



Kohl kochen mit Knogel



Kohl ist für ihn kein Tabu: Peter Knogel, Küchenchef im Basler Gourmetrestaurant Cheval Blanc.
Foto: Christian Hiesl



GENIESSEN Das klassische Wintergemüse gilt nicht unbedingt als edel. Trotzdem mag es der Dreisternkoch Peter Knogl. Vielleicht, weil er schon mit seiner Mutter Sauerkraut eingemacht hat.

«Als ich klein war, mussten wir essen, was auf den Tisch kam», sagt Peter Knogl. Und das sei in den Siebzigerjahren, so der Küchenchef des Restaurants Cheval Blanc in Basel, nicht selten Kohlgemüse gewesen. Im Winter gab es häufig selbst gemachtes Sauerkraut, erinnert er sich. Im Herbst jeweils habe es darum zu Hause geheissen: «Füsse waschen!» Danach habe die Mutter ihn und seine Geschwister oben auf einen 200-Liter-Topf aus Ton gesetzt. Barfuss mussten sie den mit Salz vermischten und fein gehobelten Weisskohl stampfen, der danach im Keller fermentierte: «Der Vorrat reichte bis in den Frühling», so der 49-Jährige. Aufgetischt wurde dieses Sauerkraut beispielsweise mit Sauerbraten und dicker Mehlschwitze.

Peter Knogl wurde im bayrischen Deggendorf geboren, da ist seine Vorliebe für Kohlgerichte nachvollziehbar. Doch nennt er eben auch 3 «Michelin»-Sterne und 19 «Gault Millau»-Punkte sein Eigen. So hoch eingestuft sind in der Schweiz nur noch Andreas Caminada und Franck Giovannini. Und da ist das Bekenntnis zum Kohl eher überraschender Natur, wollte doch die gehobene Küche lange nichts von so bodenständigen Zutaten wissen.

Noch in den Neunzigern assoziierte man die sogenannten Gourmettempel viel eher mit Austern und Trüffeln, Filet und Hummer. «Kohl war in der gehobenen Küche eher unbeliebt», so Knogl. Tempì passati. «Der Kohl

feiert gerade eine Renaissance», so hat der Küchenchef beobachtet. Dies gelte nicht nur für die vorwiegend in der warmen Jahreszeit erhältlichen Kohlarten wie Broccoli, Blumenkohl und Romanesco, sondern eben auch für Wintersorten wie Wirsing, Weiss-, Rot- und Rosenkohl.

Worauf natürlich geachtet wird: Man bereite heute all diese Sorten eleganter zu als auch schon. Zum Beispiel Rosenkohl: Habe man früher die ganzen Röschen einfach im Salzwasser weich gekocht, zerteile man sie heute in einzelne Blätter. Diese blanchiere man kurz im kochenden Wasser und ziehe sie dann mit Butter, Speck und Rahm an.

«Die hohe Kunst ist es, solch altbekannte Geschmäcker in einem weiteren Schritt mit edlen Komponenten zu vermählen», so Knogl. Er erzählt von seinen Wirsingpralinen, die mit Ragoutfleisch und Foie gras gefüllt sind. Im Gourmetrestaurant des Hotels Trois Rois serviert er sie als Beilage zu gebratener Ente. Auch Rouladen aus Spitzkohl kämen auf die Cheval-Blanc-Teller – mit Rehfilet.

«Aufgeblasener» Kale

Der Bayer ist nicht zuletzt angegan von den gesundheitlichen Aspekten, die der Genuss von Kohlgemüse mit sich bringt: «In fast allen Sorten ist viel Vitamin C drin – und das kann man grad im Winter gut gebrauchen.» Die reichlich vorhandenen Ballaststoffe seien ein zusätzliches Plus. Zudem könne Kohl, wenn man ihn schonend zubereite, gar vorbeugend gegen Krebs sein. Bloss vom gehypten Federkohl, oft auch englisch als Kale bezeichnet, hält Knogl bemerkenswerterweise nicht viel: «Das ist meiner Meinung nach eine aufgebla-

sene Geschichte», sagt er.

Was ist mit den Blähungen, die bei vielen Geniessern mit dem Verzehr von Rot- und Weisskohl einhergehen? Sie müssen kein Hindernis sein, findet Knogl: «Man muss beim Kochen halt genug Wasser verwenden.» Und man könne die Verdauung mit der Zugabe von Fenchel, Anis, Kümmel oder Essig unterstützen, die allesamt auch geschmacklich gut zu Weiss-, Spitz- und Rotkohl sowie Sauerkraut passten. «Natürlich muss man da subtil vorgehen, weil diese Zutaten geschmacksintensiv sind.»

