

Linsen mit Lauch, Kastanien und Thymian

Christina Hubbeling
kocht für Sie



Zutaten für 4 Personen
Zubereitung in zirka 50 Minuten
Einweichzeit: Etwa 2 Stunden

200 g grüne Linsen
1 Zwiebel
Zirka 2 EL Olivenöl
500 g Kastanien, geschält
(tiefgekühlt)
1 dl Weisswein
Zirka 1,5 dl Gemüsebouillon
1 Lauchstange, in Ringe geschnitten
1 Lorbeerblatt
Zimt, weisser und schwarzer
Pfeffer, Salz nach Belieben
Einige Zweige frischer Thymian

Zubereitung

Linsen gemäss Angaben auf der Verpackung einweichen, dann in ungesalzenem Wasser garen. Zwiebel hacken, in einer beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl andünsten. Kastanien dazugeben. Wein dazugiesen und vollständig einkochen lassen. Bouillon, Lauch und Lorbeerblatt zu den Kastanien geben und zirka 15-20 Minuten auf mittlerem Feuer köcheln lassen, bis die Kastanien und der Lauch gar sind. Falls nötig, mehr Bouillon dazugiesen. Lorbeerblatt entfernen, Kastanien mit Pfeffer und Zimt würzen und falls nötig salzen. Linsen mit einer Gabel unter die Kastanien mischen. Abgezupfte Thymianblätter über das Gericht streuen, und fertig ist die feine Beilage, die Vorspeise oder das Hauptgericht (Menge einfach dem Zweck anpassen).

Noch etwas in eigener Sache: Vor kurzem kam mir meine Tasche abhanden. In der Tasche befanden sich unter anderem einige Leserzuschriften. Ich möchte daher alle Leser, die ein bestimmtes Rezept bei mir nachbestellen wollten, bitten, mich nochmals zu kontaktieren, da ich die Adressen leider nicht mehr rekonstruieren kann. Vielen Dank.



Lokaltipp John Baker, Zürich

Hinter John Baker steckt ein ziemlich kreatives und heterogenes Team aus Szenis und Backprofis, auch eine Stylistin ist mit von der Partie sowie eine Maskenbildnerin und eine Ethnologin. Der Oberbäcker ist der aus dem Nachtleben bekannte Yves Spink, dem die neue Rolle besser nicht stehen könnte. Bei John Baker geht es in erster Linie um Brot, was denn sonst. Beim Anstehen (und das muss man über Mittag ziemlich lang) kann man die jungen, hübschen Bäcker beim Teigkneten



und -formen beobachten und auch ein bisschen anheimmeln (sie sehen alle aus wie gecastet). Das kleine Birchermüesli (Fr 5.80) löst Begeisterung aus, weil es richtig gesund und kalorienarm daherkommt und trotzdem wunderbar schmeckt. Auch das Käsesandwich (Fr 6.50) wird mit Wonne verspeist, und das helle Hausbrot (400 g Fr 3.90) ist noch ganz warm und duftet. Alles ist bio und wird auf Wunsch per Elektrovelo nach Hause geliefert. Schön, dass es jetzt am Stadelhofen so eine feine und zeitgeistige Backstube gibt. *Christina Hubbeling*

Facts

Was? Die stylishste und zurzeit angesagteste Bio-Bäckerei der ganzen Stadt.

Für wen? Für Hausfrauen, Opas, Szenis, Hundehalter, Veganer, Vespafahrer, Fotografen – es passt für alle. Nur sollte man keine Szen>Allergie haben.

Wo? John Baker, Stadelhoferstrasse 28 (in der Stadelhoferpassage), 8001 Zürich. Tel. 044 281 92 92. Mo–Fr 6.30–19, Sa 6.30–17 Uhr. www.johnbaker.ch

Frauenpower im Süden

Wein-Keller Von Peter Keller



Winzerin Chantal Marty macht sich keine Illusionen: «Mit unserem Weingut werden wir nie reich.» Der schöne Mammon war denn auch nicht die Motivation dafür, dass drei junge Schweizerinnen den Sprung nach Südfrankreich wagten. Ihr Traum bestand darin auszuwandern. Er wurde Realität: Chantal, 30 Jahre, und ihre beiden Schwestern Franziska (29 Jahre) und Alexandra (27 Jahre) sind verantwortlich für die Domaine des Espérances, die im Languedoc-Roussillon liegt. Genauer gesagt auf einem Hochplateau im Dorf Lézignan-Corbières, rund 50 Kilometer vom Mittelmeer entfernt.

