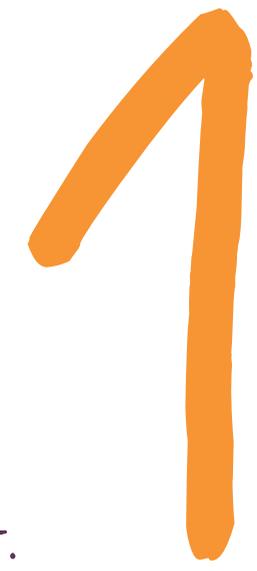


ÜBERDENTELLERRANDKOCHEN

EINE PRISE HEIMAT

DAS FUSIONS-KOCHBUCH





WAS KOCHEN MIT
LIEBE ZU TUN HAT:
EIN AFGHANISCH-
DEUTSCHES MÄRCHEN

WHY LOVE AND
COOKING GO TOGETHER:
AN AFGHAN-
GERMAN FAIRY TALE



REZA & MICHAEL

Beim leidenschaftlichen Kochen läuft es mitunter wie in der Liebe: Gegensätze ziehen sich an. Weich und knusprig, sattes Gelb und frisches Grün, deutsche und persische Küche. Im Spiel mit den sogenannten Gegensätzen stellen sich diese häufig als ziemlich gute Kombinationen heraus. Reza und Michael haben während ihrer vergnügten Kochbegegnung so manchen Kontrast mit Meisterhand in wundervolle Gerichte umgesetzt: Linsensuppe mit Ei, Kartoffeln, Reis und Okra und als Nachtisch einen Safran-Limetten-Pudding. Mehrere Köche verderben den Brei? Nicht hier und auch beim Würzen heißt die Devise Vielzahl. Reza zeigt sich etwas belustigt hinsichtlich der deutschen Vorliebe für Salz, denn es gebe doch so viel mehr. Die Scheu vor dem Zuviel an Gewürz abzulegen, das lernt man aus der Begegnung mit der Küche seiner afghanischen Heimat. Michael lässt Regeln und Vorbehalte sowieso nicht gelten und folgt bei seinen Kochkünsten vielmehr dem Gefühl und der Lust am Experimentieren. Die Gegensätze etwa in den Farben wirken dabei auch in der Präsentation der Speisen vorteilhaft. Wer ein solches Essen dann genießt, schmackhaft und dazu noch so schön, der kann vor lauter Freude am Dasein richtig alt werden. Rezas Großvater ist genau so 145 Jahre alt geworden. Wer das nicht glauben kann, muss entweder unsere Rezepte selber testen – viele Jahrzehnte lang – oder er fragt Reza persönlich. Der arbeitet als Schuhmacher in den Hackeschen Höfen in Berlin und freut sich über Besuch. Die Moral von der Geschichte: Mit Leidenschaft kocht man, liebt man, erzählt man, und zwar überall.

Sometimes passionate cooking can be a lot like love: opposites attract. Smooth and crisp textures, deep yellows and fresh greens, German and Persian cuisine: the interplay of these apparent opposites brings up some pretty good combinations. During their cheerful cooking encounter, Reza and Michael skillfully transformed contrasts into wonderful dishes: lentil soup with egg, potatoes, rice and okra as well as a saffron and lime pudding for dessert. Multiple cooks spoil the broth? Not in this case. And as for seasoning the order of the day, too, is multitude. Reza seems amused by the Germans' fondness of salt, because there is a whole world of seasoning outside it. Putting aside the fear of adding too many spices is the first lesson learned from the encounter with the cuisine of his Afghan homeland. Michael, in any case, is not fazed by rules or restrictions and prefers to follow his instincts and desire to experiment when cooking. The contrasts in color for example are also advantageous for the presentation of the dishes. Whoever enjoys this food, delicious as it is beautiful, will grow to be very old indeed, purely by finding such joy in its existence. This is how Reza's grandfather turned exactly 145 years old. And if you don't believe it you should give our recipes a try, for a couple of decades at least, or ask Reza about it yourself. He works as a shoemaker at Hackesche Höfe in Berlin and would be delighted to see you. The moral of the story is: there is passion in cooking, loving, and telling stories – no matter where in the world.

