

KOCHEN DAHEIM

So wird Ostern trotz allem ein Fest

Ostern daheim. Wie die vergangenen Wochen auch, verbringen wir Ostern heuer daheim. Doch aus dem großen Brunch mit der ganzen Familie wird diesmal nichts. Heuer müssen wir im kleinsten Kreis feiern. Die beiden Spitzenköche Hans Jörg Bachmeier und Bobby Bräuer haben für uns ein Menü zusammengestellt.

VON STEPHANIE EBNER

Ostern ohne Lamm – undenkbar. Ob gebacken oder geschmort, das Osterlamm gehört zum christlichen Osterfest. Entstanden ist das Osterlamm übrigens aus dem Ritual der Juden, zum Passahfest ein Lamm zu schlachten und zu verspeisen, erklärt der gebürtige Niederbayer. Das Lamm stehe für das Gedenken an Gott. „Deshalb darf ein Lamm auch in diesem Jahr nicht zu Ostern fehlen“, ist Hans Jörg Bachmeier überzeugt. Denn Lamm werde auch als Zeichen des Lebens verstanden – „und gerade das passt in die jetzige Zeit“, ist der Küchenchef vom „Blauen Bock“ in München überzeugt.

Wichtiger als sonst ist in diesem Jahr die Planung des Ostermenüs – „nicht erst auf den letzten Drücker einkaufen“, mahnt Bachmeier, allein um unnötige Leutensammlungen in den Geschäften zu vermeiden. Lamm gibt es jetzt bei vielen Hofläden, beim Metzger und auch tiefgefroren im Supermarkt. Das gelte auch für die Forelle, die Sterne-Koch Bobby Bräuer in Pergament schmort.

Die beiden befreundeten Köche wollten eigentlich bei der Leser-Kochschule ihre Tricks verraten. Doch daraus wurde aus bekannten Gründen nichts. Auch Bachmeier und Bräuer sind zuzusagen wie Millionen andere Menschen auch im Homeoffice und kochen am heimischen Herd.

„Gerade jetzt ist es wichtig, dass wir uns gesund ernähren“, sagt Hans Jörg Bachmeier und greift ganz bewusst beim Ostermenü zum Spargel, dem Frühlingsboten schlechthin. „Spargel enthält nur wenige Kalorien, steckt aber voller Mineralien und Vitamine. Egal ob grün oder weiß, beide Sorten sind sehr gesund.“

Bobby Bräuer ist es wichtig, dass man sich beim Nachkochen nicht sklavisch an das Rezept hält – „man darf sich nicht verrückt machen, wenn man ein bestimmtes Kraut jetzt nicht bekommt.“

Wie bei so vielen Menschen feiern die beiden Köche heuer Ostern nicht mit der Familie, sondern bleiben daheim. Weil Bobby Bräuers Schwiegereltern in der Nähe wohnen, wird er zu Ostern für sie kochen und das Essen vorbeibringen. „Das mache ich seit der Ausgangsbeschränkung eh schon jeden Tag.“ Lachend fügt er am Telefon hinzu: „Die Schwiegereltern könnten sich dran gewöhnen.“

Weil sein „Esszimmer“ in der BMW-Welt derzeit geschlossen ist, hat der Sternekoch viel Zeit zu Hause zu kochen und sich neue Rezepturen auszudenken. Auch die Wohnung ist bereits von seiner Frau Stephanie österlich geschmückt. „Wir machen das beste draus.“

Ostern ist für Bobby Bräuer ein Familienfest. Als Kind ist er immer zum Eiersuchen nach Hellabrunn gefahren, „damals war allerdings noch



Diesmal steht Hans Jörg Bachmeier nicht in seiner Profiküche im „Blauen Bock“, sondern daheim am Herd (Foto links). Zusammen mit seiner Frau Floriane kocht er zu Ostern ein Lamm. Dazu gibt es frischen Spargel und Artischocken. Auch Sterne-Koch Bobby Bräuer ist zurzeit zu Hause im Einsatz (Foto unten links). Seine Forelle ist ganz einfach zuzubereiten. Da bleibt ihm genügend Zeit, die Wohnung zusammen mit seiner Frau Stephanie österlich zu dekorieren. So wird Ostern daheim trotz der widrigen Umstände ein Fest.

FOTOS: BACHMEIER/BRÄUER



Das schmeckt in der Osterzeit: Bachforelle in Pergament und Lammhaxerl mit Spargel

Vorspeise:**Bachforelle im Pergament gegart**

- 1 Seeforelle, circa 600 g, ausgenommen, gesäubert
- 1 großer Bogen Pergamentpapier (es geht auch mit Backpapier)
- 20 g Butter
- 1 Champignon, geschält, blättrig geschnitten
- ½ Zitrone, geschält, würfelig geschnitten
- 1 Zweig Thymian
- 0,2 dl Weißwein Salz

für das Gemüse:

