



So macht das Kochen Spass: Sandro und Milena kneten am liebsten Teig. «Weil er so schön klebt», wie sie sagen.

«Meine Kinder helfen mir gerne ab und zu beim Kochen.»

Ein würziges Brot für Mami

Milena und Sandro wollen ihrer Mutter am 8. Mai etwas ganz Spezielles backen. Jetzt üben die zwei sich schon mal kräftig im Teig kneten.

Unweit der wunderschönen, verkehrsfreien Altstadt von Bremgarten AG steht das Haus der Familie Niklaus: grosse, lichtdurchflutete Räume, ein weiter Garten, eine lauschige Ecke mit Grill. Milena (10) und Sandro (11) führen uns nach draussen. Dort haben die beiden auf einem Tisch eine Art Backstube eingerichtet. Säuberlich haben die Schüler alle Zutaten für ein Gewürzbrot ausgelegt: Mehl, Cakeform, Hefe, Dösli mit Kräutermischungen, Oliven, Milch, Wasser.

Sogar das Backpapier haben die Geschwister nicht vergessen. Oder doch? Mutter Kathrin (45), von Beruf Krankenschwester im Kreisspital Muri, lächelt: «Ja, ein bisschen geholfen habe ich schon bei den Vorbereitungen.»

Milena, die in Bremgarten die Mittelschule besucht, will in der Küche die Küchenmaschine holen, um den Teig zu mischen. Sie ist ein aufgewecktes Kind – und schlitzohrig: «Sandro, komm hilf mir, das Ding ist für mich zu schwer!» Der Junge mit den halblangen, gelockten Haaren tragt als formvollendeter Kavalier lachend hinter seiner Schwester in die Küche. Mit seiner Mähne könnte er glatt in einem Abenteuerfilm mitspielen. «Lasst ja nichts fallen!», mahnt die Mutter fürsorglich.

kochen die beiden auch ganz selbständig. Haben sie Lust auf eine Pizza, wallen sie den Teig aus und belegen ihn mit verschiedenen Zutaten.

Blumen und Peperoncino

Im Backen haben die beiden also schon Erfahrung. Darum möchten sie heute ein Gewürzbrot ausprobieren, das mit Oliven, Speck und Peperoncino gespickt ist – «weil es so schön aussieht». Wenn es gelingt, backen sie das Brot auch am Muttertag. Dann wollen Milena und Sandro ihrem Mami das Frühstück ans Bett bringen, hübsch angerichtet mit einem selbst gepflückten Blumenstrauss.

Die Kinder sind mittlerweile – ohne Maschine – in den Garten zurückgekehrt. Das Gerät war zu schwer. Beide haben beschlossen, dass es besser ist, den Teig in



Perfektion: Durch das Braten erst entfalten Sesamsamen ihr volles Aroma.



Alles muss rein: Oliven, Peperoncino und Speck geben dem Brot seine pikante Würze.

«Die beiden Kinder helfen mir gerne ab und zu in der Küche», sagt Kathrin Niklaus. Sandro ist bereits ein Profi, wenn es um Salatsauce geht, und auch Spiegeleier kann er schon brutzeln. Milena hingegen ist eher die Praktische. Sie deckt den Tisch und räumt auch ab. Zuweilen



So wirts schöner: Milena hat aus etwas Teig kleine Verzierungen geformt, die sie aufs Brot legt.

der Küche zu kneten. «Wir können ihn ja dann immer noch auf dem Brett fertig machen.» Gesagt, getan. Einige Minuten später tragen die Kinder eine grosse Schüssel nach draussen, kippen die Teigmasse auf ein Brett, bestäuben sie mit etwas Mehl und kneten drauflos. Beide lachen, während sie mit ihren kleinen Händen so wild im Teig herumwühlen, dass Kathrin angst und bange wird.

«Teigen» macht Spass

«Langsam», fordert Mama ihre Kinder auf. Doch für einmal hören Milena und Sandro nicht hin. Zu schön ist das Spiel mit klebrigen Händen, stiebendem Mehl und verschmierten Gesichtern. Die Kinder lachen schallend. «Ab zum Hände waschen, wir müssen weitermachen», ermahnt Kathrin Niklaus die beiden «Bäcker».

Einige Minuten später hacken Milena und Sandro Oliven und schneiden kleine Speckstreifen zurecht. Sie wissen, dass



Das erste Mal backen, und schon gelingt: Milena, Mutter Kathrin und Sandro präsentieren voller Stolz das würzige Brot.

Mama diese Zutaten besonders mag. Sandro zerkleinert mit einem kleinen Rüstmesser sorgfältig einen knallroten, saftigen Peperoncino: «Das Ding ist sehr

scharf, nicht wahr?» Alle Zutaten kommen in den Teig, dann wird die Masse in die mit Backpapier ausgelegte Form gegeben und zugedeckt. «Wie lange muss der Teig aufgehen?», fragen sie ihre Mutter. «Schaut doch im Rezept nach, ihr könnt doch lesen, oder?» «Wow – 50 Minuten! Da haben wir noch Zeit, um zu spielen.»