REZA & MICHAEL



MENÜ

FÜR 4 PERSONEN



VORSPEISE

LINSENVARIATIONEN AN POCHIERTEM EI



HAUPTSPEISE

KARTOFFEL-REIS- KUCHEN MIT FEINEN OKRASCHOTEN



NACHSPEISE

SAFRAN-LIMETTEN- CREME

LINSENVARIATIONEN
AN POCHIERTEM EI
500 g rote Linsen

Für die Linsensuppe:

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
400 g geschälte Tomaten
1 l Wasser
2–3 TL Salz
1/2 TL Pfeffer
1 1/2 TL Currypulver

Für den Linsensalat:

1 Zwiebel
3 Karotten
5 g frischer Koriander
10 g frische Minze
10 g frischer Ingwer
1 Zitrone
2 EL Rapsöl
2 EL Weißweinessig

Für das pochierte Ei:

4 Eier
Zucker

Zum Anrichten:

50 g Wildreis
Rapsöl zum Frittieren

KARTOFFEL-REIS-
KUCHEN MIT FEINEN
OKRASCHOTEN

Für den Kartoffel-Reis-Kuchen:

300 g Basmatireis
3 große Kartoffeln
1 g Safranfäden
1 Ei

Für die Okraschoten:

400 g Okraschoten
5 Knoblauchzehen
3 EL Pflanzenöl
Salz

Zum Anrichten:

2 EL Sauerrahm
1 Prise Kreuzkümmelsamen

SAFRAN-
LIMETTEN-CREME

800 ml Milch
5 EL Reismehl
1 1/2 EL Zucker
1 1/2 EL Honig
2 EL Pistazien
0,5 g Safranfäden
100 ml Rosenwasser oder
Orangenblütenwasser

Zum Anrichten:

2 Limetten
Zucker
2 EL Pistazien,
in der Pfanne geröstet
2 EL essbare Blüten
(z.B.: Eisbegonien, Veilchen, ...)
1 EL Wildkräuter
(z.B.: Schafgarbe,
Sauerklee, Wiesenkerbel,...)
1 TL rosa Pfefferbeeren

DELICIOUS LENTIL
VARIATION ON
POACHED EGG
500 g red lentils

For the lentil soup:

1 onion
2 garlic cloves
400 g peeled tomatoes
1 l water
2–3 tsp. salt
1/2 tsp. pepper
1 1/2 tsp. curry powder

For the lentil salad:

1 onion
3 carrots
5 g fresh coriander
10 g fresh mint
10 g fresh ginger
1 lemon
2 Tbsp. canola oil
2 Tbsp. white vinegar

For the poached egg:

4 eggs
sugar

POTATO-RICE
CAKE WITH
DELICATE OKRAS

For the puffed wild rice:

50 g wild rice
canola oil for frying

For the potato-rice cake:

300 g basmati rice
3 potatoes
1 g saffron threads
1 egg

For the okras:

400 g okras
5 garlic cloves
3 Tbsp. vegetable oil
salt

For serving:

2 Tbsp. sour cream
cumin seeds

SAFRON-LIME CREAM

800 ml milk
5 Tbsp. rice flour
1 1/2 Tbsp. sugar
1 1/2 Tbsp. honey
2 Tbsp. pistachios
1–2 g saffron threads
100 ml rosewater or orange
flower water

For serving:

2 limes
sugar
2 Tbsp. roasted pistachios
2 Tbsp. edible flowers (e.g.
violets, squash flowers, ...)
1 Tbsp. weeds (e.g. yarrow,
sorrel, cow parsley, ...)
1 tsp. pink pepper berries

MENUE

SERVES 4



STARTER

LENTIL VARIATION ON POACHED EGG



MAIN DISH

POTATO-RICE CAKE WITH DELICATE OKRAS



DESSERT

SAFRON-LIME CREAM



LINSENVARIATIONEN AN POCHIERTEM EI LENTIL VARIATION ON POACHED EGG



LINSEN

Die Linsen waschen und ca. 15 Minuten in 1 l Wasser vorkochen, dann in einem Sieb abtropfen lassen. 3/5 der Linsen für die Linsensuppe bereitstellen und 2/5 für den Salat.

LINSENSUPPE

Die Zwiebel in Würfel schneiden und andünsten. Den Knoblauch hacken und hinzugeben. Im Anschluss die Linsen kurz mitdünsten und dann die geschälten Tomaten unterrühren. Das Wasser hinzufügen und das Ganze für 20 Minuten kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken, pürieren und am Schluss durch ein feines Sieb passieren.

