

Wider den Zeitgeist: Mollig soll es sein



SEMPLICE ist ein Beitrag von Eberhard Spangenberg. Er ist seit 1983 Inhaber von GARIBALDI, war 1992 Gründer von Slow Food Deutschland und viele Jahre Publizist und Verleger. Es geht in SEMPLICE um kritische und kreative Gedanken zum genussvollen und bewussten Leben, um kulinarische und kulturelle Themen.

Am Anfang von SEMPLICE steht der Traum, eine Strandkneipe an der toskanischen Küste zu betreiben, vor einem Pinienwald und mit blauen Sonnenschirmen und blauen Liegestühlen. Daraus entwickelt sich ein nächster Traum, ein einfaches kleines Lokal in München mit gerade mal zwei Dutzend Gästen. Sie sitzen zum Teil an der offenen Küche, zum Teil an einem großen Tisch. Eberhard Spangenberg verwöhnt seine Gäste mit einfachen und einfachsten Gerichten aus besten Rohstoffen und mit ein paar ausgewählten Weinen. Dazu gibt es jede Menge guter Tipps und viel Kommunikation. Schließlich geht dieses Traumlokal auf Reisen, in zwei Zirkuswägen, einer mit der offenen Küche und Bar, der andere mit ein paar Tischen und Gartenmöbeln, die man überall aufstellen kann, wo interessante Menschen zusammenkommen. Am Ende steht die Erkenntnis, dass zum Träumen und zur Verwirklichung des einfachen und glücklichen Lebens Papier und Bleistift genügen, und im besten Fall auch noch ein blauer Liegestuhl. Das ist SEMPLICE.

Wie koche ich ein gutes Gulasch

In der kalten Jahreszeit, und besonders wenn ich für mehrere Leute im Voraus kochen möchte, bereite ich gerne diesen Klassiker zu. So neulich bei der Jahresinventur in unserem Betrieb. Da kommt es darauf an, dass für die Mitarbeiter in der Pause ein wärmendes, kräftiges und wohlschmeckendes Essen auf den Tisch kommt, mit dem sie die gerade beim Räumen im kalten Lager verbrauchte Energie und das beim Zählen angestrengte Hirnschmalz wieder auffrischen können.

Gulasch hat den Vorteil, dass man es zuhause schon Tage vorher in aller Ruhe gut vorbereiten kann und es dann vor Ort nur noch aufwärmen muss. Gut durchgezogen und aufgewärmt entfaltet es erst seinen ganzen Charme und wird von Mal zu Mal besser. Deshalb ist das Gulasch auch oft in Wirtshäusern besser als zuhause, weil es dort in größeren Mengen vorbereitet und dann immer wieder aufgewärmt wird.

Bei solch intensiven Gerichten kann man durch die Vorbereitung an einem anderen Ort und zu einer anderen Zeit auch ein weiteres Problem elegant umgehen. Ein zu starker Duft nach einem Gericht – sei es von Fleisch, Fisch, oder gar Kohlgerichten wie Broccoli – verdirbt regelrecht den Appetit: Riecht der ganze Raum nach Gulasch, verdirbt das die Lust und macht satt wie eine Banane.

10 Tipps für das klassische Gulasch – den Rest machen Sie mit viel Gefühl und Abschmecken!

- 1. Die solide Grundlage des klassischen Gulaschs ist die Rinderwade. Rechnen Sie pro Person mit 150 bis 200 Gramm, am besten vom Bio-Metzger und am allerbesten gut abgehangen. Dann schneidet sich das Fleisch auch leicht in Würfel. Gut salzen und pfeffern.*
- 2. Die Fleischstücke werden beim Garen auch etwas zusammenschmoren, etwa auf 80% ihres Umfangs. Zu kleine Fleischstücke sind langweilig wie Krankenhausessen. Zu große sind grob und monumental unappetitlich. Schneiden Sie das Fleisch gerade so, dass beim Essen ein Bissen knapp in den Mund passt. Der „kleine Kampf“ mit jeder Gabel macht das Essen dann spannend. Decken Sie trotzdem ein Messer mit ein, denn manche mögen's nicht so spannend.*
- 3. Als Zwiebeln sollten Sie die weißen oder auch große Gemüsezwiebeln wählen, weil sie beim Dünsten schön im Topf zerfallen und die sämige Soße bilden. Die Menge der Zwiebeln sollte etwa $\frac{3}{4}$ der Fleischmenge ausmachen.*
- 4. Zum Anbraten der Zwiebeln in einer Kasserolle*

