



Zierlich von Statur, aber voller Energie: Tanja Grandits in ihrem Restaurant, dem «Stucki» in Basel.

Spitzenköchin Tanja Grandits

«Entferne nie die Poesie»

Tanja Grandits ist ein Tausendsassa. Gerade erst hat die 2-Sterne-Köchin ihren eigenen Laden eröffnet und jetzt bringt sie schon wieder ein neues Projekt unter die Leute: ein Buch über Gewürze. Woher nimmt sie all die Power?



TEXT: BETTINA ULLMANN
FOTOS: FERDINANDO GODENZI

Coopzeitung: Haben Sie ein Erfolgsrezept?

Tanja Grandits: Ich habe immer ein Riesenglück gehabt, bei ganz vielen Sachen. Ich kann mich von morgens bis abends selbst verwirklichen. Von meiner eigenen Freude kann ich auch vieles weitergeben und das kommt wieder zurück.

Gibt es eine persönliche Philosophie dahinter?

Ich muss oft an den Spruch denken: «Reduziere alles auf das Wesentliche, aber entferne nie die Poesie». Der kleine Zufall darf mitspielen.

Ist das ein Stück Kindheit, das Sie bewahren konnten?

Auf jeden Fall! Das kindliche Glück hat noch etwas von einem heilen Paradies, das Staunen, das Entdecken, die Neugierde, die Freude, und ganz wichtig ist das Lachen!

Daraus entsteht Neues. Es heisst, ich sei schon ein ganz zufriedenes Kind gewesen. Urvertrauen, Glücksgefühl, Zufriedenheit, das sind auch die Dinge, die ich meiner Tochter mit auf den Weg geben möchte.

«Das Schöne muss nicht perfekt sein. Es darf auch ein bisschen Patina haben.»

Was bedeutete die Geburt Ihrer Tochter?

Sie war nicht geplant. Seitdem es sie gibt, ist alles noch viel wunderbarer, sie ist mein allergrösstes Geschenk. Emma ist auch immer zufrieden, weint nie und weiss, was sie will. Das gefällt mir. Ihre Zufriedenheit habe ich schon in der Schwangerschaft ganz deutlich gespürt. Wir haben ein tolles Verhältnis zueinander und noch nie gestritten.

Ist bei Ihnen immer alles Harmonie pur - wie reagieren Sie, wenn mal nicht alles glatt läuft?

Früher waren solche Momente schwierig für mich. Heute sage ich es einfach, freundlich und bestimmt. Man muss klar bleiben. Ich begegne ja sehr vielen Menschen.

Worauf achten Sie bei anderen Menschen?

Wenn jemand Selbstvertrauen, Freude und Neugierde ausstrahlt, dann ist der ganze Rest doch vollkommen egal. All das, was es ausserdem noch braucht, kann man einfach lernen!

Bei allem, was Sie tun, scheint das Optische wie Gestaltung oder Design sehr wichtig?

Ja, sehr. Ich bin ja gar nicht in einem Umfeld aufgewachsen, wo Design eine Rolle spielte. Die Möbel bei uns daheim waren dunkel,

schwer und wuchtig, wie in allen schwäbischen Wohnzimmern. Bei allen Gestaltungsfragen, zum Beispiel wie bei meinen Büchern, beim Interieur des Restaurants oder bei meinem Laden, arbeite ich mit sehr guten Leuten zusammen, die mich schon lange kennen. Und ich weiss sehr genau, was ich will. Ich habe es lieber einfach und schlicht. Ich brauche wenig, aber das Wenige soll schön sein. Kürzlich war ich das erste Mal seit vielen Jahren zwei Tage am Stück allein. Da habe ich mich gefragt, «Was brauche ich jetzt eigentlich?» Am Ende dieser beiden Tage war es meine wunderschöne, japanische Wabi-Sabi-Teetasse. Das Schöne muss aber nicht perfekt sein, es darf ein bisschen Patina haben.

Und Farben?

Farben sind unglaublich wichtig. Warum schmeckt mir zum Beispiel ein ►►

►► Essen, das farblich abgestimmt ist, besser? Ich kann es Ihnen nicht sagen, aber es ist so! Das ist meine Handschrift.

In welcher Stimmung sind Sie, wenn Sie arbeiten?

Ich würde sagen, ich bin sehr konzentriert und ausgelassen gleichzeitig.

