

DIE KÜCHE:

französisch-mediterran

Die Grundeinstellung

Nicht umsonst heißt es: Leben wie Gott in Frankreich! Die Franzosen schöpfen beim Kochen aus dem Vollen. Bestes Beispiel ist Knoblauch: Er gilt als Lebenselixier und wird in dementsprechend großen Mengen verwendet. "Die Essenz sitzt zwischen den Zellmembranen", so Christian Lohse, "deshalb hacke ich Knoblauch klein, streue grobes Salz darüber und quetsche ihn mit der flachen Seite einer Messerklinge zu Püree." Ebenso pragmatisch ist seine Einstellung zu Küchenaccessoires: "Man braucht nicht unbedingt teure oder spezielle Werkzeuge. Improvisieren Sie lieber mit dem, was Sie haben."



CHRISTIAN LOHSE

*Restaurant Fischers
Fritz, Berlin*

Dass sich ein Sternrestaurant so nennt wie ein Kindervers, ist ungewöhnlich, passt hier aber perfekt: Christian Lohses Kreationen sind Haute Cuisine unplugged. Denn hochgezüchtete Showküche ist dem 43-Jährigen, der lange Zeit in Frankreich gearbeitet hat, fremd. www.fischersfritzberlin.com

Das Aroma

Rosmarin, Thymian, Minze, Lavendel sollten immer frisch sein! Auch die Stängel junger Pflanzen verarbeiten: "Sie sind Aromabomben und knacken schön", so Lohse. Kräuter mit einem Messer grob zerschneiden. Bloß kein Wiegemesser benutzen, sonst gehen die ätherischen Öle verloren! Die weitverbreitete Furcht vor Fett wundert ihn: "Butter, Sahne, Olivenöl sind wichtige Geschmacks-träger, ich verwende immer viel." Während er Olivenöl aus zweiter Pressung nur zum Braten nimmt, dient das geschmacksintensivere Öl aus erster Pressung zum Verfeinern von Gerichten.

Die Fischzubereitung

Zuerst die Flossen abschneiden, dann die Schuppen vom Schwanz in Richtung Kopf mit einem Entschupper (alternativ Messerrücken) abschaben. "Ganze Fische mit Olivenöl bepinseln, mit Salz einreiben und bei etwa 220° ca. 12 Min. pro Kilo in den Ofen schieben. Sie sind gar, wenn die Unterseite glasig ist", so Lohse. Falls man lieber Fischfilet zubereitet, sollte man 160 g pro Person rechnen: mit Öl einstreichen, salzen. Auf der Hautseite kross anbraten, wenden, kurz von der Kochstelle nehmen und noch einige Minuten im Ofen braten (bei etwa 120°).



FOTOS: BETAPIUS (1)

In Frankreich schlägt das Herz eines Hauses in der Küche: Hier wird nicht nur gekocht, sondern gelebt. Daher hat sie häufig wohnlichen Charakter. Hier sind alle Küchenmöbel Maßanfertigungen der belgischen Firma Joris Van Apers bvba; Sie wurden im Stil des 18. Jahrhunderts gebaut – teilweise mit Originalen.



Die Landliebe

Lohses Küche lebt stark von Eigenaromen. "Deshalb verwende ich Produkte, die möglichst frisch, ohne lange Transportwege geliefert werden" – also nur Saison Gemüse und Fleisch aus der Region.

Die Meeresschätze

Die Wintermonate gelten als Muschelsaison. Ein Basisrezept für Bouchot- bzw. Miesmuscheln: Schalotten, Knoblauch und Thymian in viel Olivenöl und Butter anbraten, Muscheln dazugeben, mit Weißwein ablöschen, etwas Gemüsebrühe dazugeben, aufkochen – fertig. Wichtig: Der Alkohol muss verkocht sein! Jakobsmuscheln immer nur kurz braten, in der Mitte sollten sie fast roh bleiben: Sie verlieren sonst ihr nussiges Aroma. Butter im Bratensaft schaumig werden lassen, Muscheln damit übergießen.