeistern kann ich mich auch für Essen aus der Chemiefabrik und Labor-Aromen. Beides hat in diesem Buch nur da Platz, wo die Aufmerksamkeit des genießenden Lesers auf Tricks der Anbieter und Verkäufer gerichtet werden muss.



Ein wenig beneide ich meine Co-Autorin Margit Schönberger darum, schon gut gegessen zu haben, als ich noch in den Windeln lag. Außerdem kennt sich Margit Schönberger wesentlich besser als ich in Österreich aus, wo vorzügliches Essen eine lange Tradition und der sorgfältige Umgang mit Lebensmitteln eine breite Basis haben.

Mein Einkaufstipp? Qualität gibt es nicht zum Nulltarif – aber ein hoher Preis allein sagt auch nichts über die Güte von Lebensmitteln aus. Wenn es irgend geht, versuche ich, meinen kleinen Beitrag zum Jahresumsatz den »kulinarischen Handwerkern« zukommen zu lassen, also den Bäckern, Metzgern, Züchtern, Bauern meines Vertrauens.





## Abalone (Seeohr)

Das Seeohr? Eine Muschel, die eine Schnecke ist? Das habe ich noch nie gegessen und – ich schäme mich fast dafür – auch noch nie gehört. Abalone klingt irgendwie nach einem italienischen Badeort. Falls das je auf einer Speisekarte stand, die ich vor Augen hatte, habe ich das wahrscheinlich für eine regionale Spezialität gehalten und war von mir bekannten Köstlichkeiten so abgelenkt, dass ich vergaß, danach zu fragen. Bei meinem nächsten Aufenthalt in Küstennähe werde ich versuchen, diese Wissenslücke in Sachen Genuss zu schließen. Ich gehe davon aus, dass auch dieser Meeresbewohner sauberes Wasser zum Überleben braucht – vom Geschmack gar nicht zu reden. Da ist es also wohl ratsam, dieses »Abalone-Date« möglichst bald zu genießen, sonst wird es irgendwann keine Gelegenheit mehr dafür geben?

Im China-Restaurant habe ich mich früher immer gefragt, was denn wohl die Abalone ist. Sie war jedenfalls immer das teuerste Gericht auf der Karte. Und saßen an den Nebentischen tatsächlich mal Asiaten, dann fielen sie genüsslich über Abalone her. Manchmal habe ich versucht, auf den Teller meiner Tischnachbarn zu spielen. Appetitlich sah das nicht immer aus ... Selbst gegessen habe ich es zum ersten Mal in der Bretagne, in Trebeurden. Es schmeckte wie Meer an einem Sommertag und hatte gleichzeitig diese gewisse Festigkeit, wie sie gutem Fleisch zu eigen ist. Serviert wurde die Abalone in ihrer Schale, deren Innenseite perlmuttfarben schimmert. Ich glaubte, sie schon einmal in einem Souvenirladen als Schmuckstück gesehen zu



haben. Kurz: Ich mochte das Seeohr und bestellte es am Tag darauf noch einmal.

»Ormeau« heißt das Seeohr auf den französischen Speisekarten. Erst später lernte ich, dass dies die Abalone aus den China-Restaurants ist. Inzwischen gibt es sogar Betriebe in der Bretagne, in der Normandie und in Spanien, die erfolgreich Abalone züchten.

Nun werden die Abalones in den meisten Restaurants als Muscheln verkauft. In Wahrheit jedoch sind das aber Schnecken der Gattung *Haliotis*. Und tatsächlich betrachten beispielsweise die Japaner die *Haliotis* – unabhängig von deren zoologischer Einordnung – als Muscheltier. Im Naturzustand klebt sie am Küstenfels fest. Gefischt wird die Abalone zu Fuß in Küstennähe oder auf kleinen Tauchgängen bis 20 Meter Tiefe. Das Seeohr ist ein großer Muskel, entsprechend fest ist dessen Fleisch. In Japan wird es deshalb vertikal in feine Streifen geschnitten, in Europa hingegen vor der Zubereitung wie ein Steak geklopft. »Du musst zuhauen, als wäre es deine Schwiegermutter«, hatte mir der bretonische Koch gesagt. Ich beschloss, diese Anregung zu häuslicher Gewalt zu überhören. Jahre später erklärte mir ein Herdmeister aus Japan, dass Klopfen die Abalone zwar zarter mache, diese Zubereitungsart jedoch die Muskelfasern zerstöre.

