

➔ erstes Soloalbum auf den Markt, das sich in der Schweizer Hitparade etablieren konnte. Ihr Hintergrund ist multikulturell. Sie hat polnische, französische und spanische Wurzeln. Das macht ihren besonderen Charme aus: Mann und Frau lassen sich gleichermassen von ihrem Anblick bezaubern.

Besonders ist auch ihre Begabung: «Ich bin Synästhetikerin», sagt sie. Andrea Pistorius, zieht die Augenbrauen hoch: «Synähhh... wie...?». Lu klärt auf: «Ein Synästhetiker kann mehrere Sinne gleichzeitig erleben, zum Beispiel Musik sehen und Geschmäcker hören. Ich sehe Farben, wenn ich Töne höre. Diese verwandeln sich geistig in ein Gemälde. So sind meine Songs alles auch Kunstwerke. Alles klar?» Na ja, fast. Mit der «Saisunküche» kocht sie in ihrer Lieblingsfarbe Rot. Rot sind die Erdbeeren, die mit den Rhabarbern zu einem frechen Kompott gemischt werden. Dazu gibt es Kokos-Griess-Nocken.

### Ein Schleckmaul mit Flair für den Körper

«Ich liebe Süsses», sagt Lu, «vor allem Glace. Ich möchte einmal selber Eis herstellen – aussergewöhnliche Kreationen, wie etwa mein Lieblingsgeschmack mit Safran, dazu süssen Rahm.» Da fragt man sich, warum die Kalorien bei der feingliedrigen Schönheit eigentlich nicht ansetzen. «Alexander-Technik», verrät Lea. Mit ihrem Trainer Noam Renen arbeitet die 25-Jährige intensiv an ihrer Körperhaltung. Das ist wichtig, denn: «Ein Musiker muss Verantwortung für den eigenen Körper übernehmen. Je nachdem, wie die Körperspannung ist, klingt ein Instrument oder Ton ganz anders», sagt sie.

Und was macht die Zürcherin, wenn sie keine Songs schreibt, Texte übt oder Süsses vertilgt? «Klatschheftchen lesen. So kann ich am besten abschalten.» Dafür bleibt ihr allerdings nicht mehr viel Zeit. Denn seit ihrem unvergesslichen Soloauftritt im Seebad Enge vor knapp drei Jahren ist Lea Lu eine gefragte Sängerin.

Text Heidi Bacchilega

Bilder Nik Hunger

www.lealu.ch

## Kokos-Griess-Nocken mit Erdbeer-Rhabarber-Kompott

Dessert für 4 Personen

Zubereitung

zirka 35 Minuten

+ auskühlen lassen

Pro Person

zirka 9 g Eiweiss, 30 g Fett,

85 g Kohlenhydrate,

2950 kJ/700 kcal



### ZUTATEN

4 dl Milch  
2 dl Wasser  
1 TL Vanillepaste  
1 Bio-Zitrone  
100 g Hartweizengriess  
50 g Kokosraspel  
4 EL Kokosmilchpulver  
1 EL Zucker  
200 g Rhabarber  
150 g Zucker, 2,5 dl Rosé  
1 Zimtstange  
400 g Erdbeeren  
2 EL Maisstärke  
Butter zum Braten

### ZUBEREITUNG

**1** Milch und Wasser aufkochen. Vanillepaste begeben. Zitronenschale fein dazureiben. Griess einrieseln lassen und unter gelegentlichem Rühren zu einem dickflüssigen Brei einkochen. Kokosraspel, Kokosmilchpulver und Zucker begeben und mischen. Auskühlen lassen.

**2** Für das Kompott Rhabarber schälen, längs halbieren und in 5 mm lange Stücke schneiden. Zucker in einer Pfanne leicht caramolisieren. Rhabarber dazugeben, mit Wein ablöschen. Zimtstange begeben und 1–2 Minuten köcheln lassen. Erdbeeren in Stücke schneiden. Maisstärke mit wenig Wasser verrühren. Unter Rühren zum Rhabarber geben, köcheln lassen, bis der Sirup bindet. Pfanne vom Herd nehmen, Erdbeeren begeben und alles etwas abkühlen lassen.

**3** Butter in einer Bratpfanne erhitzen. Von der Griessmasse mit einem Löffel Nocken abstechen. In der Butter goldbraun braten. Mit dem Kompott servieren.

### Tipp

Nach Belieben mit Pfefferminze, Kokosraspel und Puderzucker servieren.



Jetzt an Ihrem Kiosk für Fr. 4.90 oder unter [www.saison.ch](http://www.saison.ch) im Jahresabonnement, \$12 Ausgaben für nur Fr. 39.–