

# Völlig normal und doch speziell

**Hier kochen Leute wie du und ich: Das Kochbuch «Salz & The City» blickt in die Töpfe urbaner Schweizer.**

VON HANS GRABER

Der kleine Makel vieler Kochbücher ist ihre Perfektion: Herausgeputzte Profis, die alles können, hantieren in Küchen, in denen es an nichts mangelt, und bereiten Gerichte zu, die vollendet zubereitet sind und durchgestylt fotografiert werden.

Dass es möglich ist, Kochbücher zu machen, die der Lebensrealität der meisten Benutzerinnen und Benutzer näherkommen und optisch gleichwohl nicht abfallen, zeigt der erfrischende Band «Salt & The City – Kochen für

Freunde». Hier stehen Leute wie du und ich am Herd, in Küchen, wie du und ich sie haben. Und sie kochen prima. Der Titel «Salt & The City» ist eine Anspielung auf die TV-Serie «Sex & The City», was durchaus sinnvoll ist, weil das Buch Geschichten erzählt und Lust macht. Lust auf Kochen, Lust auf Essen.

«Salt & The City» versammelt rund 80 Rezepte aus der Internetplattform [www.waskochen.ch](http://www.waskochen.ch). Diese wurde 2002 von der Journalistin Esther Kern (40) ins Leben gerufen. Die Grundfrage: Um sechs im Büro, um acht steht der Besuch vor der Tür. Was kochen?

Nun, zur Vorspeise vielleicht einen Spargelsalat mit Ingwer oder einen Sparsensalat mit Himbeeren und Schafkäse, danach ein frisches thailändisches Gemüsecurry oder Bündner Bire-Ravioli, es könnte aber auch ein gefülltes Mistkratzerli oder ein Zander mit Vanilleöl auf Kartoffel-Sellerie-Püree sein. Und zum Dessert eine italienische Zitronentarte oder ein Weisswein-Zabaione.

All diese Rezepte und Hunderte weitere dazu haben in den vergangenen acht Jahren die Userinnen und User von [waskochen.ch](http://www.waskochen.ch) beigetragen. Woche für Woche wird ein Rezept ausgesucht, und ein Kamerateam besucht den Ideenlieferanten zu Hause in dessen Küche. Für die im Internet zu sehenden Filme sind mit Corina Schwingruber und David Röhliberger regelmässig Luzerner Videojournalisten im Einsatz.

## Viel Luzernisches

Innerschweizer Akzente gibt es auch im Buch: Zwei der acht speziellen User-Porträts sind Luzerner Leuten gewidmet. Zum einen dem als Musiker (Meyer, Count Gabba) bekannten Tobias Gaberthuel, der einen Häfeli-Chabis zubereitet. Zum anderen Vreni Stadelmann, auch sie Musikerin (Sängerin von made in mind), die einen Poulet-Krapfen mit Dörrpflaumen aufischt. Aus Rothenburg stammt Dina Mazzotti, die ein Rezept für Baby-Artischocken mit reichlich Knoblauch anpreist. Muriel Meyer und Andreas Glarner sind nach Zürich exilierte Luzerner, und sie erfreuen mit dem Dessert Zwetschgen-Bonbon mit Vanillesauce.

[waskochen.ch](http://www.waskochen.ch) ist vorab gedacht «für urbane Leute», wie Esther Kern sagt, wobei der etwas diffuse Begriff «urban» niemanden ausgrenzen soll. Das Durchschnittsalter der «Community» liegt zwischen 30 und 40 Jahren. Mit dem soeben erschienenen Buch kann man nun auch



Die Luzerner Sängerin und Hobbyköchin Vreni Stadelmann beim Zurechtlegen der Schinkenbraten für ihre Poulet-Krapfen. ZVG

ein neues und noch breiteres Publikum anzusprechen.

Es lohnt sich, nicht bloss, um eher Unbekanntes und Exotisches kennen zu lernen: einen burmesischen Tomatensalat zum Beispiel oder Zucchini Arabian Style. Dazu aber gibts auch Naheliegenderes (Schwäbischer Zwiebelkuchen)

und typisch Schweizerisches wie Hackbraten/Hacktätschli, Bündner Gerstensuppe oder Älplermagronen «Hinterzi» (zuerst andünsten, dann Flüssigkeit dazu). Aber ob «hinterzi» oder «vürderzi», alles ist alltagserprobt, alles ist Schritt für Schritt erklärt sowie reich und sehr stimmig bebildert. Was kochen? Das!