Koji Aida, selbst Japaner, der in Paris ein hübsches, kleines, aber leider auch kostspieliges Restaurant betreibt, hat mir das alles im Detail erklärt: Jedes gute Abalone-Rezept beginnt natürlich mit dem richtigen Einkauf. Wir brauchen eine gesunde Abalone, eine Muschel, Verzeihung: Schnecke, die sich wenn möglich noch bewegt: Testweise einfach ein wenig Salz daraufstreuen, dann zieht sie sich zusammen. Eine gute Abalone ist dick und schwer. Die blaugrünen Exemplare schmecken laut





Aida besser als Sashimi, also roh und hauchdünn geschnitten, die roten sind gegrillt schmackhafter. Leider kann der Koch in Europa die Seeohren nur kistenweise erwerben und nicht, wie in Japan, Stück für Stück auswählen. Außerdem sind sie hier kleiner und teurer: Gut 1,50 Euro kostet eine Winzportion den Wirt schon im Einkauf – Tendenz steigend. Koji Aida entscheidet sich bei Ansicht der Ware spontan, wie er die Abalone zubereiten wird. Im Grunde wählt er zwischen drei Methoden: Roh als Sashimi, gegrillt oder gedämpft. Für das Sashimi ruht die Abalone auf Holzkohle und wird mit Zeitungspapier abgedeckt. So bleibt sie länger frisch und behält ihren Meeresgeschmack. Anschließend wird sie einfach vor den Kunden in feine Streifen zerteilt. Beim Grillen gibt es schon mehrere Rezepte: Zuerst sollten Seeohren wie für Sashimi aufbewahrt werden. Am frühen Morgen werden sie ausgelöst, der Nerv entfernt. Anschließend reibt man sie mit Salz ein, wäscht dann das Salz wieder ab und reinigt die Muschel gründlich. Nach einer kurzen Wartezeit wird sie gegrillt. Jetzt schmeckt die Abalone nicht mehr nach Meer, hat aber einen kräftigeren Eigengeschmack.

Schließlich die Dampfgarung: Dafür wird die Muschel gewaschen, mit Salz abgerieben und nochmals gewaschen. Anschließend wird die Abalone eingelegt, in eine Mischung aus Sake und Kombu-Algen. Dazu nutzt Koji Aida Junmai-Shu, eine Sake-Variante aus purem Reis, bei der keinesfalls Alkohol zugesetzt werden darf. Durch die Abreibung mit Salz hat die Muschel viel Feuchtigkeit verloren. Sie saugt sich dadurch regelrecht mit dem Sake voll, der sogar bis in die Leber der Schnecke einzieht. »Das ist eine Art Seeohren-Foie gras«, sagt Aida. Anschließend gart er sie sechs Stunden im Dampf. Oft legt er den japanischen Rettich Daikon dazu, das macht die



Abalone zarter. Und fast immer wandelt er das Rezept im letzten Moment ab, mit Wein, Sake oder Tee. Für ihn gibt es nämlich keine beste Küche, sondern nur eine Küche, die am besten zum jeweiligen Kunden passt.

## Anchovis

Das Gourmet-Geheimnis dieser salzigen Sardellen hat sich mir bisher trotz mehrfacher Versuche noch immer nicht wirklich erschlossen. Einen kleinen Fisch zwei Jahre lang in Salzlake der natürlichen Zersetzung anheimfallen zu lassen – oder stimmt das vielleicht gar nicht? –, klingt ausgefuchst, raffiniert und von großer Erfahrung gespeist. Irgendwie ist das aber nicht so ganz nach meinem Geschmack. Ich habe schon lange den Verdacht, dass Anchovis für Männer gemacht sind – die mögen diese scharfe, völlig übersalzene Sache fast alle gern. Für Wirte ist das gewiss genial, weil die Gäste gehörig Durst entwickeln. Gibt es da bei Männern genetisch bedingte Erinnerungen an wilde, zur See fahrende Ahnen, in deren Fässern an Bord nicht das Wasser faulte, wohl aber die Anchovis vor sich hin »reiften«?

Habe ich bisher nur die falsche Sardellenart probiert? Mittelmeerrischer sollen ein sehr besonderes Anchovis-Brotaufstrich-Rezept kreiert haben, und es muss wohl auch einen Grund geben, warum es ein sehr beliebtes, skandinavisches Anchovis-Gericht gibt. Wobei die skandinavische Sardellen sehr viel milder schmecken sollen. Was also habe ich bisher übersehen?