LINSENSALAT

Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und kurz in kochendem Wasser blanchieren. Das nimmt der Zwiebel den kräftigen Geschmack. Währenddessen die Karotten in sehr feine Würfel schneiden, die Kräuter sehr fein hacken, die Zitronenschale fein abreiben und die Frucht entsaften. Zwiebel, Karotten und

Linsen in eine Schale geben und geriebene Zitronenzeste hinzufügen. Den Ingwer reiben und ebenfalls hinzugeben. Mit etwas Öl, Essig und dem Saft einer Zitrone marinieren, einige Minuten ziehen lassen und zum Schluss die Kräuter hinzugeben.

POCHIERTES EI

Die Eier einzeln in eine Schale schlagen und in kochendes Wasser geben. Dafür das Wasser zuvor stark umrühren und dann jedes Ei einzeln vom äußeren Rand in das Wasser gleiten lassen. Ca. 5 Minuten im Wasser knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Das Ei danach mit etwas Zucker und einem Bunsenbrenner karamellisieren.

ZUM ANRICHTEN

Öl in einem Topf auf 180°C erhitzen und den Wildreis frittieren, bis er aufpufft. Mit einem Metallsieb herausnehmen und zum Entfetten auf Küchenpapier legen. In kleinen Schüsseln die Linsensuppe an dem Linsensalat und den porchierten Eiern anrichten und den gepufften Wildreis darüberstreuen.

LENTILS

Wash the lentils and precook them for about 15 minutes in 1 l water. Drain with a strainer. Keep 3/5 for the lentil soup and 2/5 for the salad.

LENTIL SOUP

Chop the onion and fry in a pan. Chop the garlic and fry together with the onion. Add the lentils and briefly fry everything together. Mix in the peeled tomatoes and the water and let cook for 20 minutes. Season with the spices, puree everything and pass through a strainer.

LENTIL SALAD

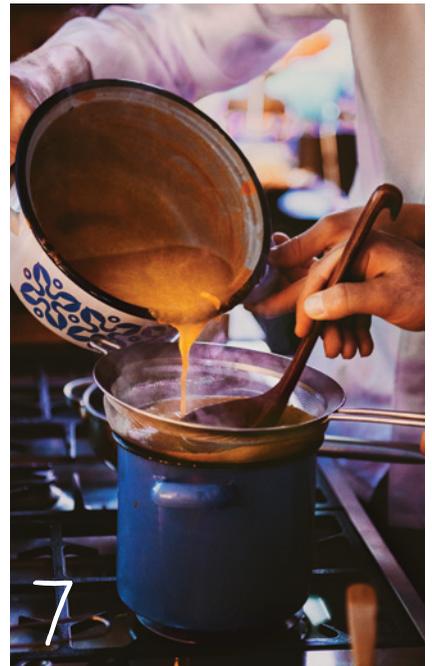
Chop the onion and briefly blanch in boiling water in order to decrease the strong onion taste. Meanwhile finely dice the carrots, chop the herbs, grate the lemon peel and juice the fruit. Place onion, carrots and lentils in a bowl and add grated lemon peel. Grate ginger and add to the mix as well. Marinate with oil, vinegar and the lemon juice, and let sit for a few minutes. Top with the freshly chopped herbs.

POACHED EGG

Crack the eggs each in a separate bowl and pour in boiling water as followed: thoroughly stir the water and then let one egg after another slide into the water from the outer edge of the pot. Allow to steep for 5 minutes right below boiling temperature. Sprinkle some sugar on top of the eggs and caramelize the eggs using a Bunsen burner.

FOR SERVING

Heat up oil in a pan to 180°C. Deep-fry wild rice in the hot oil until it is all puffed. Take the wild rice out of the oil by using a sieve and place on a paper towel to degrease. In a bowl, serve the soup with the salad and poached eggs and sprinkle the puffed wild rice over it.



