

Blickwinkel

# WAS KOCHTE ICH HEUTE?



*Amanda Theiler ist Gastgeberin im Restaurant «Landhus» in Almens.*

Wer regelmässig kocht, kennt uninspirierte Phasen mit den immergleichen Gerichten. Langweilig. Auch in der Planung fürs Restaurant fehlt uns oft die Musse, stundenlang Kochbücher zu wälzen, um auf neue Ideen zu kommen. Mittlerweile habe ich andere, erfolgreichere Strategien entwickelt. Die spannendste, aber auch aufwendigste: einen Themenabend ausschreiben, und los gehts mit Recherchieren und Ausprobieren. Der Zeitdruck hilft und die täglichen Mitarbeiteressen sind ideales Trainingsterrain. Aktuell befasse ich mich mit dem Thema «im Fluss» und siehe da, die Forelle flog ziemlich rasch aus dem

## Warum nicht mal nach Farbe kochen?

Menü, weil es unendlich viele andere Lebensmittel gibt, die am oder im Süsswasser gedeihen. Wasabi, Chlorella-Algen, Fischrogen, Aal, Wasserspinat, Brunnenkresse, Fleisch und Milch vom Wasserbüffel und je nach Legefrequenz sogar Enteneier. Fürs Dessert fiel mir lange nichts ein, bis das Bild eines roten Sees vor meinem inneren Auge aufpoppte: Cranberries! Für die Ernte werden die Felder geflutet und die auf dem Wasser schwimmenden Beeren abgeschöpft. Auf Reisen besorgte Rezeptbüchlein und fotografierte Menükarten verlängern zuhause die Ferien zumindest kulinarisch.

Auch wenn vielleicht nicht 100 Prozent authentisch, bringen ungewohnte Zutaten und Gewürze willkommene Abwechslung auf den Tisch. Oder mal nach Farbe kochen, zum Beispiel orange. Da fallen allen gleich ein paar Gemüse und Früchte als Grundlage für ein monochromes Menü ein. Ist eine Zutat im Kühlschrank, die dringend aufgebraucht werden muss? Im kurzweiligen Buch «Geschmacksthesaurus» von Niki Segnit eine verblüffende Kombination suchen, nachkochen und geniessen. Mein allerliebster Trick kurz vor Ladenschluss: Ausschau halten nach den roten 50-Prozent-Klebern, etwas auswählen und rundherum ein Gericht kreieren. Lebensmittel gerettet, gespart, gut gegessen.