Hat hier jemand das Entsalzen vergessen? Die Salzanchovis gehören mindestens eine Stunde lang ins kalte Wasser – das natürlich alle 15 Minuten gewechselt werden muss. So zumindest



hat es mir ein Anchovisfabrikant erklärt. Konservierung von Lebensmitteln dank Salz ist eine alte Kulturtechnik. Die Art und Weise, wie gute Anchovis eingelegt werden, hat sich über die Jahrhunderte nicht verändert. Spätestens zwölf Stunden nach dem Fang werden die Fischchen in Salzfüßern von 200 Kilo Fassungsvermögen gelagert. Nach ein paar Tagen werden Kopf und Innereien entfernt, die Anchovis nach Größe sortiert und dann in Fässern gestapelt: Eine Schicht Salz, eine Schicht Anchovis, eine Schicht Salz ... und so weiter. Verschluss werden diese Fässer mit gewichtigen Deckeln von 22 bis zu 40 Kilo. Sie sorgen dafür, dass die 15–20 cm langen Fischleiber ordentlich vom Salz durchzogen werden. Jetzt heißt es 100 Tage warten. Dann werden die Fische getrennt: »Anchovis in Salz« legen die Hersteller einfach in mit frischer Lake gefüllte Gläser ein. »Anchovis in Öl« hingegen werden mit Wasser entsalzen, von Hand filetiert, und 24 Stunden auf Papier getrocknet, bevor sie ins Öl kommen.

Reizvoll finde ich an den Anchovis, dass man sie nicht nur wie Fisch genießen, sondern wie ein Gewürz einsetzen kann. Ähnlich machen es die Schweden mit »Janssons frestelse«. »Janssons Versuchung« wäre nur ein normaler Kartoffelauf-  
lauf mit Sahne und Zwiebeln, wären da nicht die Anchovis, die das Gericht erst zur Versuchung machen. Allerdings sind die schwedischen Ansjovis eigentlich Ostseesprotten (*Sprattus sprattus balticus*) und nicht Sardellen (*Engraulis encrasicolus*). Sprotten sind keine Sardellen! Die beiden Sorten schmecken keinesfalls gleich.

Die berühmte Anchoviscreme der Fischer nutzt jedenfalls die *Engraulis*. Für so eine Anchoïade werden 300 g Anchovis in Öl, eine Knoblauchzehe, 20 g Kapern, Olivenöl, Essig und Pfeffer benötigt. Die Knoblauchzehe wird geschält, halbiert



und damit das Innere eines Mörsers ausgestrichen, in dem dann die Anchovis nach und nach zusammen mit den Kapern zerdrückt werden. Sobald sie ordentlich püriert sind, wird etwas Essig hinzugefügt sowie ein wenig Olivenöl, dann rühren, bis sich eine homogene Masse ergibt. Mit Pfeffer, Salz und Essig abschmecken. Fertig! Schmeckt auf Brot oder als Würze zu frischen Gemüsen. Selbst andere Fische, wie etwa Rotbarben, können mit dem Püree gefüllt werden – nur bei der Dosierung sollte man vorsichtig sein.

Auch wenn die Konservierungstechnik die Jahrhunderte überdauert hat, änderten sich doch die Methoden des Fischfangs. Früher zogen starke Lampen die nach Licht strebenden, grünblauen Fische förmlich ins Netz. Der Fang war überschaubar. Heute laufen von April bis Mai sowie von September bis Oktober moderne Fischerboote aus. Der Anchovis-Fang ist im Interesse der Arterhaltung limitiert, über Fangquoten wird hart zwischen Spanien und Frankreich verhandelt.

## Andouillette (Innereienwurst)

Wer so wie ich aus einem Wurstparadies kommt – nirgendwo gibt es so viele Wurstsorten wie in Bayern, Österreich und Ungarn –, dessen Geschmacksknospen haben wie selbstverständlich ein vielfältiges Wurst-Feeling programmiert. Zumal die Namen einem europäischen Städteführer zur Ehre gereichen würden: Tiroler, Krakauer, Lyoner, Frankfurter – in Deutschland Wiener genannt –, Krainer, Debresiner, um nur ein paar zu nennen. Und die Wiener Würstlstände sind berühmt für Exoten wie Käsekrainer und »Burenhäutk«, denen der Volksmund so deftige Namen gegeben hat, dass man sie hier kei-



nesfalls nennen kann. Außer in der Blut- und Leberwurst (mit Sauerkraut und gedünsteten, karamellisierten Apfelspalten ein Hochgenuss) wird jedoch meines Wissens und zu meiner Erleichterung eher selten mit Innereien gearbeitet. Die ja auch nicht jedermanns Sache sind. Da sind die Franzosen wohl mutiger als wir. Schließlich gibt es in Frankreich auch diesen hochgeschätzten Fisch, der – milde ausge-drückt – in Abwässern lebt und dessen Name mir einfach nicht mehr einfällt.

Hat diese französische Wurstspezialität irgendetwas mit dem von Kanzler Kohl international promoteten, berühmten »pfälzischen Saumagen« gemein?

Mit Saumagen nicht, aber immerhin mit Politik. Eine recht treffende Charakterisierung stammt vom französischen Politiker Édouard Herriot, Bürgermeister von Lyon. »Die Politik ist wie Andouillettes«, meinte er, »man muss den Dreck riechen können – nur nicht allzu kräftig.« Nur hat er eigentlich nicht Dreck gesagt, sondern ein Wort mit »Sch« am Anfang, das in Büchern über Essen weniger oft vorkommt.

