

Töpfeberg und Geschirrstapel ade!

Ohne viel Mühe und Zeitaufwand eine Mahlzeit aus frischen Zutaten bereiten - das verspricht das Kochbuch "Auf die Bleche, fertig â€! los!". Was viele bei dem Versprechen der darin enthaltenen Rezepte außerdem anspricht, ist die Art der Zubereitung: die vielen Töpfe und Schüsseln, die nachher wieder alle gespült werden müssen, sollen bei der Zubereitung aller zu der Mahlzeit gehörenden Zutaten auf einem einzigen Blech wegfallen.

Die Foodjournalistin Gabriele Gugetzer, die beruflich viel in der Welt herumkommt und kulinarisch in allen Kulturkreisen bewandert ist, ist selbst ein großer Fan des simplen Kochens, wofür man laut eigenen Aussagen nur ein gutes Messer, ein Schneidebrett und ein Blech brauche. Die Vorteile des Auf-dem-Blech-Kochens sind ganz klar: Man braucht weniger Geschirr, man kann in der Zeit, in der das Essen im Ofen vor sich hin gart, andere Dinge erledigen und muss nur gelegentlich mal in den Ofen schauen und noch vielleicht die eine oder andere Zutat später hinzugeben.

In sechs Kapitel hat Gugetzer ihr Blechkochbuch eingeteilt: "Schnell", "Fleisch", "Fisch", "Veggie", "Sweet" und "Dip it, Baby". Letzteres enthält verschiedene Dips, die die Gerichte im Buch ein wenig aufpeppen bzw. ergänzen können. Ob Fleischbällchen mit Zucchiniudeln, Lachsfilet mit Meerrettichwürze und Erbsen, Hähnchenschenkel mit Kräuterfüllung und Maiskolben oder ein Pflaumencrumble als Nachtisch - "Auf die Bleche, fertig ... los!" enthält für jeden etwas, egal, ob Fleischliebhaber, Vegetarier oder Süßmälchen. Auch die internationale Küche mit Paella, Frittata oder asiatisch gewürzten Gerichten kommt nicht zu kurz.

"Weniger ist mehr" ist das Motto dieses Kochbuches, das sich bereits auf den sehr appetitlichen Fotos der einzelnen Gerichte zeigt. Keine überfüllten Bleche oder Teller. Auch die Anzahl der Zutaten ist stets überschaubar. Daraus ergibt sich allerdings auch, dass die Gerichte ganz häufig nicht sehr komplex sind und man zum Beispiel mit einem Stück Fisch und Erbsen auskommen muss. Da stellt sich dem Koch natürlich die Frage, ob er hier noch eine weitere Beilage dazu kochen sollte.

Für die simple Küche mit frisch zubereiteten Zutaten ist das Blechkochbuch mit Sicherheit ein guter Start, der auch für Kücheneulinge zu bewältigen ist. Aufwändige Zubereitung und viele - womöglich noch relativ exotische - Zutaten gehören mit diesem Blechkochbuch auf jeden Fall der Vergangenheit an. Und noch dazu sind die Gerichte für den fortgeschrittenen Koch auch ausbaufähig.

Sabine Mahnel 11.12.2017

Quelle: www.literaturmarkt.info