

Rezensiön

KURZ Gabriele: Ganz einfach vegetarisch. Die neuen Rezepte der Spitzenköchin – lecker und unkompliziert für jeden Tag. Ludwig Verlag, München 2011

Franziska KOLMER

Schon beim ersten Blick wird deutlich, dass das Kochbuch in der Reihe der Vorgängerwerke steht, Aufmachung und das Design gleichen einander. Gabriele Kurz legt ihr drittes Kochbuch vor. Das Kochbuch enthält unkomplizierte vegetarische Gerichte für jeden Tag. Die Kapitel sind: Fingerfood und Brotzeit, auf die Schnelle, Süßes und Basics. Die Gerichte lassen sich gut und leicht umsetzen. Die kreativen Kombinationen von Zutaten bringen die Aromenvielfalt und eine Aromenharmonie. Am mehrfach erprobten winterlichen Salat mit Datteln, Gemüsefenchel und Limetten-Mandel-Vinaigrette zeigt sich das exemplarisch. Leicht zu bereiten, mit erstaunlich geschmackvollem Effekt. Auch optisch können die Gerichte überzeugen. Gerade bei der vegetarischen Küche braucht es eine gewisse Kreativität und Vielfalt um Abwechslung zu schaffen. Die Zutaten für die Rezepte sind leicht erhältlich, wer Vollwertküche und Naturküche praktiziert, wird sie zu Hause haben. Zucker sucht man – erfreulicherweise – vergebens. Es zeigen sich Küchenfusionen, mit Inspirationen aus verschiedenen Ländern und Küchensystemen, wie mediterran, arabisch, indisch. Dieser Einfluss mag auch daher rühren, dass Gabi Kurz nun in Dubai ein Spitzenrestaurant führt. Es sind feine neue Rezepte mit hohem ernährungsphysiologischen Wert und eigenem Charakter, leicht nachkochbar. Die Rezeptanleitungen sind gegliedert, übersichtlich, die Zutaten separat aufgeführt. Die Bebilderungsqualität ist hoch, die Gerichte sind optisch ansprechend angerichtet. Nach diversen Koch- Kostproben kann man sagen, dass das Werk hält, was es verspricht: vielfältige, kulinarische Genüsse, die für Wohlbefinden und großen Appetit sorgen. Vielleicht lassen sich auch einige Fleischfresser auf diese Weise missionieren.