Ist Ihre Arbeit Handwerk oder auch Kunst?

Nein. Meine Arbeit ist Handwerk mit viel Kreativität und Liebe.

Intuition?

Die ist bei mir wohl sehr ausgeprägt und immer dabei.

Liebe und Leidenschaft?

Sind riesig.

Humor?

Oh, es ist so wichtig, dass man über sich selbst lachen kann. Es macht mir Angst, wenn sich Menschen zu wichtig nehmen.

Feste Ziele?

Darin bin ich gar nicht gut. Ich kann gar nicht so weit denken. Fragen wie «Was gibt es Ostern oder Silvester zu essen?», sind ein Horror für mich. Ich bin sehr spontan und das ist ein Riesenstress für mein Team. Ich brauche den Druck. Wenn ich eine Idee realisieren möchte, arbeite ich auch nachts daran.



Ist auch eine Mission im Spiel?

Sie ist nicht von vornherein und absichtlich dabei, aber ich bekomme so viele tolle Feedbacks. Auch auf meine Kolumne in der Coopzeitung erhalte ich regelmässig Briefe, in denen mir die Leute bestätigen, wie sehr sie meine Ideen und meine Freude inspirieren. Das gibt mir ganz viel.

Ehrgeiz?

Ist sicher vorhanden, aber ich merke es oft nicht. Der zweite Michelin-Stern zum Beispiel. «Der kommt eh nicht!», dachte ich. Und als er dann doch da war, haben wir uns alle so unendlich darüber gefreut! Und ohne eine gewisse Portion Ehrgeiz hätte es vielleicht auch keinen Laden gegeben. Ich wusste schon so lange, dass ich

gerne einen Laden möchte. Mein Mann hat dann einen Businessplan gemacht. Es ist das Schönste für mich, den Leuten etwas Wertvolles zu verkaufen. Da komme ich dann auch gleich mit den Kunden ins Gespräch und inzwischen ist er zu einem Treffpunkt geworden. Es gibt viele Leute, die in den Laden kommen, um eine kleine Portion Langpfeffer oder

Gewürze Ein Kosmos der Sinne und Aromen

Gewürze gehören zu Tanja Grandits Lieblingsthemen. Jedes Gewürz ist einzigartig. Früher dienten Gewürze vor allem als Heilmittel und wurden hauptsächlich für medizinische Zwecke eingesetzt. Heute sorgen sie für geschmackliche Höhenflüge und einmalige Sinnesfreuden. Wir haben drei Gewürze für Sie ausgewählt:

Koriander

Erste Nachweise für die Verwendung von Koriander wurden in Israel gefunden, sie sind sagenhafte 6000 Jahre alt. Von der einjährigen, krautigen Pflanze werden in der europäischen Küche vor allem die Samen verwendet. Diese haben einen leicht zitrusartigen, bitteren Geschmack, der in jedem Currypulver, Lebkuchen oder auch im Gin nicht fehlen darf. Die orientalische und die asiatische Küche setzen auch die Blätter



Koriander

mit ihrem moschusartigen, zitronenähnlichen Geschmack ein. Koriandersamen sind 2 bis 5 Millimeter gross und haben eine gelbbraune Farbe. Kurz vor dem Gebrauch die ganzen Samen in einer Pfanne ohne



Fenchelsamen

Fett rösten, dabei die Pfanne hin und her bewegen, damit die kleinen Kügelchen von allen Seiten geröstet werden. Dann je nach Bedarf im Mörser gröber oder in der Gewürz- oder Kaffeemühle feiner mahlen.



Spitzenköchin Tanja Grandits

Tanja Grandits wurde 1970 in Ebingen-Albstadt, einem kleinen Ort mit knapp 20 000 Einwohnern in Süddeutschland, geboren. Nach Gymnasium und Kochlehre im Luxushotel Traube Tonbach hat sie im «Claridges» in London, bekannt für seine multikulturelle Küche, gekocht. Ihren Mann René Graf lernte sie in Château de Montcaud in Südfrankreich kennen. Mit ihm zusammen eröffnete sie ihr eigenes Restaurant Thurtal in Eschikofen. Seit 2008 leiten die beiden das «Stucki» in Basel. Tanja Grandits hat 17 Gault-Millau-Punkte und 2 Michelin-Sterne.

