



Italienisches Kochvergnügen für Liebhaber

Francesca Galati verzaubert in ihrem ersten Kochbuch mit modernen Kreationen.

Saarbrücken (khu) Das Spektrum der italienischen Kochkunst ist reichhaltig, faszinierend und ein Genuss für Liebhaber abwechslungsreicher Rezepturen. Eine Meisterin der italienischen Küche ist die saarländische Köchin und Autorin Francesca Galati, die seit Jahren das Bewährte mit Raffinesse und Einfallsreichtum kombiniert. Dadurch entstehen moderne Interpretationen bekannter Klassiker, überzeugende Botschaften aus dem Schatzkästlein der Familienrezepte und leckere Begegnungen mit unbekanntem Gaumenfreuden. SZ-Mitarbeiter Kai Hunsicker hat mit ihr und ihrer Projektleiterin Mathilde Friedrich zu einem Kochbuch der besonderen Art gesprochen – „Cucina con Amore“.

Wie kamen Sie auf die Idee für Ihr Buch?

Francesca Galati: Das Kochen ist eine meiner Leidenschaften, weswegen ich seit einigen Jahren Kochkurse im größeren Stil anbiete. Im Laufe der Jahre, mit vielen unterschiedlichen Kochthemen und Rezepturen um bestimmte Zutaten oder Jahreszeiten herum, haben sich unzählige Rezepte angesammelt. Ich habe in alten Kochbüchern gewählt, die Familienrezepte durchgesehen und mich inspirieren lassen durch die pure Lust an der Variation. Die Idee, das Ganze mal genauer zu sichten und ein Buch daraus zu machen, kam dann ganz zufällig. Den Ausschlag gab letztlich erst der Kontakt mit Mathilde Friedrich, die ihre Erfahrungen, ein Buch zu verfassen, einbrachte und wusste, wie man so ein ambitioniertes Projekt angeht.

Mathilde Friedrich: Die Idee entstand aus der Praxis und diesem besonderen Spirit, den Francescas Kochkurse entfalten. Sie bereitet minutiös vor, weiß immer einen Rat und ist eine herzliche Meisterin ihrer Kunst. Nach den Kursen nutzen die Teilnehmer ihre Rezepte gerne weiter, stellen Fragen oder wollen Anregungen zum Ausprobieren. Auf der Rückfahrt von einem Kochkurs rund um das Thema Fisch habe ich mit einer Kursteilnehmerin, Mediendesignerin des OVD-Verlags aus

Saarbrücken, dann mal spontan überlegt: Könnte das nicht ein Buch werden?

Was war denn für Sie bei der Ausgestaltung am schwierigsten?

Francesca Galati: In Kalabrien kocht man, ganz ähnlich wie hier an der Saar, mit einfachen und frischen Zutaten. Viele Rezepte sind sehr bodenständig, haben aber dennoch durch die Zutaten einen besonderen Pepp. Und dann ist da ja immer noch viel drin durch die Art, wie das Ganze auf den Teller gezaubert wird. Mir war sehr wichtig, dass man für Gerichte nicht erst eine halbe Weltreise durch Spezialitätenläden antreten muss. Die Speisen sind etwas für den Alltag und für Genießer. Durch meine Kochkurse weiß ich genau, welche Tipps und Kniffe Unerfahrene brauchen, um gerne an den Herd zu gehen. Dabei geht es um Leidenschaft, nicht um Perfektion. Es soll natürlich schmecken, aber kein Wettbewerb werden. Ich will vielmehr einladen, sich Zeit für das Kochen zu nehmen, mit Kochideen Impulse geben und das Thema darbieten als etwas, in das sich zu investieren lohnt. Mit dem Kopf genauso wie mit dem Herzen. **Mathilde Friedrich:** Man sieht einem Buch die Arbeit nicht so ohne weiteres an, die in ihm steckt. Sie brauchen eine Idee, eine überzeugende Präsentation und ein gutes, umsetzbares Konzept, das sich abhebt. Wir sind ja nicht die ersten, die ein Kochbuch machen. Deswegen war es uns wichtig, eine andere Systematik für die Reihenfolge der Rezepte zu finden. Genauso wichtig ist, dass die Rezepte in den Alltag passen sollen. Heute muss es oft schnell gehen, wenn Freunde zum Essen kommen, die Familie hungrig ist oder für Feste ein Menü vorbereitet werden will. Eine Herausforderung war außerdem die Verschlagwortung.