## ZUM BEISPIEL

### Rezepte von Luzernern

#### Häfeli-Chabis von Tobias Gaberthuel

● **Zutaten für 4 Personen:** 600 g Lammgigot (in Würfeln, davon 300 g mit Knochen, falls vorhanden) 300 g Schweinsvosses, 1 grosse Zwiebel, 1 kg Weisskohl, 1 Knoblauchzehe, 6 grosse festkochende Kartoffeln, 2 EL Bratbutter, Salz, Pfeffer.

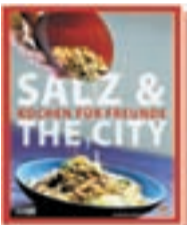
● **Zubereitung:** Knoblauch und Zwiebel fein würfeln. Weisskohl halbieren, Strunk keilförmig heraus schneiden, Kohlhälften in breite Streifen schneiden. Bratbutter im Bräter erhitzen, Lammgigot und Schweinsvosses darin kräftig anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und zur Seite stellen. Zwiebeln im Bräter andünsten, dann Knoblauch kurz mitdünsten, Weisskohl zugeben und mitdünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch wieder zugeben, den Eintopf bei schwacher Hitze zugedeckt mindestens 1 Stunde (besser 2 bis 3) köcheln, eventuell brauchts noch ein wenig Wasser. 40 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen und vierteln, auf dem Kohl weichgaren. **Tipp:** Aufgewärmt am Tag danach schmeckts noch viel besser!

#### Poulet-Krapfen von Vreni Stadelmann

● **Zutaten für 4 Personen:** 4 Pouletbrüstchen, 2 Blätterteige (je 25 x 42 cm), 8 Schinkenbraten 24 getrocknete Pflaumen, 1 Ei, Salz, Pfeffer. **Zubereitung:** Backofen auf 180 Grad vorheizen. Pouletbrüstchen halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Blätterteig auslegen, 8 Quadrate schneiden. Je eine Schinkenbraten und eine halbe Pouletbrust drauflegen. Je 3 Pflaumen auf das Pouletfleisch legen. Blätterteig einschlagen zu geschlossenen Päckchen; den Rand gut zudrücken. Eigelb verquirlen und Teig bestreichen. Die Krapfen 30 Minuten im Ofen backen. Dazu passt ein knackiger Salat.

## LESERAKTION

### Gewinnen Sie das Kochbuch



Wir verlosen drei Bücher «Salt & The City» im Wert von je Fr. 44.90. Wählen Sie bis am Ostersdienstag, 6. April, 24 Uhr, die

**Telefonnummer 0901 83 30 25** (1 Fr. pro Anruf), oder nehmen Sie unter der Homepage [www.zisch.ch/wettbewerbe](http://www.zisch.ch/wettbewerbe) an der Verlosung teil. Viel Glück.

#### HINWEIS

► Die Gewinnerinnen der Verlosung (Annamarie Wildeisen, «Expressküche») vom letzten Sonntag: Rita Bucher, Kerns. Emelita Heinrich, Oberägeri. Josephine Stalder, Kriens. ◀

Fortsetzung von Seite 41

### «Was man sagt, muss sitzen»

In «Grounding», dem Swissair-Untergangsfilm, verkörpern Sie vor vier Jahren Mario Corti. Haben Sie ihn je persönlich kennen gelernt?

**Müller-Drossaart:** Ja, das war am Rande seiner Gerichtsverhandlung, kurz vor seinem Freispruch. Da erzählte er mir, dass er kürzlich auf einem Rückflug nach Boston ständig von einem Mann beobachtet wurde. Nach der Landung habe er den Mann dann kurz angehalten und zu ihm gesagt: «Sagen Sie mal, möchten Sie mich etwas fragen?» «Nein», habe der Mann geantwortet, «aber ich möchte Ihnen sagen, dass Sie den Herrn Corti ausgezeichnet gespielt haben in dem Film.»

Wurden oder werden Sie noch oft als Mario Corti angesprochen?

**Müller-Drossaart:** Ab und an schon noch. Öfter aber auf meine Rollen in unterhaltsamen und populären Sachen wie «Cannabis», «Die Herbstzeitlosen» oder die TV-Serie «Lüthi und Blanc».

Wollten Sie nie einen anderen, «richtigen» Beruf ergreifen?

**Müller-Drossaart:** Ja. Zuerst wollte ich, vor allem um meiner Mutter zu gefallen, Pfarrer werden. Als dann ein Pfarrer mal einen Zusammenbruch in der Kirche erlitt, schwenkte ich um auf Frauenarzt, fand dann aber andere Wege, um dem weiblichen Geschlecht näher zu kommen.

Wie wurden Sie dann Schauspieler?