▣ **links**
www.tanjagrandits.ch
www.stuckibasel.ch

Tanja Grandits gibt Olivenöl mit Vanillemark auf die Lachsforelle.

so und Kochtipps mitzunehmen, aber nicht alle diese Leute kommen auch ins Restaurant.

Keine Tanja Grandits ohne ihr Umfeld?

Ich habe so ein unglaubliches Glück mit all den lieben Menschen um mich herum, die mich so perfekt ergänzen und unterstützen. Da ist zum Beispiel der Sous-Chef,

der die Kühlschränke kontrolliert und sich um die Lehrlinge kümmert, mein ganzes Küchenteam, das mir alles abnimmt, was ich nicht so gut kann, das Kindermädchen Hilal, das auf Emma aufpasst, mein Mann, der all meine restlichen Schwächen auffängt. Sonst ginge das alles gar nicht.

Hatten Sie auch Vorbilder?

Eigentliche Vorbilder habe ich nie gehabt, das war ein Vorteil für mich, weil ich mich dadurch immer freier gefühlt habe.

Existiert das Wort Freizeit in Ihrem Leben?

Ich mache morgens eine halbe Stunde Yoga. Mehr Zeit habe ich nicht nur für mich allein. Manchmal fehlt mir die Zeit für meine Hobbys,

wie Lesen, Kunstausstellung oder Musik.

Sie arbeiten auch mit Ihrem Mann zusammen. Haben Sie die traditionellen Rollen getauscht?

Ja, vielleicht. Aber wer legt denn die Rollen fest? Wenn ein Mann erfolgreich ist, wird er auch nicht gefragt, ob er eine Rolle getauscht hat.

Sind Sie gerne eine Frau?

Ich bin gerne eine Frau und gerne weiblich. Ich finde es eher schwierig, wenn Frauen sehr männliche Züge annehmen, um sich durchzusetzen. Das braucht es doch auch gar nicht, man kann auch sehr stark sein, wenn man eine Frau ist.

Im Vorwort Ihres Buches steht, Sie seien wahrscheinlich die Einzige, die noch ein Gewürzbuch herausbringen kann. Was unterscheidet Sie von anderen erfolgreichen Köchen?

Vielleicht die Wahrnehmung. Ich kann ja nicht besser kochen als andere, aber ich habe eine gute Wahrnehmung von Dingen und Leuten, die ich dann vielleicht anders zusammenfüge.

Was wären Sie geworden, wenn Sie nicht Köchin wären?

Fotografin. ■

Fenchelsamen

«Der Fenchelblüte gehört mein ganzes Herz», schreibt Grandits. Im Mittelmeerraum werden auch Brot und Gebäck mit Fenchel gewürzt, aber auch Fleisch- oder Fischgerichte bringen das süssliche Aroma des Fenchelsamens wunderbar zur Geltung. In der Naturheilkunde gilt der Fenchel als wohltuend bei Magen-Darm-Beschwerden oder Atemwegserkrankungen. Grandits: «Ganz automatisch entschleunigt der Geist, wenn das Aroma von Fencheltee der Tasse entströmt.»

Gewürze rösten

Alle getrockneten und erdigen Gewürze wie Koriander, Kreuzkümmel, Bockshornklee, Anissamen und -sterne, Fenchelsamen, Pfeffer vor

der Verwendung kurz anrösten, dann intensiviert sich ihr Aroma. Die Spitzenköchin rät: «Nie zusammen, sondern immer einzeln rösten!»



Gröber oder feiner gemahlen? Das kommt auf das Rezept an!

Gewürze aufbewahren

Düfte und Aromen sind flüchtige Sensibelchen. Alle Gewürze in gut verschlossenen Gläsern und möglichst dunkel aufbewahren. Getrocknete Gewürze halten sich allerhöchstens ein Jahr. Tipp von Tanja Grandits: «Bei Gewürzen lohnt es sich nicht, grosse Mengen zu kaufen.»