Und wenn man grad einen Profi vor sich hat, nützt man natürlich die Gelegenheit und fragt nach, wie denn ein Spitzenkoch aus Bayern einen «Chabissalat» zubereite – ein Thema, über das Hobbyköche abendlang debattieren können. Knogl schneidet dafür den rohen Weisskohl so fein wie möglich und überbrüht das Gemüse mit Gemüsefond, der mit Kümmel gewürzt wurde. Die Flüssigkeit wird ausgepresst und die feinen Kohlstreifen mit Weissweinessig, Sonnenblumenöl und angebratenen Speckwürfeln vermengt: «Dafür darf man ruhig die Hände nehmen und kräftig kneten.» So werde die Zellstruktur des Kohls aufgebrochen, was die Sache zarter mache. «Gewürzt wird einzig mit Salz und Pfeffer – je einfacher, desto besser!», so Knogl.

Beim Einkaufen schaut er auf einen möglichst noch feuchten Strunk und auf eine frische Farbe des Kohls. Im Kühlschrank hält er eine Woche lang.

Zutaten einmassieren

Und wie macht er Rotkraut? «Das gibt ein wenig mehr Arbeit», sagt Knogl. Er nimmt einen ganzen Rotkohl und schneidet den



Strunk heraus. Wieder müsse man daraus möglichst feine Streifen, sogenannte Julienne, schneiden. Sie werden vermengt mit Apfelsaft, Apfelessig, Rotwein («Es muss nicht der beste sein»), Preiselbeeren – frisch wenn möglich, sonst als Konfitüre – und ein, zwei Nelken. «Auch hier soll man die Zutaten ins Gemüse einmassieren!» Das Ganze kommt zuge-

deckt in den Kühlschrank, am besten über Nacht, damit sich die Ingredienzen verbinden können. Mit Butter – «oder besser noch Entenschmalz» – werden gehackte Zwiebeln angeschwitzt, dann der marinierte Kohl samt Flüssigkeit hinzugegeben. Leise köcheln lassen, was eine Stunde dauern könne. Mit Butter wird abgeschmeckt, «es braucht nicht

unbedingt zusätzlich Zucker, da die Süsse schon in den Preiselbeeren und allenfalls im Wein steckt». Aufgewärmt schmeckt das Wintergemüse noch besser.

Seine Mutter, so erzählt Peter Knogl, mache heute noch oft Sauerkraut, wenn er sie besuche: «Und ich mag es noch genauso gern wie früher.» *Daniel Böniger*

REZEPTIDEEN

Weitere Wintergemüse – so bereitet sie der Spitzenkoch zu

Spinat, Fenchel und Chicorée können wunderbar schmecken – wenn man weiss, was damit zu tun ist.

Frühling, so sagen viele, ist die schönste Jahreszeit auf dem Wochenmarkt: Es liegen knackige Radiesli neben prallen Blattsalaten. Die ersten Erbsen gesellen sich zu jungen Frühlingkartoffeln. Und Spargel, die mögen fast alle. Doch leider gilt es, auf diese bunte Pracht noch mindestens drei Monate lang zu warten – darum stellt sich die Frage: Welche alternativen Gemüsezubereitungen empfiehlt Peter Knogl bis dahin?

Rüebli im eigenen Saft

Man schält die Rüebli und schneidet daraus dünne Scheiben. Diese gibt man mit etwas Butter in eine Bratpfanne, die mit einem Deckel geschlossen wird. Bei mittlerer Hitze (und ohne Zugabe von Wasser!) wer-

den die Rüebli im eigenen Saft weich gekocht. Salzen mit Fleur de Sel – und fertig.

Im Ofen geschmorter Fenchel

Den Fenchel klein schneiden und kurz in kochendem Wasser blanchieren. Aus Orangensaft, Hühnerbouillon, gemörserten Anis- und Koriandersamen einen Sud zubereiten. Den Sud zusammen mit ein paar Spritzern Olivenöl und ein paar Flocken Butter über das Gemüse geben. Das Ganze im Ofen bei 180 Grad schmoren, bis der Fenchel weich ist.

Verschiedene Pürees

Gleich noch eine Zubereitung mit Fenchel: Die Knollen in die gewünschte Grösse schneiden, dann mit Butter in einer Bratpfanne anschwitzen und mit Hühnerbouillon weich kochen. Mit einem Mixer pürieren. Butter, Salz und Pfeffer nach eigenem Gusto begeben. Auf gleiche Weise lassen sich

auch andere Wintergemüse verarbeiten.

Angebratener Chicorée

Die halbierten Chicoréestrünke mit Orangensaft und Himbeereisig in einen luftdichten Beutel geben (am besten vakuumiert) und bissfest garen. Vor dem Servieren in einer Bratpfanne anbraten und mit etwas Zucker glacieren.

Cremespinat

Winterspinat waschen und klein schneiden, kurz in kochendem Wasser blanchieren. (So behält das Gemüse seine Farbe.) Anschliessend das Wasser herausdrücken. In Butter gehackte Schalotten anschwitzen, den Spinat und etwas Vollrahm und Geflügelfond zufügen. Einmal aufkochen und leicht reduzieren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Auch dieser Spinat kann zu einem Püree verarbeitet werden. *Daniel Böniger*