

TISCHTHEMA der Woche

WERDEN WIR ALLE CHINESEN?

Christoph Wagner über in- und ausländische Küche

Unlängst wurde mir in einem chinesischen Restaurant unter dem Titel „Dim Sum mit Schweinefleisch“ ein sogenanntes Teigtäschchen serviert, dessen Hülle, Fülle und Ausmaße mich erstaunlich an die Fleischknödel (exakt: G'hackknödel) meiner Mutter erinnerten, deren Rezept aus dem Innviertel stammt. Lediglich die Petersilie war durch Koriander ersetzt worden, und statt Sauerkraut wurde Sojasauce dazu serviert. Noch Eindrucksvolleres zum Thema Asiaküche erlebte ich in einem anderen Chinarestaurant, dessen Namen ich lieber verschweigen möchte. Als ich das gähmend leere Lokal betrat und Platz nehmen wollte, wurde mir bedeutet, dass alle Tische reserviert seien. „Ich will nicht viel essen“, sagte ich,



DIM SUM ODER G'HACKKNÖDEL: Der Unterschied heißt Koriander.

„ich brauche nicht lange.“ Mit äußerst liebenswürdiger Miene hinderte mich der chinesische Kellner abermals daran, Platz zu nehmen. „Das ist ein chinesisches Restaurant“, sagte er. „Wir kochen hier nur für Chinesen. Leider nicht für Ausländer.“ – Seither weiß ich, dass Wien, wenigstens zum Teil, bereits auf chinesischem Territorium liegt.



GOURMET  
DIE GENUSS-TIPPS DER WOCHE  
VON CHRISTOPH WAGNER



DIE FRAU DOKTOR KOSTET MIT. Kurärztin Dr. Sylvia Orthaber hat gegen die Küche von Bojan Brbre und Otto Bayer nichts einzuwenden.

# Gesunde Genüsse mit Herz und Seele

**FEINSCHMECKERDIÄT.** In Bad Gleichenberg kann man lernen, ein Gourmetmenü mit nur 700 Kalorien zuzubereiten.

Die b2-Küche von Bult-haupt hätte wohl jeder Hobbykoch gerne in seiner Wohnung stehen. Sie ist eine echte „Küchenwerkstatt“, besteht aus Werkbank, Werkschrank sowie Geräteschrank – und folgt dem Prinzip „Reinigung von allem Überflüssigen“. Genau das ist auch die Maxime der beiden Zweihau-benköche Otto Bayer und Bojan

Brbre, die jeden Samstag im „Life Medicine Resort“ des Bad Gleichenberger Kurhauses einen gerade in der mit guten Vorsätzen gepflasterten Frühlingzeit hochaktuellen Kochkurs anbieten.

**Kochen ohne Bevormundung.** „Wir sind nicht da, um Menschen zu bevormunden“, erläutert Otto Bayer das Konzept, das er für das hypermoderne „Kurhaus“

des Gesundheitsökonomen und Expolikers Christian Köck entwickelt hat. „Es muss nur der Genuss wieder zur Gesundheit zurückfinden und umgekehrt.“ Die Ärzte des Hauses dürfen in der Küche des Hauses daher auch stets gerne mitkosten, das Sagen haben jedoch die Köche. „Wir wollen dem Gast ja nicht nur die medizinische, sondern auch die kulinarische Welt



AUCH FETT IST KEIN NO-GO. Nach dem Steirerhuhn auf Erbsenpüree gibt's allerdings nur noch ein Käsedessert.

öffnen“, meint Bojan Brbre, während er sich an die Zubereitung seines „Tatars von Eismeersaibling, Almo und Roten Rüben“ (siehe Rezept der Woche) macht.

**Pochieren geht über Panieren.** Und da der fangfrische Eismeersaibling nun schon einmal da ist, erklärt Otto Bayer gleich den nächsten Gang, sein „in Wurzelsud pochirtes Saiblingsfilet mit Krenfond“, das, wie er scherzhaft anmerkt, „so gut wie kalorienfrei ist“. Paniert wird hier eher nicht, auch Brot kommt nur auf Verlangen und wenn, dann „vollkörnig“ auf den Tisch. Diese kleine „Askese“ lässt immerhin Platz für ein halbes „Steirerhuhn mit Erbsenpüree“, das zwar ausgelöst, aber mit Haut in – wenig – Butter und Olivenöl gebraten wird. Ja nicht einmal vor einem kräftigen Schuss Oberschrecken die beiden Köche zurück. „Fett ist keineswegs ein No-Go, ebenso wenig wie ein gutes Glas Wein“,

weiß der im Übrigen gerten-schlanke Bojan Brbre.

**Das „Dilemma“ des Desserts.** „Mit Vorspeisen und Hauptgericht ist es nicht schwer, auf unter 400 Kalorien zu kommen“, erklärt Otto Bayer. „Das Problem beginnt mit dem Dessert.“ Und da wir heute mit dem Erbsenpüree schon ein wenig gestündigt haben, schlägt der Tiroler ein Käse-Dessert vor: „Kracher und Österkron mit Radicchio“ heißt die Komposition, die – nicht zuletzt wegen des dabei verwendeten XA-Apfelbalsamico – einen weiteren Grundsatz der Kurhaus-Philosophie widerspiegelt. „Wir kochen eine Küche der Nähe“, so Bayer, „die Seele und Herz sprechen lässt. Fast alles stammt aus kontrollierter biologischer Produktion, und wir fragen genau nach Herkunft und Nachhaltigkeit.“

An „nachhaltigen“ steirischen Weinen, die die 300 fehlenden Kalorien zur 1000er-Grenze genussreich auffüllen, fehlt es nicht. Und Gourmets, die nicht gerne selbst kochen, aber dennoch auf hohem Niveau abspecken wollen, können sich ein solches Menü auch täglich im Kurhaus-Restaurant auf den Tisch zaubern lassen.

DAS KURHAUS, 8344 Bad Gleichenberg ([www.lifemedicineresort.com](http://www.lifemedicineresort.com)). Kochkurse inkl. Menü finden jeden Samstag von 10–13 h statt.

REZEPT der Woche

Tatar vom Eismeersaibling, Almo und roten Rüben



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 250 g Saiblingsfilet
- 1 EL Dille
- 2 EL Schalotten
- 2 Rote Rüben
- 1-2 EL Kren
- 3 EL Traubenkernöl
- 1 Schuss Apfelbalsamico
- 250 g Beiried
- 1 TL Dijonsenf
- 1 Eidotter
- Kümmel, Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, Olivenöl

ZUBEREITUNG

Eismeersaibling mit scharfem Messer feinkwürfelig schneiden und mit Salz, Pfeffer, 1 EL blanchierten Schalotten und Dillspitzen abschmecken. Rote Rüben mit Salz, Kümmel und Lorbeer kernweich kochen, kleinkwürfelig schneiden, mit Salz, Pfeffer, Traubenkernöl und geriebenem Kren abschmecken sowie mit Balsamico beträufeln. Beiried feinkwürfelig schneiden und mit Salz, Pfeffer, 1 EL blanchierten Schalotten, Senf und Dotter abschmecken.

FOTOS: CHRISTIAN JUNGWIRTH/BIG SHOT(G); MANI HAUSLER/ROULLER/TURIOT/PHOTOCUISINE/CORBIS