Mise en place

Mein liebster Sugo

Leandra Graf, Journalistin

Tomaten, die im Kühlschrank lagern, verlieren ihr Aroma. Ich kaufe wöchentlich auf dem Markt grosse Exemplare der Sorten Berner Rose oder Ochsenherz, die auf meinem Balkon weiterhin an der Sonne liegen dürfen. Sobald sie überreif werden, verarbeite ich sie zu Sugo: Haut übers Kreuz einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen und kalt abschrecken. Nun lässt sich die Haut problemlos abziehen. Tomaten grob würfeln. Gehackte Zwiebeln etwa 10 Minuten sehr sanft in Olivenöl und etwas Tomatenmark dünsten. Ich gebe gerne etwas Zimt und scharfes Curry oder Chili bei. Tomatenwürfel, Zweige von Thymian und Rosmarin, ein Lorbeerblatt und eine Gewürznelke, Salz und Pfeffer nicht vergessen. Dann lasse ich den Sugo eine Stunde köcheln und entferne die Kräuter. Diese aromatische Tomatensauce hält sich ein paar Tage im Kühlschrank. Mit Fenchel-Salsiccia mische ich daraus rasch einen Sugo bolognese: Wurstfleisch mit Knoblauch in Öl braten, mit Weisswein ablöschen.

MIXEN – schütteln – trinken

Man gebe gleich viel Gin wie Mikks in einen Shaker, schüttle das Ganze mit Eis, und schon ist der Drink fertig. In Mikks stecken bereits alle Zutaten. Mikks gibts mit Basilikum, Himbeeren und fünf weiteren Aromen, handgemacht, ohne Konservierungsstoffe und Geschmacksverstärker. Preis pro Flasche à 2,5 dl (für 6 Drinks): 15 Fr. **www.mikks.ch**

Fruchtig süss: Drink mit Mikks Himbeere.

Parfait vom Kaninchen

«Haas im Glas» heisst dieses Produkt, was sich schön reimt, aber eigentlich ein Etikettenschwindel ist. Denn der Inhalt stammt nicht von Feldhasen, sondern von Kaninchen aus dem Zürcher Weinland. Produzentin Erika Vollenweider kocht das ausgebeinte Fleisch in einem Gemüsesud ein, dreht es durch den Fleischwolf und füllt es in Gläser ab. Was entsteht, ist ein feines Kaninchenparfait, das sich bestens als Brotaufstrich und damit auch für Sandwiches eignet. Den «Haas im Glas» gibts in zwei Varianten – eingekocht mit Zwiebeln oder mit Zwetschgen und Chili. 80 g für 10.80 Fr. www.wyland-haas.ch

ZUM PILZELN

Pilze sind kostbar. Darum soll man sie mit passendem Werkzeug behandeln. Mit dem gebogenen Messer nur die angefaulten Stellen vom runden Stiel schneiden. Die Dreckpartikel mit dem Pinsel wegwischen. Dieses Set bietet beides, dazu einen Leinensack für die Pilze. Preis: 89 Fr. www.jaund.ch

KULINARISCHE ENTDECKUNG

Der Frühling bringt Holunder aus dem Park, der Sommer essbare Blüten, der Herbst hält Haselnüsse feil, der Winter Grünkohl aus dem Garten. In jeder Jahreszeit gibt es in der Stadt Essbares zu entdecken und zu sammeln. Kombiniert man es mit Gemüse vom Markt, entstehen neue und oft auch ungewöhnliche Gerichte. Claudia Hirschberger, Arne Schmidt: «Die grüne Stadtküche», Knesebeck, 40.90 Franken.

Fotos: Yves Bachmann, Sara Gaus