Vanille – die Königin

Die Vanille kommt ursprünglich aus Südamerika, wird heute aber hauptsächlich in Madagaskar und auf mehreren Inseln im Indischen Ozean angebaut. Vanille zählt – neben Safran – zu den wertvollsten Gewürzen überhaupt. Ihr unvergleichlich süßliches Aroma betört die Sinne und sie gilt als Aphrodisiakum. Sie wurde früher auch als nerven-

stärkendes Mittel eingesetzt. Zu den wichtigsten Vanillearten gehören die Bourbon-Vanille und die blumigere Tahiti-Vanille, die weniger Vanillin enthält als die Bourbon-Vanille. Normalerweise wird Vanille in Gebäcken und Süßspeisen eingesetzt. Das ist aber kein Naturgesetz, Tanja Grandits verwendet sie auch in herzhaften Gerichten. Spannend!



Die Vanilleschote auf einem Brett flach drücken und mit einem Messer halbieren. Vorsichtig das Fruchtmark aus den beiden Hälften heraus-schaben.



Lachsforelle mit Vanille-Linsencurry

Zutaten

LACHSFORELLE

4 Stück Lachsforellenfilet à 120 g, ohne Haut und Gräten
2 Vanilleschoten
1 dl Olivenöl
Maldon-Salz

Zubereitung

Olivenöl auf 60 Grad erwärmen, das ausgekratzte Mark der Vanilleschoten sowie die klein geschnittenen Schoten hineingeben. 1 Stunde ziehen lassen, dann abpassieren.
Die Lachsforellenfilets in eine feuerfeste Form legen und mit der Hälfte des Vanilleöls beträufeln. Die Form mit einer Frischhaltefolie abdecken und den Fisch bei 85 Grad Heissluft 6 Minuten im Ofen garen. Zum Servieren mit Maldon-Salz bestreuen.

ANZEIGE

Heřo
SINCE 1886

**DIE SIEGERIN
AUS DEM KONSUMENTENVOTING**

Heřo
SINCE 1886
Delicia
des Jahres
2013

**Probieren Sie jetzt die Delicia des Jahres 2013:
eine fruchtige Verführung aus süsser Aprikose und exotischer Mango**

*Erhältlich in grösseren Coop Supermärkten

Zutaten

CURRY

150 g rote Linsen
2 EL Sonnenblumenöl
1 Knoblauchzehe, gehackt
1 Stange Zitronengras, sehr fein gehackt
2 EL Ingwer, geschält und fein gehackt
1 rote Chilischote, gewürfelt
1 EL rote Currypaste
½ TL Kurkumapulver
1 Vanilleschote, ausgekratztes Mark
4 dl Kokosmilch
1 Rüebli, geschält und in feine Streifen geschnitten
1 Pastinake, geschält und in feine Streifen geschnitten

Zubereitung

Für das Linsencurry die Linsen in Salzwasser etwa 5 Minuten bissfest garen, abgiessen und kalt abschrecken. Das Sonnenblumenöl erhitz-



zen. Knoblauch, Zitronengras, Ingwer und Chili drei Minuten anbraten, Currypaste und Kurkuma dazugeben und kurz mitrösten. Die Kokosmilch sowie die Vanillestange samt dem ausgekratzten Mark begeben und etwa 15 Minuten köcheln lassen. Rüebli und Pastinake hinzugeben und zwei Minuten köcheln, dann die Linsen dazugeben und abschmecken.

Garnitur:

2 EL sehr feine Ingwerstreifen
4 EL sehr feine (Pfälzer) Karottenstreifen
Beides kurz in Eiswasser eingelegt.

Anrichten: Das Curry in einen tiefen Teller geben, je ein Fischfilet daraufsetzen und mit knackigen Ingwer- und Rüblistreifen garnieren. Zum Schluss etwas Vanilleöl darüberträufeln.

Leserangebot Buch «Gewürze»

Gewinnen Sie eines von 10 signierten Büchern der Spitzenköchin und Aromaexpertin Tanja Grandits unter:
www.coopzeitung.ch/tanja

Einsendeschluss: 8. April 2013



ANZEIGE

NESCAFÉ® feiert mit Ihnen sein 75



Jubiläum und schenkt Ihnen einen individuell gestaltbaren Reise-Becher*!



GRATIS

12.80

NESCAFÉ GOLD 200 g
De Luxe, Finesse,
All'Italiana oder
Serenade

NESCAFÉ® mehr als man denkt!

*Nur beim Kauf eines Glas NESCAFÉ 200 g in der Geschenkpackung erhältlich, solange der Vorrat reicht.

Erhältlich in allen Coop Supermärkten vom 2. bis 6. April 2013

