

KOCHSCHULE

KOCHBUCH

Vongole - Lieblingsmuschel der Italiener

Ein Klassiker, der nach Urlaub schmeckt - das sind Spaghetti Vongole. Viel braucht es nicht für das Gericht, das an den letzten Urlaub in Italien erinnert, verspricht Spitzenkoch Hans Jörg Bachmeier. Dazu ein Salat aus Tomaten, Melonen und Pfirsichen. Schon glaubt man, das Meeresrauschen zu hören. Ganz nebenbei gibt der Profi auch noch Tipps, was man beim Nudelkochen alles beachten muss.

VON STEPHANIE EBNER

München - Spaghetti. Das ist Italien. Und wer sich am Meer aufhält, bekommt sie mit den kleinen Venusmuscheln serviert. Am liebsten in einer Strandbar. Hans Jörg Bachmeier holt uns das Urlaubsgefühl an den heimischen Esstisch. Ein perfektes Gericht sozusagen, um vom nächsten Urlaub zu träumen. Bachmeier weiß aus Italien zu berichten: „An den Sandstränden der Adria findet man reichlich kleine Venusmuscheln, die gesammelt und für dieses Gericht verwendet werden.“ Große Mengen aus der Lagune von Venedig würden auch auf dem Fischmarkt in Chioggia umgeschlagen und von dort aus exportiert.

Die Venusmuscheln müssen frisch sein

Wer Spaghetti Vongole kocht, muss ganz klar auf gute Ware achten. „Die Muscheln müssen frisch sein“, betont Bachmeier. Wobei die alte Regel, nur Muscheln in Monaten mit einem „R“ im Namen, nicht mehr gelte. Allein wegen der garantierten Kühlkette kommen Muscheln mittlerweile auch in den warmen Sommermonaten auch hierzulande frisch auf den Tisch. Grundsätzlich gilt jedoch nach wie vor die Regel: „Alle Muscheln, die sich beim Kochen nicht öffnen, entsorgen und nicht gewaltsam aufbrechen.“ Wichtig ist - gerade bei diesem Gericht - ein gutes, kräftiges Olivenöl. Und natürlich etwas Schärfe in Form von Chiliflocken oder einer Chilischote. Wobei Hans Jörg Bachmeier die frische Chili bevorzugt, „ich schneide allerdings immer die Plazenta und die Kerne raus“. Noch einen Schuss Weißwein und frische, gehackte Petersilie - mehr braucht es nicht. Bachmeiers Tipp: Das Essen nicht mit zu vielen unterschiedlichen Geschmäckern überladen.

Weil man sich bei Spaghetti Vongole auf wenige Zutaten konzentriert, ist es zudem wichtig, Pasta mit einer möglichst rauen Oberfläche zu verwenden, damit der Saft der Muscheln gut haften bleibt. Bachmeiers Rat: „Am besten greift man für dieses Essen zu Pasta di Gragnano.“ Das ist eine Nudelsorte, die nur in Kampanien hergestellt wird.

Dazu passt ein Salat. Bachmeier greift zu Wassermelone, Pfirsichen und Tomaten. „Die Tomaten sollen möglichst unterschiedlich sein.“ Das macht nicht nur den Salat bunt, es verleiht ihm so auch unterschiedliche Geschmäcker. Jede Tomate schmeckt anders.

KOCHSCHULE

Ab in den Urlaub - zumindest auf dem Teller. Bei der nächsten Kochschule am **Montag, 29. Juli**, verrät uns Spitzenkoch Hans Jörg Bachmeier weitere Tipps und Tricks aus der mediterranen Küche. Wer dabei sein möchte, schreibt eine Mail an Gastro@merkur.de. Wie immer entscheidet das Los über die Teilnahme. Viel Glück.



Tipps und Tricks verrät Spitzenkoch Hans Jörg Bachmeier bei der Leserkochschule. Diesmal kocht er die Leser nach Italien. Mit einem Originalrezept von Spaghetti Vongole.



