
THOMAS KRAUSE

KOCHEN FÜR MÄNNER



THOMAS KRAUSE

Mit Fotografien
von Hubertus Schüler

KOCHEN
für
MÄNNER

EIN MANN - EIN KOCHBUCH



Bassermann



• INHALT •

– MÄNNERKOCHSCHULE –

KLEIN BEIGEBEN

Snacks & Vorspeisen

27

FLEISCHESLUST

Rind, Schwein & Co.

49

AUFGEFISCHT

Fisch & Meeresfrüchte

87

FELDJAEGER

Gemüse & Co.

101

AUF ZUCKER

Nachspeisen & Co.

125



KOCHEN

das Workout für den Mann

Die Zeiten, in denen die Küche das Hoheitsgebiet der Frauen war, gehören definitiv der Vergangenheit an. Dort, wo sie früher die Familie versorgten und wo kulinarische Traditionen und Familiengeheimnisse von einer weiblichen Generation zur nächsten weitergegeben wurden, findet eine emanzipatorische Trendwende statt: Die Küche wird – zumindest zum Wochenende hin – mehr und mehr von uns kochenden Männern bevölkert! Gut, zugegeben, das Versorgen der Familie ist hier eher angenehmer Nebeneffekt, denn wir Männer sehen hierin weniger eine existenzielle Notwendigkeit. Vielmehr haben wir das Kochen zu unserem neuen Hobby auserkoren. Die Küche wird zum Schauplatz unseres kulinarischen Workouts. Anstelle von schweißtreibendem Sport gibt es am Wochenende Ambitioniertes auf den Teller.

Und wir Männer geben uns in der Küche nicht mit einem soliden Grundstock an Küchenausstattung zufrieden. Nein, der kulinarisch Interessierte und Ambitionierte rüstet auch im Hardwarebereich durchaus auf. Wir Herren der Schöpfung sind bis heute Jäger und Sammler, und deshalb sollen die praktischen Helfer nicht nur die Küchenarbeit erleichtern, sondern uns stets schmücken und mit ein wenig Besitzerstolz erfüllen.

Ein edles geschmiedetes Messer, eine schöne gusseiserne Pfanne, Tasmanischer Pfeffer, Himalaya-Salz ... Tranken wir früher zum Essen einen einfachen Landwein, so fachsimpeln wir heute so gerne über die Eichenholznote eines Rioja Gran Reserva. Und wo wir früher maximal eine Portion Spaghetti aglio e olio nach Packungsangabe auf den Teller bringen konnten, zaubern wir heute im Handumdrehen selbst gemachten Pastateig, als hätten wir in unserem Leben nie etwas anderes getan. Wenn wir kochen, dann kochen wir Männer um unserer selbst willen und – natürlich – für Ruhm und Ehre. Und wir tun das natürlich für einen einzigen guten Zweck, denn wahre Liebe geht durch den Magen.

Unsere Frauen machen wir nicht nur mit unseren Küchenzaubereien selbst glücklich: Statt aus Mangel an eigenen männlichen Ideen zum Geburtstag oder zu Weihnachten das x-te Duftwässerchen oder die soundsovielte Aktentasche geschenkt zu bekommen, sprudeln wir über vor sinnvollen Geschenkideen und es darf zum Beispiel ein Hightech-Stabmixer mit Akkufunktion sein.

Lesen Sie das Gesagte, wie ich es schreibe – mit einem Augenzwinkern. Ich hoffe, Ihnen und natürlich auch der Frau an Ihrer Seite mit diesem Kochbuch in erster Linie Freude zu bereiten und viele Rezeptideen sowie ein paar nützliche Tipps und Tricks zu verraten. Allen kochenden Männern wünsche ich auch weiterhin viel Spaß in der Küche!

Ihr Thomas Krause

—