Die Winzerinnen kauften mit Unterstützung der Eltern lediglich die Reben. Keller und Wohnhaus mussten zuerst gebaut werden. Man habe die Investitionen und den Aufwand etwas unterschätzt, gibt Chantal Marty im Gespräch zu. Das hindert das Trio jedoch nicht, sich mit En-

gagement und Enthusiasmus der Aufgabe zu widmen. Das Ziel der drei Schwestern: natürliche Weine zu keltern, die mit wilden Hefen vergoren werden und mit einem minimalen Gehalt an Schwefel auskommen. Irgendwelche Zusätze werden dem Wein nicht beigefügt. Im Rebberg arbeiten die Martys nach biologischen Richtlinien. Gespritzt wird ausschliesslich mit natürlichen Mitteln wie Brennesselbrühe, Schwefel und einem kleinen Anteil Kupfer.

Sind die drei Schwestern stets gleicher Meinung? «Nein», sagt Chantal, aber alle würden die glei-

che Philosophie verfolgen. Als Team und in Diskussionen werde stets die beste Lösung gesucht. Das Resultat soll sich nachher in der Flasche niederschlagen.

Die Degustation der Weine lohnt sich. Die Domaine des Espérances konzentriert sich auf gebietstypische Rebsorten wie Grenache, Carignan, Mourvèdre, Syrah und Cinsault. Aber auch Petit Verdot wird kultiviert und zusammen mit der wenig bekannten Marselan-Traube zur eindrucklichen und im Barrique ausgebauten Cuvée Delta vermählt (Beschrieb: www.nzz.ch/wein-keller). Am besten läuft Alpha, der sich aus mehreren Sorten zusammensetzt. Eine Rarität ist der weisse Beta. Jährlich füllen die Schwestern zwischen 25 000 und 30 000 Flaschen ab, die über eine eigene Organisation vornehmlich im Heimatland abgesetzt werden.

● Mehr Wein-Infos von unserem Experten Peter Keller finden Sie online auf www.wein.nzz.ch

Frage der Woche

Warum wird Weisswein meist gekühlt getrunken? So kommt sein volles Aroma gar nicht zur Geltung. Iman E., per E-Mail

Ich empfehle Ihnen, komplexe, trockene Weissweine wie etwa einen weissen Burgunder nicht zu kühl zu servieren. Ideal sind zwischen 12 und 16 Grad. Als Faustregel gilt: Je höher die Temperatur ist, desto leichter verdunsten die flüchtigen Inhaltsstoffe des Weines. Dadurch kommen Tropfen, die sich durch ihr Aroma oder Bouquet auszeichnen, am besten zur Geltung. Nur einfachere, unkomplizierte Gewächse sollen kühl getrunken werden. Wenn Ihnen jemand ein auf 8 Grad heruntergekühltes Beispiel auftischt, kann es durchaus sein, dass es sich um einen fehlerhaften Wein handelt. Mit solchen Temperaturen können nämlich Mängel im Geschmack kaschiert werden.
Fragen an: wein-keller@nzz.ch

5 Folge 15
Fünfte Schweiz
Helvetische Winzer im Ausland

Petri Heil!

Küchenhilfe für Fisch-Chirurgen

Fischen verlangt Geschick, viel Geduld und zuweilen auch einiges an Mut. Glücklicherweise muss sich jedoch nicht jeder gleich mit den kräftigen Marlins in den Gewässern vor Florida messen oder eigenhändig auf die Jagd nach einem Hai-Steak machen. Ja, nicht einmal mehr einen Wurm muss an den Haken hängen, wer heute in den Genuss von frischem Fisch kommen möchte. Was jedoch auch jenen nicht erspart bleibt, die sich ihren Egli und die Forellen beim Fischhändler oder im Supermarkt holen, ist der Kampf mit den Gräten. Geübte Fischliebhaber kümmern dies kaum, befreien sie doch ihre



Dorade royale mit wenigen Handgriffen vom Skelett - mithilfe von Gabel und Messer. Allen anderen bietet der Schweizer Pinzettenhersteller Rubis ein Instrument, das ebenso dekorativ wie praktisch ist. Mit der Fischgrätenpinzette aus Chirurgienstahl (auch in einer vergoldeten Version erhältlich) lassen sich selbst kleine Gräten schnell und ohne allzu viel Kleckern entfernen. Zudem kündigt sie Gästen an, was dereinst auf ihren Tellern liegen wird - der panierte, rechteckige Fisch aus dem Tiefkühler ist es wohl kaum.
David Streiff Corti

● Die Fischgrätenpinzette von Rubis ist für 35 Franken erhältlich, die vergoldete Version kostet 47 Franken; www.rubis.ch

Ebenso dekorativ wie praktisch: die Fischgrätenpinzette von Rubis.

ANZEIGE



Häppi Börtthday
chame jetzt au so singe.
Über 40 Styl-Variante.
Dänn muesch unbedingt
subito akligge
www.geburtstagstorte.ch

FOTOS: LUDWIG LIENHARD, PD