Die Zutaten sind bunt für Spaghetti und Sommersalat.



Rote und grüne Farben: So kocht man italienische Küche.



Schaut nicht nur toll aus, sondern schmeckt auch gut: Melonen-Salat mit Spaghetti Vongole.



Frischer Pfeffer rundet den Geschmack ab.



Al dente: Achtung, die Nudeln dürfen nicht zu weich gekocht werden.

Das schmeckt nach Sommer: Spaghetti Vongole

Zutaten für Spaghetti Vongole (für 4 Personen)

- 1 kg Vongole Veraci
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie, glatt
- 0,2 l Weißwein (falls man keinen Alkohol möchte, Fisch- oder Gemüsebrühe verwenden)
- 1 Peperoncino
- 3 EL Olivenöl
- 30 g kalte Butter
- Pfeffer aus der Mühle
- Meersalz
- Olivenöl zum Beträufeln
- 500 g Spaghetti (am besten Pasta di Gragnano)

Zubereitung:

1. **Vongole** unter fließendem Wasser gründlich waschen. Kaputte oder vollständig geöffnete Muscheln entfernen.
2. **Knoblauch** und Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden.
3. **Petersilie** fein hacken. Peperoncino halbieren, Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden.
4. **Nudeln kochen:** In einem gro-



Vongole ist italienisch und bedeutet Venusmuschel.



Die Chilischote sorgt für die nötige Schärfe.



Tomaten, Melone und Pfirsiche: tolle Kombi für den Salat.

ßen Topf (Verhältnis Pasta : Wasser 1:10) Wasser zum Kochen aufstellen.

5. **In einem weiteren Topf** Olivenöl und Butter erhitzen, Knoblauch, Schalotten und Peperoncino andünsten, die Muscheln dazugeben, mit Weißwein ablöschen und zugedeckt ca. 3-4 Minuten kochen lassen. Topf beiseite stellen und weitere 5 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Deckel vom Topf nehmen und die nicht geöffneten Muscheln heraussuchen und wegwerfen.

7. **Anrichten:** Petersilie begeben und Spaghetti kräftig durchschwenken. Pasta mit Pfeffer aus der Mühle würzen, bei Bedarf mit Meersalz nachschmecken. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Olivenöl beträufeln.

6. **Während die Muscheln ziehen,**

das kochende Wasser kräftig salzen und die Spaghetti darin al dente kochen. Abschütten und die Spaghetti zu den Muscheln geben. Spaghetti zusammen mit den Muscheln nochmal köcheln lassen, bis sich der Sud um die Spaghetti gelegt hat.

- Bunter Sommersalat**
- 2 kleine Bund Rucola
 - 2 reife weiße Pfirsiche
 - ¼ Wassermelone
 - 4 Stück bunte Tomaten (z. B. gelb, grün, rot, orange)

- für das Dressing:
- 4 EL Condimento di Balsamico oder anderer milder Essig
 - 8 EL bestes Olivenöl
 - Salz
 - Pfeffer aus der Mühle
 - Olivenöl zum Beträufeln
- Zubereitung:**
1. **Rucola waschen** und schleudern.

2. **Pfirsiche** kurz waschen und trocken reiben. Wer die Pfirsiche geschält möchte, kurz in kochendes Wasser halten, dann sofort in Eiswasser legen. Dann lässt sich die Haut einfach abziehen.
3. **Pfirsiche, Wassermelone und Tomaten** in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Alles in eine Schüssel geben, Olivenöl und Essig dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Für ca. 15 Minuten temperieren lassen, bei Bedarf nochmals nachschmecken, auf Tellern verteilen. Den Rucola locker darüberlegen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Gut zu wissen: Nudeln zu kochen, gehört zu den einfachsten Aufgaben in der Küche. Soll die Pasta perfekt werden, gibt es aber durchaus ein paar Punkte, die man beachten sollte. Das Verhältnis Nudel und Wasser sollte 1:10 sein. Nudeln immer in **kochendes Wasser** geben. Der Topf muss ausreichend groß sein. Wasser **kräftig salzen**. Nudeln nach dem Kochen **niemals kalt** abschrecken.



