



NOTABENE

Homekuuking

Das halbe 2020 ist vorbei. Was für ein Jahr! Wie flexibel musste sich doch die Erdbewohnerschaft zeigen, als die rasende, fieberhaft nach Fortschritt lechzende Maschine zum Stillstand kam. Und es gab auch ein paar Auferstehungen des Vergangenen. So landete ich plötzlich wieder in der Küche.

Meine Tochter meinte, sie hätte Lust auf ein amtliches Risotto. Da meine Lieblingsbeizen geschlossen oder mit irrwitzigen Auflagen gequält wurden, musste ich mich halt selbst ans Werk machen. Nun sei verraten, dass ich zwar einige Menüs rustikal draufhabe – unter anderem meine beliebten «Spaghetti Tornado» oder «Maccaroni Be Good» und die hochgelobte «Bohemian Rataouille». Mit dem Reiskuuking hingegen tue ich mich eher schwer.

Die Chefin meiner Plattenfirma, die ich gerade am Ohr hatte, meinte: «Schmeiss chli gehackte Zwiebeln ins Olivenöl plus Weisswein zum Andünsten» ... blöderweise liess ich mich durch das Klopfen an meiner Tür ablenken – ein Paket aus Hamburg. Ich liebe Pakete, was ist denn drin? Zurück am Herd sahs trocken bis verbrannt aus.

Also Restart. Zur Sicherheit machte ich noch ein paar Voicebotschaften an meinen Freund und Oberochsen, Troubadour de Cuisine Büne Huber. Er war selbst am Kochen, und seine Ansagen klangen motivierend: «Schau, Chrisi, das A und O ist das Schwimmen der Körner im Bouillon und dass du immer schön bei ihm bleibst, also ständig rühren, circa 25 Minuten.»

Nun habe ich als Ex- oder immer no chli ADHS-Kind Mühe mit dem «immer dabeibleiben». Aber es wurde mir schnell klar, dass wenn ich diese 25-Minuten-Rührerei nicht konsequent anging, die ganze Übung für die Katz war. Zu gut erinnerte ich mich an meine früheren kläglichen Versuche mit den putzigen Reiskörnli. Entweder sie hockten braunschwarz angebrannt am Pfannenboden, oder sie waren zu saignant. Oft auch nur noch eine tanggige weisse Masse, wo ich auch gleich hätte Milchreis machen können. Das wollte ich weder mir noch meinem Tochterkind antun. Also hielt ich mich strikt an den Fahrplan, schickte hie und da ein paar Bilder per Handy

nach Bern – und fertig war die Götterspeise, der ich noch, aus reiner Farbenfreude, mitten im Akt, ein paar fein geschnittene rote und gelbe Peperoni beigab. Als ewiger Neugierler wollte ich natürlich wissen, was bei Hubers gerade auf den Tisch kam. Das hätte ich besser sein lassen. Henu – meine Tochter war happy und ich auch. Nächstes Mal versuche ichs mit «Purple Rice».

Vor dem Einschlafen dachte ich noch etwas übers Kuuking nach. Wie unglaublich privilegiert wir sind, über all diese wunderbaren Speisen zu verfügen und damit spielen zu können. Lange Zeit erschien mir Kochen als Pein, weil ich meiner Meinung nach Gescheiteres zu tun hatte. Und ich musste auch mit Schrecken zurück an meinen Job als Fitzekoch im Rest Kreuz zu Solothurn denken – bevor die Rockrakete abhob. Das waren zwar lustige Zeiten, aber halt doch eher ein Müssen, um über die Runden zu kommen.

Und dann kam mir meine liebe Mutter selig in den Sinn. Tausende Male kochte sie, ohne zu murren, für uns Kids die wunderbarsten Speisen – immer wieder –, und daneben hatte sie noch einen anstrengenden Job. Angemessene Wertschätzung der Schnellverzehrer gabs wenig bis gar nicht. Der Job einer Köchin/Hausfrau war seit je arg unterbewertet und oft nebst fehlender Entlohnung sogar noch mitleidig verspottet, obwohl gutes Essen doch auch ein Liebesbeweis ist. Man muss es halt nur erkennen.

Als Vielgereister weiss ich heute, dass ich mich klar dann am besten fühle, wenn ich all den überflüssigen Fast-Food-Müll und all den gezuckerten Schnickschnack-Durchlauferhitzer-Mist weglasse. Die Food-Wahrheit-2020 tut vielleicht etwas weh, aber stimmt einfach: Du bist, was du NICHT isst. Das gilt übrigens für die Nahrung sowie für die Musik. Ums Weglassen gehts!

PS: Buchtipp zum Thema: «Jamies 5-Zutaten-Küche». ■

CHRIS VON ROHR, 68 Musiker, Autor, Produzent, Lover of Life und «Dräck»-Sucher.