Sie haben über den Aspekt der Rubriken gesprochen. Was hat es damit auf sich?

Francesca Galati: Ja, die Rubriken. Viele Kochbücher organisieren das über die Menüabfolge, das findet man auch bei mir. Der Haupt-

leitfaden für die Rezeptabfolge in „Cucina con Amore“ sind aber Situationen, wie sie uns im Alltag begegnen. „Rezepte für Verliebte“: Da ist alles abgestimmt auf ein Dinner für zwei. „Freunde zum Abendessen“: Keiner will stundenlang in der Küche stehen, wenn der Besuch da ist. Deshalb braucht man hier Rezepte, die man gut vorbereiten kann. Oder ein moderner Klassiker, „Fingerfood“ Auch Aperitifs und Liköre fehlen nicht. Es gibt neun Rubriken, die entsprechend in Vorspeise, Hauptgericht und Dessert die gängige Menüstruktur widerspiegeln.

Besonders mein Sohn hat mir bei der Übersetzung der Rezepte vom Italienischen ins Deutsche und bei den Geschichten geholfen. Meine ganze Familie hat mich unermüdlich und mit viel Geduld dabei unterstützt, die Rezepte zu perfektionieren und die richtigen Geschichten zu finden.

Was kann ich mir konkret unter Geschichten vorstellen?

Francesca Galati: Jedes Rezept ist versehen mit ein paar Sätzen, die mit dem Gericht korrespondieren. Das sind Tipps, Kniffe, klassische Fehler – und wie man sie verhindert. Beim Kochen kann ja manches schief gehen. In der Küche hilft dann manchmal nur Selbstironie, dem kochenden Anfänger in jedem Fall mein Ratschlag, wie es schnell und einfach gelingt. Aber unter uns gesagt – egal, wie erfahren sie sind beim Kochen. Kleine Ausrutscher gehören dazu. Dann kommt wieder die Leidenschaft ins Spiel, die Lust auf den Moment und die Fähigkeit, über sich selbst zu lachen. Das vermittele ich auch immer in meinen Kochkursen.

Was macht Ihr Buch eigentlich so besonders?

Francesca Galati: Letztlich bestimmt die Mischung aus persönlichen Geschichten, die Art der Kategorien mit den ungewöhnlichen Rubriken und die Geheimrezepte meiner eigenen, kalabrischen Familie das Besondere an diesem Buch. Ich habe auch versucht, überlieferte Rezepte in einer zeitge-



Das etwas andere italienische Kochbuch der saarländischen Köchin und Autorin Francesca Galati. FOTO: COVERFACE/COVERGESTALTUNG: OVD-VERLAG

mäßen, zucker- und fettreduzierten und zugleich sein. Den Klassiker Vitello Tonnato stelle ich z.B mit Putte statt mit Kalb und die Soße mit Joghurt statt mit Öl vor.

ZUM BUCH

„Cucina con Amore“ – Dieses Buch von Francesca Galati ist die Krönung ihrer Kochleidenschaft mit 186 Lieblingsrezepten ihrer Familie und der Teilnehmer ihrer Kochkurse – ein Vergnügen für Kochbegeisterte und Liebhaber der italienischen Küche. 208 Seiten, Paperback in aufwändigem Offsetdruck, Verlag: OVD Saarbrücken.

Jetzt 14 Tage vor allen anderen bestellen: Bei der SZ haben Interessierte die Möglichkeit, das Buch schon vor dem offiziellen Start zu kaufen, vom 5. bis 18. Oktober unter Telefon (06 81) 502 52 22 oder online unter www.sz-einkaufswelt.de

Der Preis: 18,90 Euro, SZ-Card-Rabatt: 5 Prozent. Alle Besteller erhalten als Geschenk zudem einen Holzkochlöffel (Größe: 20 cm).