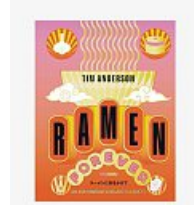
Ungewöhnlich, aber köstlich: ein Salat aus Melonen, Tomaten und Pfirsichen. Dazu passt Rucola.



Pasta di Gragnano eignen sich besonders für dieses Gericht.



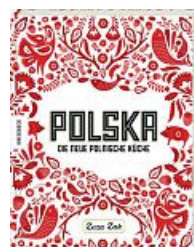
Begeisterung am Herd: die Leser der Kochschule. Sie sind besonders auf die wilde Mischung des Salats neugierig.



Ramen - 90 Rezepte

Kochbücher über Ramen gibt es mittlerweile beinahe so viele wie Sand am Meer. Wen wundert's? Sind Ramen längst als Trendfood vom fernen Japan herübergeschwappt nach Europa. Warum also ausgerechnet zu diesem Ramen-Kochbuch greifen? Ganz einfach. Weil es von Anfang an erklärt, wie ein Ramen-Gericht funktioniert. In seinem neuen Buch zeigt Tim Anderson, wie köstliche hausgemachte Ramen zubereitet werden und wie man sie zu Hause genießen kann. Das Buch funktioniert wie ein praktischer Baukasten und ist in 5 logische Abschnitte unterteilt - wie eben eine Ramen-Suppe funktioniert: Brühe, Tare, Nudeln, aromatische Öle und Fette sowie Toppings. Mit diesen Bausteinen kann man sich seine eigenen Ramen ganz nach Geschmack zusammenstellen. Es gibt darüber hinaus ein Ramen-Manifest, das die Grundsätze guter Ramen erklärt. Außerdem gibt es detaillierte Bild-Anleitungen für das perfekt gekochte Ei, eine Tabelle mit Nudelmerkmalen und viele andere Tipps und Tricks. Eine Rezept-Sammlung, die sich für Anfänger und Gelegenheitsköche genauso eignet wie für echte Nudel-Nerds. Das Ramen-Universum scheint unendlich.

Ramen Forever. 90 japanische Soulfood-Rezepte. Tim Anderson. Erschienen im Südwest-Verlag, 224 Seiten. 130 Farbfotos. 35 Euro.



Polska - neue polnische Küche

Eine Küche zu verstehen, heißt eine Kultur zu verstehen. Eine Kultur wiederum versteht man nur, wenn man sich auf die Seele einer Nation einlässt. Wer die polnische Küche verstehen will, sollte wissen, dass das Wort „Polen“ sich vom slawischen „pole“ ableitet, das so viel bedeutet wie Feld. Zuzak wirft in diesem stimmungsvoll gestalteten Kochbuch einen neuen, frischen Blick auf die polnische Küche. In einer Mischung aus traditionellen Gerichten sowie zeitgemäßen Neuinterpretationen präsentiert sie Rezepte für Snacks und Suppen, Gemüse und Teigwaren bis hin zu Fisch- oder Fleischgerichten und Desserts (was in Polen übrigens gleichbedeutend mit Kuchen ist) - von klassischer Borschtsch über Pierogi mit süßen oder herzhaften Füllungen bis zu einer sommerlichen Wildkirchenschensuppe oder einem pikanten Cocktail. Dabei stellt sie die polnische Küche auch in den Kontext zu Geschichte und Geografie des Landes und zeigt, welchen Einflüssen die Küche Polens im Laufe der Zeit ausgesetzt war. Eine Liebeserklärung an Land, Leute und die Küche Polens. Mehr als nur ein klassisches Rezeptbuch, das nicht nur Polen-Reisende gerne in die Hand nehmen.

Polska. Die neue polnische Küche. Zuzak. Erschienen im Knesebeck Verlag. 32 Euro. 256 Seiten. 200 Abbildungen.