- 2 Stangen weißer Spargel, geschält, holziges Ende abgeschnitten, schräg in etwa 3 cm lange Stücke geschnitten
- 2 Stangen grüner Spargel, geschält, holziges Ende abgeschnitten, schräg in etwa 3 cm lange Stücke geschnitten
- 1 Schalotte, fein gewürfelt
- 100 g frischer Blattspinat, geputzt, grob geschnitten
- 30 g Butter
- Saft einer halben Zitrone
- Mineralwasser
- Salz, Zucker, Muskatnuss

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Das Pergamentpapier buttern (ca. 3 mal so viel Fläche wie der Fisch).
3. Die Forelle beidseitig 3 mal schräg einritzen (hinter dem Kopf, mittig und vor der Schwanzfeder). Die Forelle außen und innen salzen und mit den Champignonscheiben, den Zitronenwürfeln und dem Thymian füllen.
4. Dann den Fisch auf das gebutterte Pergament setzen, etwas Weißwein angießen. Dann das Pergament einmal über den Fisch klappen und von einer Seite beginnend eng zusammenfalten. Die Enden einfalten.
5. Den Fisch auf ein Backblech legen und im Backofen bei 180 Grad (Ober-Unterhitze, kein Umluft) circa 15 Minuten garen.
6. Während die Forelle im Ofen ist, das

Gemüse zubereiten. 2 g der Butter in einer Pfanne schmelzen lassen, die Schalotten darin glasig dünsten und anschließend zuerst den weißen Spargel eingeben. Salzen und zuckern, mit etwas Mineralwasser ablöschen und für 2 Minuten garen lassen. Den grünen Spargel zufügen und nochmals für 2 Minuten garen. Die Flüssigkeit sollte jetzt stark reduziert sein. Zum Schluss das Spargelragout mit der verbleibenden Butter binden und den Spinat unterheben. Nur kurz mitgaren. Alles mit Zitronensaft und geriebener Muskatnuss abschmecken.

Fisch im Pergament gegart mit Spargel. Noch im Pergament mit etwas Spargel belegen. So kann man die Forelle attraktiv servieren.

Dazu passt hervorragend ein frischer Kopfsalat mit Sauerahm-Dressing und gehackter Roter Bete

Bobby Bräuers Tipp: als Vorspeise für 4 Personen geeignet oder alternativ als Hauptspeise für 2 Personen, beispielsweise für **Karfreitag**.

Wein-Empfehlung: Zu diesem Gericht passt perfekt ein Sauvignon Blanc. Zum Beispiel: 2017 Fass 500 Weingut Stahl, Franken.

Hauptspeise: Lammhaxerl

- 4 küchenfertige Lammhaxen
- 2-3 EL Olivenöl
- 20 g Butter
- 100 g weiße Zwiebeln
- 1 mittelgroße Karotte
- 2 Stangen Staudensellerie
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Zucker

- 0,1 l Rotwein
- 1 EL Mehl
- 2 frische Tomaten
- 1 Bouquet garni (Je ein Zweig Rosmarin, Thymian, Petersilie und 1 Lorbeerblatt)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleine Dose geschälte Tomaten
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

für das Gemüse:

- 12 Carciofo Spinoso (Stachelige Sardische Artischocken)
- Zitronenwasser (1 Zitrone halbiert, ausgedrückt in einen Liter kaltes Wasser legen)
- 2 Schalotten
- 1 EL Butter
- 1 EL Olivenöl
- 12 Kirschtomaten
- 0,1 l Weißwein
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 1 Zitronenzeste

- 8 Stangen grüner Spargel
- ½ Zitrone
- Salz und Zucker nach Geschmack

zur Garnitur:

- 4 Rosmarinzwige
- 4 Thymianzwige

Zubereitung:

1. Die Lammhaxerl mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Topf Olivenöl und Butter hell aufschäumen lassen, die Haxen einlegen und von allen Seiten braun anbraten. Haxerl aus dem Topf nehmen.
2. Staudensellerie, Karotten und Zwiebel in walnussgroße Stücke schneiden, in den Topf geben und anrösten. Knoblauch dazugeben, mit Tomatenmark und Zucker karamellisieren und mit Rotwein ablöschen. Flüssigkeit ganz einkochen lassen. Topfinhalt mit Mehl bestäuben und unter mehrma-

ligem Umrühren etwa 2 Minuten goldbraun werden lassen. Die Lammhaxen einlegen und diese mehrmals wenden. Tomaten in Würfel schneiden und zu den Haxen geben. Dosen-tomaten zugeben und die Haxen knapp mit Wasser bedecken. Bouquet garni dazugeben, einmal aufkochen lassen, mit einem Deckel abdecken und bei geringer Temperatur ganz behutsam ca. 1 ½ Stunden fertig garen.

3. Für das Gemüse die Artischocken vorsichtig putzen (Stacheln!), in Zitronenwasser legen. Danach halbieren, vierteln und mit einem scharfen Messer das Heu rauskratzen. Schalotten schälen und in Streifen schneiden. In einer Pfanne Butter und Olivenöl aufschäumen, Artischockenviertel aus dem Wasser nehmen, auf einem Küchentrepp abtrocknen. In dem Olivenöl-Buttergemisch anschwitzen, Schalotten dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kirschtomaten im Ganzen zu den Artischocken geben. Mit Weißwein ablöschen und die Artischocken zugedeckt bissfest garen. Grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen. In einem Topf Wasser aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Zitrone abschmecken. Spargel einlegen und bissfest kochen. Aus dem Wasser nehmen und in kaltem Wasser kurz abschrecken. Der Spargel sollte nicht zu kalt sein. Spargel dritteln und zu den Artischocken geben.

