



Schaumkelle

Es handelt sich nicht um ein Schöpfergerät, mit dem Schaumschläger Schaumwein kredenzen, sondern um ein echt nützliches Utensil aus der Grossmutterküche: Mit der langstieligen, gelochten Kelle fischt man beispielsweise Knödel oder Klösschen aus der heissen Flüssigkeit, die durch die Löcher sofort abfließt. es

ANGETIPPT

Alles, was sie schon immer über Wein wissen wollten und nicht zu fragen wagten: «Zapfen ab!» heisst der unpräzise, neue Weinführer von Markus Matzner (Orell Füssli, Fr. 39.80). es

Kochbriefkasten

Frau Würsch sucht ein Rezept für einen Fleischkuchen.

Rezept: 1 Zwiebel, Knoblauch, 450 g Gehacktes, 1 EL Öl, Peterli, 1 EL Mehl, 2 EL Tomatenpüree, 1 dl Rotwein, 1 dl Bouillon, Pelati, Pfeffer, Paprika, Kräutermischung, Salz, 100 g Appenzeller, 3 Essiggurken, 2 Blätterteige, rund, 1 Ei. Fleisch anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Peterli mitdämpfen. Mehl darüberstäuben, Tomatenpüree, Wein, Bouillon und Pelati zugeben, mischen, würzen. 15 Minuten köcheln, abkühlen. 20 g Käse reiben, Rest des Käses und Gurken scheibeln. Springform mit Teig auslegen. Mit Käse bestreuen. Füllung darauf anrichten, mit Käse und Gurken garnieren. Zweiten Teig als Deckel darüberlegen, mit Ei bepinseln. Bei 200 Grad 45 Minuten backen. *Gabriela Stammbach*

*Fragen mit Absender an: Coopzeitung, Kochbriefkasten, Postfach 2550, 4002 Basel
E-Mail: kochbriefkasten@coop.ch*

Dass die rassigen «Spaghetti alla puttanesca» das ultimativ alleinseligmachende italienische Pasta-Rezept seien, wird kein kirchentreuer Christenmensch behaupten wollen. Der «ketzerische» Rom-Insider Professor Josef Imbach erklärt in seiner munteren Bibel «Geheimnisse der kirchlichen Küchengeschichte» (Patmos) die absonderliche Namensgebung jedenfalls ganz pragmatisch und **dubelischer nachkochbar**: Weil es die doch eher nachaktiven Sexarbeitsrinnen frühmorgens nicht auf den Markt schaffen, bereiten sie den Sugo eben mit dem zu, was in jeder anständigen Küche vorrätig sein sollte, also Tomaten, Knoblauch, fein gehackten Sardellenfilets, schwarzen entsteineten und kleingeschnittenen Oliven, Kapern und Petersilie. «Gott sägnis – en Guete!»

Esther Scheidegger



NICHT NUR FÜR LEICHTE MÄDCHEN: «SPAGHETTI ALLA PUTTANESCA».

FOTOS: ANDREAS FAHRNI

KAPERN – RUNDUM DELIKAT

Kapern verdanken ihren typischen Geschmack einer Säure, die sich entwickelt, wenn man sie in Essig einlegt. In der traditionellen Küche werden Kapern zu Fisch, Kalbfleisch, Königsberger Kloppen oder in Weissweinsaucen verwendet. Sie machen mediterrane Pasta-Gerichte interessant, und erbsengrosse Exemplare, so genannte Kapernäpfel, werden nach spanischer Sitte gern als Tapas aufgetischt. Die feins-

ten, besten Kapern kommen von den Liparischen Inseln. Dabei handelt es sich nicht um die Früchte des Kapernstrauchs, sondern um die Blütenknospen. Die grünen Kügelchen gelten aber nicht nur als schmackhafte Delikatesse. Schon im Altertum galten sie als wahres Wundermittel. **Sie sollen die Verdauung fördern** und, kein Wunder, auch den Appetit. Denn wie gesagt, sie schmecken rundum gut.



Heike Fischer ist Ernährungswissenschaftlerin bei Coop.