Rezension

RACH Christian, WALTER Susanne: Rach kocht – morgens, mittags, abends. Edel Germany, Hamburg 2010

Franziska KOLMER

Der gewählte Buchtitel „Rach kocht – morgens, mittags, abends“ klingt eher alltäglich. Was aber soll das Titelfoto sagen: ein buntes Gemüsepotpourri in einem französisch beschrifteten Recyclingsackerl in der Hand eines freudestrahlenden Kochs?

Das Kochbuch erscheint im handlichen Format, ordentlich gebunden, mit ganzseitigem Foto zu jedem Gericht. Die Bilder zeichnen sich oft im oberen Bereich durch eine gewollt leichte Unschärfe aus. Die Präsentation der Speisen wirkt rustikal, eher schlicht, im Alltagsgeschirr, ohne aufwendige Dekorationen, für die normale Küche eben. Die Speisenarrangements zeigen häufig einen Texthintergrund, französisch, italienisch, deutsch, gelegentlich auch englisch. Ein Rückschluss auf die Provenienz des jeweiligen Gerichts lässt sich daraus nicht gewinnen.

Inhaltlich ergeben sich durch den Titel die drei Hauptkapitel: morgens, mittags, abends. Ein „Rachfoto“ führt in das jeweilige Thema ein: der Koch beim Schneiden von Gemüse, beim Eindecken, bei einem entspannten Glas Wein!

Morgens beginnt der Tag nach Rach mit Milchmixgetränken, Müslis, belegten Brötchen und Eierspeisen; somit keinen besonderen Frühstücksüberraschungen. Mehr Vielfalt gibt es bei den Mittagsgerichten, etliche Rezepte für vegetarische Speisen, für Fisch- und Fleischgerichte, zum Abschluss noch drei für Desserts. Die Küchenlinie ist eindeutig Fusion- tendiert, italienische (Vollkornpizza, Calamaretti, mediterranes Ofengemüse, etc.), asiatische (Entenbrust auf Glasnudelsalat, asiatischer Spargel, ...), orientalische (Lammkarree mit Kichererbsenpüree) und indische Einflüsse (indisches Linsengemüse) sind auffallend.

Abends bleibt die Küche auch nicht kalt! Wer nach einem langen Arbeitstag keine Lust mehr auf Kochen hat, dem bleibt nur ein Gericht zur Wahl: Temaki mit Sesammayonnaise. Alle übrigen Speisen müssen gegart werden, manchmal erscheint das schon ein wenig aufwendig, wie beim pochierten Steinbutt, S. 194, wo auch noch ein Fond aus den Karkassen gekocht werden muss.

Die Rezepte sind präzise und allgemein verständlich beschrieben, lassen sich nach der detaillierten Anleitung gut nachkochen, Kochkenntnisse vorausgesetzt. Der theoretische Teil mit arbeitstechnischen Tipps und ernährungswissenschaftlichen Informationen geriet fachkundig, unkompliziert, für Laien ohne Schwierigkeiten zu verstehen. Der Anspruch, gesunde Ernährung

zu vermitteln ist dank Kommentaren, der Auswahl und Vielfalt der Zutaten erfüllt. Der weitere, des lustvollen Kochens, bleibt etwas vage.