Schweineschmalz nehmen. Das gibt den Kick. Fenster auf oder Abluft oder Belüftung auf Höchsthöhe stellen!

5. Der entscheidende Vorgang ist das Paprizieren – allein dieses österreichische Spezialwort zergeht schon auf der Zunge, wie später hoffentlich das Gulasch: Man nehme reichlich guten edelsüßen Paprika (ich empfehle den ungarischen von Tarpa, in guten Bioläden zu haben) und Tomatenmark und rühre beides in die goldgelbe, kräftig angedünstete Zwiebelmasse ein - viel umrühren und nicht anbrennen lassen! Danach löschen Sie das Ganze mit einem mit Wasser verdünnten Rotweinessig ab. Kein Balsamico!

6. Erst dann wird das Fleisch zugegeben. Nicht anbraten, sondern in der paprizierten Zwiebelmasse dünsten. Kein Deckel auf die Kasserolle! Für die erste halbe Stunde immer nur so viel Fleischbrühe zugeben, dass das Fleisch dünstet und nicht kocht. Danach können Sie etwas mehr Flüssigkeit zugeben und das Ganze in den nächsten 2 bis 3 Stunden bei kleiner Hitze köcheln lassen. Durch Zugabe von Fleischbrühe und gemäßigtes Reduzieren darauf achten, dass das Ganze am Schluss schön mollig ist. Mollig, das ist das entscheidende Wort, natürlich aus Österreich. Besser kann man ein gutes Gulasch nicht beschreiben. Mit einem guten Glas Wein stellt sich beim lustigen Gulasch-Essen auch ein molliges Gefühl ein - so gar nicht dem Zeitgeist entsprechend.

7. Der typische Gulaschgeschmack kommt durch folgende Gewürze, die Sie zugeben, sobald das Fleisch im Topf ist: Knoblauch (zerdrückt), scharfes Paprikapulver oder Peperoncino nach Gusto, Kümmel, ein wenig Thymian, Majoran. Wenn Sie frischen haben, geben sie ihn am Schluss dazu oder garnieren Sie das Gulasch damit. Etwas geriebene Zitronenschale, auch kurz vor dem Servieren zugeben, macht das Gulasch noch eine Spur feiner und spannender.

8. Wenn Sie dem Gulasch noch einen weiteren, allerletzten Kick verpassen wollen, geben Sie kurz vor dem Servieren noch das Schildkrötengewürz von Eckart Witzigmann (googeln!) zu. Aber das Gulasch schmeckt auch ohne prima.

9. Als Beilagen eignen sich: Spätzle, Semmelknödel, Eiernudeln, Salzkartoffeln. Oder einfach gutes Brot.

10. Kein Bier, auf alle Fälle Rotwein zum Gulasch! Da es sich um ein sehr würziges Gericht mit viel Charakter und „reifen“ Aromen handelt, sollte der Wein auch eine gewisse geschmackliche Fülle und Würze haben. Lagrein, Montepulciano, Valpolicella Ripasso, Primitivo und Nero d'Avola sind die bevorzugten Italiener, Zweigelt und Blaufränkisch empfehle ich, wenn Sie bei den Ursprüngen des Gulaschs in Österreich bleiben möchten, und kräftige, charaktervolle Südfranzosen sind bei diesem kräftigen Essen auch nicht zu verachten. Gerade einfache Weine passen gut zu diesem Gericht, also molto semplice.

Guten Appetit!