4. Anrichten: Lammhaxerl aus dem Schmorfond nehmen. Sauce durch ein Sieb passieren, bei Bedarf nachschmecken. Artischocken-Spargelgemüse auf einem Teller anrichten, Lammhaxerl daneben stellen und mit der Sauce übergießen. In die Knochenöffnung jeweils einen Thymian- und Rosmarinzwig stecken und servieren.

Wein-Empfehlung: Rosi Schusters „Reserve“ ist eine Cuvée aus den traditionellen „K&K“ Rebsorten Blaufränkisch und St. Laurent. Im Stil ist der Wein frisch, engmaschig und strukturiert. Perfekt zu Lamm und Tomaten.

Lamm ist zu Ostern ein Klassiker.

nicht so viel los wie jetzt“.

Bei Hans Jörg Bachmeier, der in Niederbayern in einem Gastronomie-Betrieb auf-

wachsen ist, herrschte zu Ostern immer Hochbetrieb. „Mich haben sie als Bub zum Eiersuchen in den Garten ge-

schenkt, da war ich beschäftigt.“

Heuer aber gilt für die Köche und den Rest: Das Ge-

meinsame wird sich auf Videotelefonate und digitales Frohes-Ostern-Wünschen beschränken. #daombleiben

(am eigenen Herd) ist angesagt. Ostern einmal ganz anders, aber kulinarisch dennoch ein Fest.

Hefe selbst gemacht: So verwendet man sie

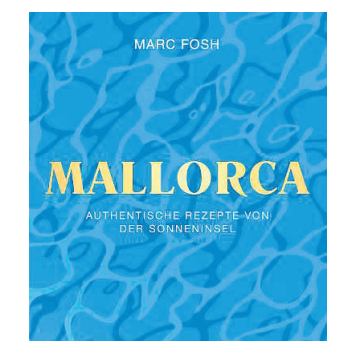
Da die Hefewürfel in vielen Läden zurzeit ausverkauft sind, kann man Hefe auch gut selbst aus Wasser, Zucker und Trockenfrüchten machen (wir berichteten). Wird die Hefe zum Backen verwendet, entfernt man vorher die Trockenfrüchte aus der Flüssigkeit. Nach gut einer Woche ist die angesetzte Hefe fertig, jetzt kann man sie für jedes Heferezept verwenden. Was man dabei beachten sollte:

- Wird die Hefe zum Backen verwendet, entfernt man vorher die Trockenfrüchte.
- Die Flüssigkeit im Rezept durch das Hefewasser ersetzen. Das Hefewasser vor Gebrauch kräftig durchschütteln. Dadurch verteilt sich die Hefe vom Boden.
- Die selbst gemachte Hefe hat eine geringere Triebkraft als industrielle Hefe. Daher sollte man den Teig länger gehen lassen.
- Die sogenannte Wildhefe ist vor allem für Rezepte geeignet, die einen Vorteig nutzen und mehrere Gezeiten einplanen – etwa bei einem Hefezopf.
- Will man die wilde Hefe erneut vermehren, verwendet man nur einen Teil des angesetzten Hefewassers und lässt 200 Milliliter im Gefäß zurück. 2 frische Trockenfrüchte (nicht geschwefelt) dazugeben sowie einen Esslöffel Zucker. Mit lauwarmem Wasser wieder auffüllen und Gefäß fest verschließen. Das Hefewasser an einen warmen Ort stellen und wieder zweimal täglich kräftig durchschütteln. Da bereits Hefe-Anteile im Wasser sind, geht der Gärprozess diesmal schneller.

KOCHBUCH

Mallorca – Rezepte von der Sonneninsel

Wer an Mallorca denkt, träumt von sonnigen Buchten, angenehmem Klima und vor allem auch von fantastischer Küche. Beim Träumen wird es in diesem Frühjahr auch bleiben – und so holen wir uns die mallorquinische Küche nach Hause. Hilft ja nichts. Marc Fosh nimmt uns mit auf eine Reise durch die Geschmäcker und Aromen der Insel. Inspi-



riert von mediterranen Zutaten bietet er über 100 Rezepte – darunter Klassiker wie der Reiseintopf Arroz brut oder Schweinerücken mit Sobrasada. Aber auch Gerichte für besondere Anlässe wie die Gelbe Gazpacho mit Räucherlachs oder die Salzzitronencreme mit Pistazien finden sich in dem Buch. Zum Glück sind die meisten Zutaten auch hierzulande gut zu bekommen. Wer damit kocht, geht mit dem Gaumen auf Reisen und holt sich den Frühsommer ins eigene Heim. Genau das Richtige für dieses Jahr.

Mallorca. Authentische Rezepte von der Sonneninsel. Erschienen im Südwest Verlag, 274 Seiten, 30 Euro.