Sekunden später malträtieren die Geschwister das grosse Trampolin, doch zwischendurch kommen sie immer wieder an den Tisch, heben das Tuch und inspizieren die Teigmasse. «Sie ist schon ein bisschen aufgegangen!», jubeln sie. Und ab gehts wieder aufs Trampolin, nicht für lange allerdings. Das Brot kommt jetzt in den Backofen.

Bald ist Muttertag. Haben die Kinder noch etwas anderes vorbereitet? Die beiden nippen am Glas: «Wir sind dran. Es wird wohl etwas mit Teig, aber mehr verraten wir nicht. Sonst steht es in der Zeitung – und wäre keine Überraschung mehr!»

Text Mauro Paoli, Bilder Christian Aeberhard

ANZEIGE



Vielseitig einsetzbar: Das pikante Gewürzbrot schmeckt nicht nur solo, sondern auch zu Quark, Gemüse, Käse und Fleisch ausgezeichnet.

Gewürzbrot mit Speck und Peperoncini

Für eine Cakeform von
1,5 l Inhalt

25 g Hefe
1 Prise Zucker
50 g Butter
600 g Bauernmehl
1 EL Salz
ca. 3,5 dl Wasser, lauwarm
2 EL Kräutermischung für Quark
1 EL italienische Kräutermischung
½ TL schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 EL Sesamsamen
50 g schwarze Oliven, ohne Stein
½ Peperoncino
50 g Specktranchen
Milch zum Bepinseln

1) Hefe mit Zucker mischen, kurz stehen lassen, sodass sie sich verflüssigt. Butter schmelzen. Mit Mehl, Salz, Wasser, Kräutermischungen und Pfeffer in der Küchenmaschine zu einem geschmeidigen Teig kneten. Zugedeckt an leichter Wärme auf das Doppelte aufgehen lassen (rund 50 Minuten).

2) Sesam in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett goldbraun rösten, auskühlen lassen. Oliven und Peperoncino hacken, Specktranchen in Streifen schneiden. Alles mit ein wenig Mehl bestäuben, dann unter den Teig kneten. Gut $\frac{3}{4}$ des Teigs in

die mit Backpapier ausgelegte Cakeform geben. Mit Milch bepinseln. Aus dem restlichen Teig eine fingerdicke Rolle formen. In 6–8 Stücke schneiden und aus jedem Strang einen kleinen Knoten schlingen. Auf den Teig setzen. Zugedeckt nochmals 20 Minuten aufgehen lassen.

3) Mit Milch bepinseln und in die Mitte des kalten Backofens schieben. Auf 220 Grad aufheizen. Sobald die Temperatur erreicht ist, auf 180 Grad zurückstellen. Gesamte Backzeit rund 40 Minuten.



Kochberatung

Womit kann ich Ricotta ersetzen?

Den Frischkäse Ricotta können Sie am ehesten mit Joghurt nature ersetzen, das Sie über Nacht in einer Windel abtropfen lassen. 1 kg Joghurt ergibt etwa 400 g Frischkäse. Ricotta ist heute allerdings überall erhältlich.

Ich backe ab und zu eine Pizza. Kann ich den selber gemachten Teig einfrieren?

Hefeteig lässt sich sehr gut auf Vorrat einfrieren. Teilen Sie die nicht benötigte Menge noch vor dem Gehenlassen in Portionen. Die Teigkugeln in Plastiksäcke geben und diese mit einem Knoten verschliessen, möglichst ohne Luft. Jetzt können Sie die Portionen einfrieren. Vor dem Verwenden über Nacht im Kühlschrank auftauen, dann auspacken und wie gewohnt aufgehen lassen. Der Teig ist gefroren drei bis vier Monate lang haltbar.

Gibt es einen Trick, «Gschwellti» leichter zu schälen?

Schrecken Sie Schalenkartoffeln immer mit kaltem Wasser ab. Dadurch lockert sich die Schale. Sie lässt sich dann leicht abziehen.

Probleme beim Kochen?

Rufen Sie an! 0901 240 244 *
Montag bis Freitag,
9 bis 12 Uhr

* erste Minute gratis,
dann 1 Franken pro Anruf

Fragen via E-Mail:
kochberatung@saisonkueche.ch

Lust auf mehr Kochen?
«Saison-Küche»,
das Kochmagazin der Migros,
bestellen: ein Gratisexemplar
oder Jahres-Abo (12 Ausgaben/Fr. 25.–) über
Telefon 0848 877 777**.

www.saison.ch

**SAISON
KÜCHE**

**Normaltarif