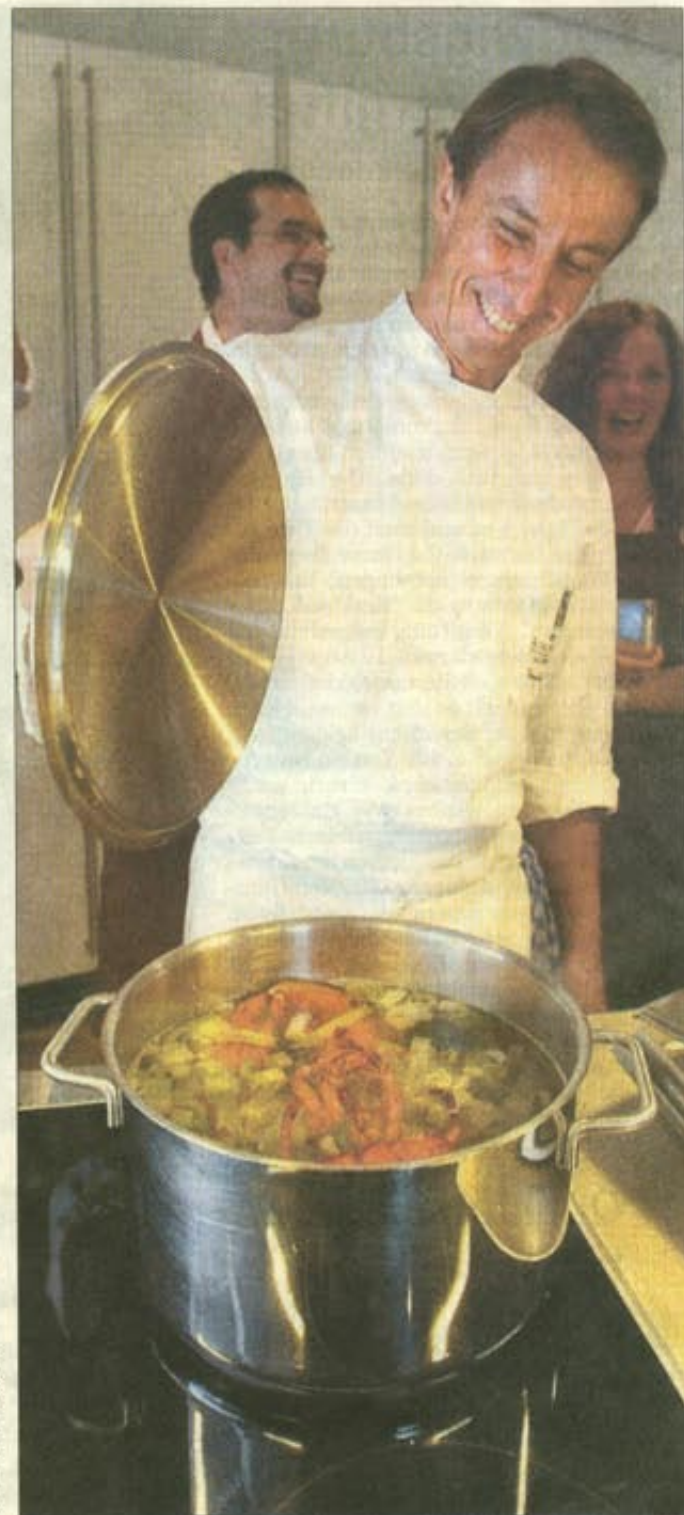




Viele Köche laden mittlerweile zum Blick in ihre Töpfe. Eberhard Braun, Küchenchef im Bo'teca die Vino (links), lädt ebenso zum Gourmet-Kochkurs wie Bernhard Diers (rechts) von den Zirbelstuben.  
Fotos: Leif Piechowski/  
Frank Eppler



## Tartar gewürfelt, die Suppe püriert

Kochen wie die Profis: Wer an einem Gourmet-Kochkurs teilnimmt, braucht Zeit

Ein essen gehen ist in Stuttgart gut möglich, das bestätigt etwa der Restaurantführer „Gault Millau“ mützenweise. Doch kulinarischer Genuss in schönem Ambiente ist nicht alles. Ein besonderes Erlebnis für abgeklärte Feinschmecker bietet ein Gourmet-Kochkurs: erst die Küchenarbeit, dann das Gaumenvergnügen beim selbst zubereiteten Vier-Gänge-Menü.

