

## Rezension

### SCHILDT LANDGREN Margareta: Das Schweden-Kochbuch. Rezepte und Geschichten aus Margaretas Küche. Gerstenberg, Hildesheim 2013

**Annika JEUTER**

Kann man durch ein Kochbuch in eine andere Welt hinein verzaubert werden? Man kann! Wer in unseren Breiten an Schweden denkt, hat meist ein Bild von roten Holzhäusern und großen Teilen von unberührter Landschaft im Kopf, die von Birken-Wäldern, Seen und einer rauen Meeresküste geprägt ist. Wer kennt die Filme über Michel aus Lönneberga oder Pippi Langstrumpf nicht, die dieses Bild so stark geprägt haben. Und wer erinnert sich nicht an die Feste in den Filmen mit jede Menge Zimtschnecken und Zuckerkringeln? Oder die von einem anderen großen Schweden auch bei uns mittlerweile so beliebt gewordenen Fleischbällchen, die ein kleines Stück dieser skandinavischen Lebensart zu uns bringen soll. Aber kann denn dies ein richtiges Bild von der schwedischen Esskultur bieten? Wer einen authentischen Einblick bekommen möchte, der ist mit dem Werk „Das Schweden Kochbuch. Rezepte und Geschichten aus Margaretas Küche“ von Margareta Schildt Landgren gut beraten. Das Kochbuch zeigt, dass Schweden viel mehr ist, viel mehr Köstlichkeit, als wir hier ahnen. Die Autorin versteht es bereits am Anfang des Buches die Leser in ihren Bann zu ziehen. Eine sehr persönliche Einleitung bindet den Leser direkt in die Familiengeschichte mit ein, die bei Margareta eng mit ihrer Liebe zum Kochen verbunden ist. Auch die Traditionen Schwedens und die Berücksichtigung der Jahreszeiten sind ihr wichtig. Ihr Motto ist »Eine einfache, schnörkellose Küche mit regionalen Zutaten« soll den Leser zum nachkochen anregen, auf eine persönliche Art und Weise. Direkt fallen die wunderschönen farbigen Fotos auf, die das ganze Buch durchziehen und teils Gerichte, teils die malerische Landschaft Schwedens zeigen. Das Buch ist nach Jahreszeiten gegliedert, mit dem Winter beginnend. Ungefähr 50 Seiten je Jahreszeitkapitel geben den Themen genügend Platz und machen das Buch zu einem dicken Schmöcker. Wobei nicht auf jeder Seite ein Rezept steht, auch sind nicht für alle Gerichte Fotos enthalten. Stattdessen wird der Platz für Bilder von der schwedischen Lebenskultur und kleinen Ausflügen in die Tradition des Landes genutzt. Es wird beispielsweise für die Weihnachtszeit erzählt, was zu einem klassischen Weihnachtsbuffet dazugehört. Auch wenn bei der Auflistung aller Köstlichkeiten schnell klar wird: hier braucht es mehr Zeit für die Vorbereitung. In Schweden gehören Ingwerplätzchen, Glögg, Toffee und Orangentrüffel, eingelegter Salzhering, Weihnachtsschinken, Braunkohl, Grünkohl in Sahnesauce, verschiedenes Brot und Lucia-Brötchen zum Buffet, auch Würste und Käse dürfen nicht fehlen. Bei Margareta wird am bes-

ten alles selbst hergestellt, sogar den Weihnachtsschinken pökelt sie selbst. Für die Herstellung dieser Leckereien findet man die ausführlichen Rezepte im Buch. Die Rezepte sind durchweg einfach gehalten und orientieren sich auch in den verwendeten Zutaten an den Jahreszeiten. Die schwedische Küche zeigt sich bei Margareta abwechslungsreich, wobei viel Fisch in vielfältigen Formen und Zubereitungsarten einen Schwerpunkt bilden. Aber egal in welchem Rezept, ob mit Fleisch, Fisch, Vegetarisch oder Süßspeise – immer werden frische Zutaten verwendet, ein weiterer Eckpunkt von Margaretas Küche. Natürliche Zutaten sind DER Hauptbestandteil ihrer Rezepte und natürlich und pur ohne viele Schnörkel kommen auch die Gerichte daher. Um die Leckereien der Natur auch im Winter noch genießen zu können, gibt es in Schweden ebenso eine lange Tradition des Konservierens, sodass auch ein paar Rezepte zum Einmachen im Buch zu finden sind. Holunderblütensirup, Essiggurken mit Senfkörnern, Apfelgelee oder die klassische Preiselbeermarmelade locken zum Selbermachen in die Küche. Eine besondere Variation stellen die Wurzelgemüsechips dar, die aus den Resten und Schalen der Gemüse von anderen Rezepten hergestellt werden und eine gelungene Abwechslung bei Snacks bieten. Auch selbstgemachte Schinkenchips oder Käseplätzchen aus Västerbotten-Käse gehen so schnell und einfach im Backofen, dass sie für jeden ohne größeren Aufwand zu bewerkstelligen sind. Wer diese Amuse-Gueule einmal seinen Gästen serviert, wird überrascht sein, wie schnell sie verputzt sind. Den größten Teil der Zutaten findet man ebenso in unseren Breiten oder sie sind mit wenig Aufwand zu besorgen. Außerdem gibt Margareta bei den Rezepten auch alternative Zutaten an, die problemlos die ursprünglichen ersetzen können. Die kleinen Anekdoten zwischen den Rezepten aus Margaretas Familienkochgeschichte sind liebevoll geschrieben und zeigen, wie sehr kochen und ein gemeinsames Mahl bei ihnen fest verwurzelt sind. Eine lange Tradition verbindet in Schweden die Feste mit gutem Essen und die Anekdoten über diese lassen den Leser in die skandinavische Ferne abtauchen. Die Freude an ihrer Arbeit mit Lebensmitteln und dem Kochbuchschreiben merkt man Margareta Schildt Landgrens Werk deutlich an und gibt diesem Buch seinen Charme. Das Kochbuch strahlt in hellen, klaren Farben und die lichtdurchfluteten Fotos vermitteln (Lebens-)Freude, bei der der Genuss einer guten, regionalen Küche dazu gehört. Es zaubert den geneigten Leser in die Welt Astrid Lindgrens, gepaart mit dem sinnlichen Vergnügens des Essen und Kochens. Wer sich schon immer für die schwedische Lebensart interessierte und einmal einen authentischen Ausflug kulinarischer Art wagen wollte, ist mit diesem Buch richtig beraten. Auch für alle anderen bietet dieses Werk eine gelungene Abwechslung, denn gerade mit saisonalen Zutaten zaubert Margareta viele, wohlschmeckende Variationen, die jeden Speiseplan bereichern. Ob herzhaft oder süß, vegetarisch oder mit Fisch/Fleisch, ob Kleinigkeit oder großes Mahl – in diesem Buch ist alles versammelt was das kulinarische Herz höher schlagen lässt. Eine gelungene Bereicherung für jedes Kochbuch-Regal und für jede naturverbundene Schlemmerküche!