1 Die Linsen vorkochen und abtropfen lassen. **Cook and drain the lentils.** 2 Die Karotten in sehr feine Würfel schneiden. **Finely dice the carrots.** 3 Die Zitronenschale fein abreiben. **Finely grate the lemon peel.** 4 Die Zitrone entsaften. **Juice the lemon.** 5 Den Ingwer in den Salat reiben. **Grate the ginger and add to the salad.** 6 Das pochierte Ei mit braunem Zucker karamellisieren. **Caramelize the egg with brown sugar.** 7 Die Suppe vor dem Servieren durch ein feines Sieb passieren. **Pass soup through a strainer before serving.**

KARTOFFEL-REIS-KUCHEN MIT FEINEN OKRASCHOTEN

POTATO-RICE CAKE WITH DELICATE OKRAS

KARTOFFEL-REIS-KUCHEN

Den Reis für ca. 5 Stunden in Wasser einweichen lassen und im Anschluss für 10 Minuten ohne Salz vorkochen, danach abseihen. Die Safranfäden in einem Mörser zerkleinern und über Nacht in 100 ml Wasser einweichen lassen — Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit Backpapier auslegen, die Kartoffelscheiben kreisförmig darauf platzieren und mit Öl bestreichen. Mit einem kleinen Gewicht beschwert von beiden Seiten langsam braten. Danach die Kartoffelsohle vom Backpapier befreien. — Den vorgekochten Reis mit Ei, Safran (inkl. Wasser) und etwas Salz vermengen und auf die Kartoffelsohle geben. Erneut mit Backpapier umwickeln und von beiden Seiten in der Pfanne durchgaren.

OKRASCHOTEN

Die Okraschoten in mundgroße Stücke schneiden. Den Knoblauch schälen, vierteln und danach mit den Okraschoten und 2 EL Pflanzenöl in einer Pfanne scharf anbraten und mit Salz abschmecken.

ZUM ANRICHTEN

Den Kartoffel-Reis-Kuchen zusammen mit den Okraschoten auf einem Teller anrichten und mit etwas Sauerrahm und Kreuzkümmelsamen bestreut servieren.



POTATO-RICE CAKE

Soak the rice in water for about 5 hours, afterwards pre-cook it for 10 minutes in unsalted water and drain with a strainer. — Peel the potatoes, cut them into thin slices and arrange the raw potato slices in a circle between 2 baking sheets. Sprinkle everything with oil, place in a pan, weigh down (using e.g. another saucepan) and slowly cook through. — Mix the rice with the egg, saffron and salt. Take off the backing sheets, distribute this rice-saffron mix on the potato cake and cook thoroughly from both sides in a pan.

OKRAS

Cut okras into bite sized pieces. Peel the garlic and cut into quarters. — Heat up vegetable oil in a pan and sear okras and garlic. Season with salt.

FOR SERVING

Serve the potato-rice cake along with the okras and sprinkle with sour cream and some cumin seeds.





SAFRAN-LIMETTEN-CREME SAFFRON-LIME CREAM

ZUBEREITUNG

Einen Tag zuvor die Safranfäden in 100 ml Rosenwasser einlegen. — Das Reismehl mit ca. 200 ml Milch mischen und für 15 Minuten ziehen lassen. Währenddessen die Pistazien grob hacken. — Die restliche Milch in einem Topf erhitzen und Zucker, Honig sowie das Safran-Rosenwasser hinzugeben. — Das Reismehl-Milch-Gemisch in die heiße Milch geben und 15 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren und gegen Ende die Pistazien hinzufügen. — Die Creme in 6 kleine Förmchen geben und im Kühlschrank kalt stellen.

ZUM ANRICHTEN

Die 2 Limetten filetieren und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Dann mit etwas Zucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner karamellisieren. — Die Pistazien halbieren. Die Blüten und Kräuter zupfen. — Die karamellisierten Limettenfilets auf der Creme verteilen (pro Förmchen 3 Filets). Anschließend mit den Blüten, den Kräutern und jeweils ca. 3 Pfefferbeeren pro Schale garnieren.



PREPARATION

The day before, pickle saffron threads in 100 ml rosewater. — Mix rice flour with 200 ml milk and allow to steep over low heat for 15 minutes. Meanwhile chop pistachios. — Heat up the remaining milk along with the sugar, honey and saffron rosewater in a saucepan. — Add the rice flour milk mix to the sweetened, heated milk and let cook for 15 minutes, stirring occasionally. At the end of the cooking process add pistachios. — Pour the cream into 6 small forms and allow to cool down in the fridge.

FOR SERVING

Slice the 2 limes and drain well on a paper towel. Sprinkle with sugar and caramelize using a Bunsen burner. — Chop up the pistachios and pick flowers and herbs. — Distribute the caramelized lime fillets on the cream (3 fillets per form). Then garnish with flowers, herbs and about 3 pepper berries each ramekin.





ÜBERDENTELLERRANDKOCHEN

A PINCH OF HOME



9 783868836066

THE FUSION-COOKBOOK