

Viele Kochregeln sind nur heisse Luft

Hobbyköche halten sich fast sklavisch an traditionelle Gebote zur Essenszubereitung. Zwei Lebensmittelexperten überprüften diese Regeln in der Praxis.

Ein Stück Brot im Wasser mitgekocht verhindert das Verholzen von Spargeln. Getrocknete Hülsenfrüchte muss man über Nacht einweichen. Eiweiss lässt sich nicht schlagen, wenn ein Tropfen Eigelb dabei ist. Muscheln darf man nur in den Monaten mit einem «r» im Namen essen: Die Liste ungeschriebener Küchengesetze ist lang. Viele Köche befolgen

sie, weil sie im Kochbuch stehen, weil man es immer so machte oder der Fernsehkoch es sagt.

Das «Kleine Lexikon der Küchenirrtümer» nimmt 90 Küchenlegenden unter die Lupe. Die Autoren Ludger Fischer und Sandro Bedin überprüfen die alten Gebote auf ihren Wahrheitsgehalt. Die Verfasser wissen, wovon sie schreiben: Fischer ist Mitglied verschiedener EU-Gremien für Lebensmittelsicherheit, Bedin arbeitet als Food-Entwickler bei der Migros.

Wenig Informationen über die Entstehung der Essgebote

Brot verhindert das Holzigenwerden von Spargeln nicht. Ist der Spargel verholzt, wurde er schlicht zu spät geerntet. Getrocknete Hülsenfrüchte muss man nicht einweichen, sondern im Dampfkochtopf garen. Beim



Alte Küchengebote: Gehören oft ins Reich der Mythen

Schlagen von Eischnee umschliessen unzählige Luftbläschen die Proteine im Eiweiss. Das Fett im Eigelb erschwert diesen Vorgang zwar, aber erst ab zwei bis drei Eigelb auf drei Eiweiss.

Das Kochbuch der anderen Art ist unterhaltsam zu lesen. Zu kurz kommen indes Hintergründe, die zur Entstehung der Essmythen beitragen. Zufällig fallen im Deutschen die Monate mit einem «r» in die kühleren Jahreszeiten. Unsere Grossmütter konnten Lebensmittel ja nicht vom Einkauf bis zum Verzehr lückenlos kühlen. Da war es sinnvoll, leicht verderbliche Muscheln nicht im Hochsommer auf den Tisch zu bringen.

Irene Mayr

Ludger Fischer, Sandro Bedin, «Kleines Lexikon der Küchenirrtümer», Eichhorn, ca. Fr. 25.–

BUCH-TIPPS

Das Leiden an der Supermarktkasse

«Wenn du in der Schule nicht fleissig lernst, wirst du Kassiererin wie diese Frau da», droht die Mutter ihrem Sprössling an der Kasse. Sie weiss nicht, dass diese Frau da vor ihr Literaturwissenschaftlerin ist und den Spruch als Demütigung auffasst. Anna Sam hat ihr Studium als «Servicemitarbeiterin Kasse» finanziert, wie die Berufsbezeichnung in Frankreich korrekt heisst. Ihr Bericht bietet eine unterhaltsame Beschreibung der modernen Einkaufsgesellschaft. So haben Kassiererinnen es mit verschiedensten Kundentypen zu tun: Rabatt-Jägerinnen, Vordrängler, Motzer oder Möchtegern-Charmeure. Die Autorin schildert ihre acht Jahre als Supermarktangestellte in 44 Episoden. Die Lektüre öffnet einem die Augen dafür, wie es ist, hinter der Kasse zu sitzen. ps



Anna Sam, «Die Leiden einer jungen Kassiererin», Riemann, ca. Fr. 23.–

Alternativen zur Wegwerfgesellschaft

Kompostierbare T-Shirts, Schuhe aus Autoreifen, essbare Bezüge im Airbus A 380: Michael Braungart und William McDonough wollen mit derlei neuen Produkten die nächste öko-industrielle Revolution einläuten. Ihren Ansatz nennen sie Cradle to Cradle: von der Wiege zur Wiege. Alle Produkte sind neu so zu erfinden, dass sie auf natürlichen und technologischen Materialien beruhen, die sich immer wieder ohne Verlust in den Stoffkreislauf einspeisen lassen. Abfall ist Nährstoff, sagt Braungart. Er kritisiert daher nur halb rezyklierbare Produkte als Öko-Frevel, da sie die Umwelt immer noch belasten. Anhand von Porträts zeigt er, welche Firmen etwa in der Schweiz bereits Cradle-to-Cradle-Produkte fertigen. eb



Michael Braungart, William McDonough (Hg.), «Die nächste industrielle Revolution: Die Cradle to Cradle-Community», Eva, ca. Fr. 45.–

Selbstverschuldet in den Abgrund

Ist die UBS Opfer einer unvorhersehbaren Katastrophe geworden? Nein, sagt der Schweizer Wirtschaftsjournalist Lukas Hässig. Schuld an der Krise sei primär die Chefetage, die jahrelang die Gewinnmaximierung als oberstes Ziel verfolgte. Schon 2002 wiesen zwei Zürcher UBS-Experten auf die hohen Risiken hin, welche die Grossbank durch die Anhäufung verbriefteter US-Hypotheken einging. Doch die Chefs schlugen die Warnungen in den Wind und stellten die Risikoexperten kalt. Hässig stützt sich auf öffentliche Quellen und Gespräche mit Ex-UBS-Mitarbeitern. Daher bleiben viele Fragen unbeantwortet, neue Fakten finden sich kaum. Dennoch: Eine lohnende Lektüre, die kritisch und verständlich aufzeigt, wie es so weit kommen konnte. thl



Lukas Hässig, «Der UBS-Crash. Wie eine Grossbank Milliarden verspielte», Hoffmann und Campe, ca. Fr. 35.–