**Müller-Drossaart:** Mit 17 Jahren stand ich am Kollegium Sarnen zum ersten Mal auf den Brettern, die mir heute noch so viel Welt bedeuten! Der damalige Leiter der Schulbühne, Pater Sigisbert Frick, hat mir sozusagen die Welt des Theaters eröffnet, wofür ich ihm sehr dankbar bin.



«Zuerst wollte ich, vor allem, um meiner Mutter zu gefallen, Pfarrer werden.»

BILD ANDRÉ HÄFLIGER

Was machen Sie, wenn Sie nicht auf der Bühne oder vor der Kamera stehen?

**Müller-Drossaart:** Alles, was ein normaler Mensch auch tut. Einkaufen, Wäsche aufhängen, mit den Kindern Hausaufgaben erledigen, Gartenmauern reparieren, Bücher lesen, das Büro aufräumen, mailen und kochen. Mit meiner Mozzarella-Lasagne komme ich bei der ganzen Familie immer sehr gut an.

Familie, das heisst?

**Müller-Drossaart:** Ich bin seit zehn

Jahren mit Franziska verheiratet. Unsere Tochter ist zehn Jahre alt und heisst Daphne, griechisch für Lorbeer. Unser Sohn heisst Livius wie der römische Geschichtsschreiber und ist fünf Jahre alt.

Wo stehen Sie, und was machen Sie in zehn Jahren, wenn Sie das Pensionsalter erreichen?

**Müller-Drossaart:** Bis dann werde ich hoffentlich noch ein Paar Programme und Filme gemacht haben. Und ich wünsche mir, dass ich dann etwas mehr Zeit für mich und mein Leben frei geschaufelt haben werde. In Pension möchte ich mit 65 aber nicht gehen, sondern gerne noch weiter tätig sein.

Wie beurteilen Sie das kulturelle Leben im Herzen der Schweiz?

**Müller-Drossaart:** Die Innerschweizer Kultur hat zweifelsohne einen sehr guten Ruf. Sie ist sehr innovativ und vielfältig. Ich denke da an den grossartigen Akkordeonisten Marcel Ötiker, an die zahlreichen Ob- und Nidwaldner Formationen, die ganz schräge, tolle Volksmusik machen, oder an den im positiven Sinne verrückten Obwaldner Filmemacher Luke Gasser. Die Kultur in der Zentralschweiz verleugnet sich nicht, ist aber absolut nach aussen geöffnet, also weltoffen.

Sie sind in Sarnen geboren. Wie lange lebten Sie in der Zentralschweiz? Was ist Ihnen noch präsent aus dieser Zeit?

**Müller-Drossaart:** Ja, ich bin in Sarnen geboren. In den Sechzigerjahren hatte mein Vater, der Plättlileger war, keine Arbeit, und wir zügelten deshalb nach Erstfeld in den Kanton Uri, wo ich die Primarschule absolvierte. Im Eisenbahnerdorf träumte ich nie davon, Lokführer zu werden. Und alle hatten eine «Märklin»-Eisenbahn – nur ich nicht. Fürs Gymnasium kehrte ich wieder zurück nach Sarnen, und dann ging es – via Gebirgsinfanterie – direkt nach Zürich. Im Ausland lebte ich zwei Jahre in Wien, wo ich am Burgtheater spielte.

Zum Schluss: Können Sie unserer Leserschaft noch sagen, ob sie beim «Eiertütchen» die stumpfe oder spitze Seite bevorzugen sollen?

**Müller-Drossaart:** Da gehe ich ganz taktisch vor und entscheide mich immer erst ganz kurzfristig, nämlich dann, wenn ich sehe, welche Eierseite mir mein Gegenüber hinhält.

#### HINWEIS

► Hanspeter Müller-Drossaart tritt mit seinem neuen Programm am 10. April in Sursee, am 17. April in Altdorf und am 29. April in Zug auf. Infos: [www.unter-anderem.ch](http://www.unter-anderem.ch) ◀

## ZUR PERSON

### Gebürtiger Sarnen

Hanspeter Müller-Drossaart wurde am 21. September 1955 in Sarnen geboren. Nach seiner Ausbildung zum Schauspieler und Theaterpädagogen an der Akademie in Zürich war er Ensemble-Mitglied beim Theater am Neumarkt Zürich, am Schauspielhaus Zürich sowie am Wiener Burgtheater. Bekannt wurde Müller-Drossaart in populären Schweizer Filmen wie «Sternenberg», «Grounding», «Cannabis», «Die Herbstzeitlosen» und «Marmorera» – oder auch in der TV-Soap «Lüthi und Blanc». Müller-Drossaart ist verheiratet, hat zwei Kinder und lebt im zürcherischen Dietikon. ah