VON JÜRGEN LESSAT

Törtchen von Thunfisch- und Lachstartar auf Avocadobett umrahmt von Pomelo-Salsa. Daran denkt am frühen Samstagmittag noch keiner. Von wegen! Ein Gruppen-Gourmet-Freunde bewegt die Fischvorspeise zu dieser Zeit ins feine Botnanger Restaurant *Bo'teca die Vino*. Dort ist Eberhard Braun Küchenchef. Sein Hoheitsgebiet öffnet der Gourmet-Koch und Ernährungswissenschaftler regelmäßig acht Nacheiferern, um selbst gemachte Menüs anzurichten.

Ein Geschäftskonzept, das mittlerweile viele Köche in der Region entdeckt haben. Es sichert Einnahmen, auch wenn einmal die Plätze im Restaurant leer bleiben, weil die Sonne scheint, Fußball-WM ist oder die Kundschaft gerade kein Geld übrig hat. So kann man bei Sante de Santis in die Kochschule gehen, Armin Karrer in Fellbach und Bernd Bachofer in Waiblingen bieten Kochkurse an, und auch Bernhard Diers gibt in der Zirbelstube sein Wissen weiter.

„Kleine Gourmet-Küche für den Hobbykoch“ heißt die Lektion bei Eberhard Braun. Beides ist leicht untertrieben. „Wir kochen in einer gewöhnlichen Küche“, beteuert der 35-Jährige zwar. Doch Rezepturen und Zutaten, Aus- und Einführungen des Gastgebers lassen erwarten, dass auf vier Flammen und in einem Backofen ein professioneller Gaumenschmaus garen soll.

„Wir haben ein dreistündiges Zeitfenster“, terminiert Braun den praktischen Teil des Koch-Events. Eine kurzweilige Theorie-

stunde über edles Kalbfleisch, das Kilo zu 39,90 Euro, Messerkunde und Küchenhygiene ist da schon vorüber.

Pikante Kürbiscrèmesuppe mit rotem Curry, Ingwer und Kafirblätterschaum. Alle Zutaten sind vorab besorgt. Die Kurs Teilnehmer, mehrheitlich erfolgreich berufstätige Frauen mit wenig Zeit in der täglichen Küche, dürfen sich aufs Wesentliche konzentrieren. Sie müssen es sogar. „Arbeiten Sie konzentriert an Ihrer Position“, fordert Lehrkoch Braun von den Zweiertams, die je einen Gang vorbereiten. In der kleinen Küche kommt man sich schnell näher, so eng nebeneinander werden Tartar gewürfelt, Suppe püriert, Kalbsfilet rundum angebraten. „Das sind professionelle Arbeitsbedingungen“, sagt Braun, der überall gleichzeitig zu sein scheint, um mit Tipps und Tricks zu helfen, wenn die Hobbyköche an die Grenzen ihres Könnens stoßen.

Pochiertes Kalbsfilet im Kakao-Chili-Mantel, Portweinsauce, Süßkartoffel-Selle-

ripüree mit glasierten Gemüseknollen. Das Team vom Hauptgang hat den schweißtreibenden Part. Eine Stunde mindestens soll die Sauce köcheln, bis zu 20 Minuten das Kalbsfilet garen, doppelt so lang das Püree weich werden. „Koch ist ein anstrengender Beruf“, diese Erkenntnis gewinnen alle.

Zitronen-Ricotta-Soufflé aus der Pfanne, Beerenkompott und Honigparfait. Nach drei Stunden Küchenarbeit lockt nicht nur das Dessert. „Setzen und erholen Sie sich“, spricht Chefkoch Braun Platzverweise aus, um ungestört ein letztes Mal abzuschmecken. Nur langsam trennen sich die Hobbyköche von Herd und Hektik, ein Demonstrationsteller trennt sie noch vom Gourmet-Genuss. Danach tischt jedes Team seine Arbeit nacheinander auf.

„Hervorragend, köstlich, ausgezeichnet“,

loben sich die Gäste gegenseitig bei fruchtigem Nebiolo. „Selbst fein zu kochen entzaubert die Gourmetküche etwas“, resümiert Brigitta Hüttche, die im Agrarmarketing arbeitet. „Der Kurs ist ideal für Genießer, die nicht nur passiv auf das Essen warten wollen“, ergänzt Lebenspartner Sebastian Fetting, ein Biologe. Nach dreistündigem Dinieren wird der Gourmet-Kurs zum geselligen Beisammensein, bei dem auch die Schuhbecks, Zacherls und die anderen TV-Köche zum Thema werden. „Das eigene Kochen kann keine Koch-Show ersetzen“, sagt Brigitta Hüttche. Und ein Kerner, der neugierig in alle Töpfe schaut, hätte nur genervt.