Das ist kein Wunder, denn die wichtigsten Bestandteile der Andouillette stammen heute allesamt aus Körperteilen des Schweins, die lebenslang mit Verdaubarem in Berührung kamen: Es sind sorgfältig gereinigte Schweinsdärme und/oder in Streifen geschnittene Schweinemägen. Früher wurden auch Innereien vom Kalb verwurstet, mit Aufkommen des Rinderwahnsinns hat man diese Praxis inzwischen mit einem Verbot belegt. Nur eine Ausnahme gibt es: den Rinderpansen.

All diese Innereien werden mit Zwiebeln, Petersilie, Salz und Pfeffer und eventuell anderen Kräutern gewürzt, gerollt und mithilfe eines Fadens wiederum in einen Schweinsdarm »gefädelt«. Danach kochen sie gute fünf Stunden in einer Court-



Bouillon. Die Andouillettes werden meist gegrillt oder gebraten und oft in einer Senfsauce serviert. Zuweilen schmurgelt man sie auch in Rot- oder Weißwein.

Tatsächlich riecht so eine Andouillette oft gewöhnungsbedürftig herb. Allerdings schmeckt es keinesfalls nach Dreck, sondern streng nach Schwein, manchmal auch ein wenig rauchig.

Mir ist das Konzept der Andouillette sympathisch: Es geht darum, das ganze Tier, auch die weniger »edlen« Stücke einer sinnvollen und wohlschmeckenden Verwendung zuzuführen. In Deutschland sehen wir nur saftige Steaks und Koteletts in den Läden, nach Möglichkeit in Plastik verpackt, damit nichts uns daran erinnert, dass dieses Stück Fleisch von einem Lebewesen stammt. Wir alle können uns freilich darauf verlassen, dass die anderen Stücke nicht weggeworfen werden, sondern irgendwo versteckt untergemischt, meist in Würsten. Da ziehe ich doch die französische Mentalität vor: Die Andouillette ist eine Wurst aus Innereien, und dort, wo sie hergestellt wird, ist man darauf stolz.

Ansonsten ist es mit der Andouillette wie mit anderen Vertretern der Gattung Wurst, egal, wie sie heißen: Wurst ist nicht gleich Wurst.

Das »Atelier« eines der letzten legendären Andouillette-Metzger, »Vater« Duval aus Drancy, wurde 2007 an eine Wurstfabrik verkauft. Doch Nachwuchs steht bereit, jede ordentliche Metzgerei braucht eine Andouillette, über dessen Qualität die AAAAA wacht, die »Association amicale des amateurs d'andouillette authentique«, also die »freundschaftliche Vereinigung von Liebhabern authentischer Andouillettes«. Eine wirklich gute Andouillette bietet Bigot (15, place de l'Hôtel de ville, 60350 Pierrefonds, Frankreich).



Übrigens hat die Andouillette eine sympathische Cousine: Die Andouille, eine weitere Innereienwurst, die aber meist kalt verzehrt wird. Es gibt sie in verschiedensten Varianten. Fast wie Jahresringe im Baum wirkt die sorgfältig gerollte Andouille de Guémené aus der Bretagne. Sie wird über Eichen- und Buchenholz geräuchert und schließlich neun Monate getrocknet. Eine mittelständische Wurstfabrik in Plélan le Grand erzeugt eine besonders feine Variante: Die Guéménoise de l'Argoat à l'Ancienne ist eine besonders schlanke Innereienwurst mit einem »Herz« aus saftigem Speck. Schon wegen des verringerten Durchmessers wirkt dieses Stück Charcuterie deutlich weniger rustikal als andere Exemplare dieser Gattung. Es ist sozusagen die Einstiegsdroge in die Welt dieser Würste. Und es könnte all die Genießer überzeugen, die sich beim Lesen dieses Texts geschüttelt haben und das Zitat von Herriot partout nicht aus dem Kopf bekommen.

## Artischocken

Wir überheblichen Menschen dichten den Tieren ja viele falsche Eigenschaften an. Den Esel zum Beispiel halten wir für dumm. Wogegen schon spricht, dass er störrisch sein kann – denn wer lässt sich schon bei klarem »Verstand« freiwillig Lasten aufpacken, die einen gar nichts angehen? So dumm kann er aber nicht sein, denn eine seiner Lieblingsfutterpflanzen ist die Distel. Und das hat er mit den Feinschmeckern auf zwei Beinen gemein. Die lieben die Artischocke wegen ihres unverwechselbaren Eigengeschmacks – und die gehört ja wohl in die Familie der Disteln.

Ich erinnere mich an eine Küchenpleite mit Artischocken, weil mir