



Brot aus der Pfanne, frisches Gemüse und Wolfsbarsch-Filet mit Fischschaum: Joachim Schwemmer zeigt im Kochkurs wie die Zubereitung geht. Foto: Anna Franck

„Brennt die Küche schon?“

Joachim Schwemmer führt in seinen **ONLINE-KOCHKURSEN** durch die Zubereitung von dreiteiligen Menüs.

VON ANNA FRANCK

Drei große braune Tüten stehen auf der Anrichte. Die Worte Vorspeise, Hauptgang und Dessert prangen auf ihnen. Ein Blick hinein offenbart frisches Gemüse, einen Gockel und ein Wolfsbarsch, aber auch eingeschweißte Beutel mit unter anderem Rote-Beete-Creme, Mehlbutter, Gemüsebrühe und Schokoladenstückchen. Einen Abend vorher hat Joachim Schwemmer, Inhaber des Gasthauses Zum Goldenen Hirschen in Lenkersheim, solche Tüten an die Teilnehmer seines ersten Online-Kochkurses ausgegeben.

Normalerweise lädt Schwemmer Interessierte für Kochkurse in seine Küche in der bekannten Gastwirtschaft an der Lenkersheimer Hauptstraße ein. Corona lässt das derzeit nicht zu, weshalb der Wirt abermals kreativ geworden ist und auf digitale Möglichkeiten zurückgreift. Neben Genussessen zum Abholen mit zugehörigen Videos auf seinem YouTube-Kanal versucht er sich nun auch an Kochkursen über die Software Zoom.

Tochter Sophie hat ihren Platz hinter der Kamera eingenommen. „Könnt ihr mich alle hören und sehen?“, fragt Schwemmer in die Runde. Zehn Teilnehmer stehen jeweils zu zweit in ihrer heimischen Küche und haben dort Laptop oder Tablet so platziert, dass sie den Anweisungen des Profis lauschen können. Eine davon ist Carolin Hoffmann, die sich gespannt zeigt und hofft, etwas dazu zu lernen. „Gebratene Maultaschen mit Salat“, sagt sie, sei ein Gericht, das sie sonst regelmäßig zubereitet. Einfach gehen soll es und schnell müsse es sein – und vor allem der Nahrungsaufnahme dienen.



Beim Zerlegen des Gockels müssen die Schenkel herausgebrochen werden. Foto: Anna Franck

„Richtig gutes Essen“, aber dennoch einen „kurzen und knackigen Kurs“ will Schwemmer seinen Teilnehmern bieten. Um Störgeräusche zu vermeiden, sollen sie ihre Mikrofone während des Kochens ausschalten. Fragen können sie jederzeit stellen, „das ist schließlich kein Stummfilm“, betont Schwemmer. Es geht locker zu.



Gibt Anweisungen: Joachim Schwemmer. Foto: Anna Franck

Nun zum Menü: Gebratenes Filet vom Wolfsbarsch mit Paprika-Zucchini-Gemüse und Fischschaum als Vorspeise, Brust vom Gockel mit Pilzgemüse und Polenta als Hauptgang und zum krönenden Abschluss Schokoladen-Rote-Beete-Kuchen mit Blutorangen-Ragout. Carolin Hoffmann hat Respekt.

Wichtig ist Schwemmer, mit den gleichen Produkten wie seine Teilnehmer zu kochen, um zu vermeiden, dass diese ständig sagen müssen: „Oh, das hab ich nicht da.“ Es geht nicht darum, eine Show abzugeben oder sich zu verkünsteln, sondern die Teilnehmer nachvollziehbar durch den Kurs zu führen – und sie auch über sich selbst staunen zu lassen. „Alle bereit? Dann geht's jetzt los.“

Nach dem Ansetzen eines Teiges für ein Fladenbrot – „das ist aber flüssig, gehört das so?“ – wird das Menü von hinten aufgerollt. Für das Dessert wird Zucker in einem Töpfchen karamellisiert. „Aber nicht anbrennen lassen“, sagt der Koch. Chili, Ingwer und Orangensaft dazu, durch Mehlbutter entsteht Bindung. Hat diese sich aufgelöst, kommen gestückelte Blutorangen dazu. „Ruhig mal probieren“, gestattet der Koch. Ein einstimmiges „Mhmm“ tont aus dem Laptop. Der Teig für den Kuchen ist fix gemacht und in Schäl-

chen abgefüllt. Den Brotteig mit weiteren Zutaten vollendet, darf dieser ruhen und die volle Aufmerksamkeit gilt nun dem Barsch.

Filetieren – Neuland für Carolin Hoffmann. Mit einem Handtuch tupft sie den Fisch mitleidigen Blickes trocken. Ein Schnitt unter der Flosse, dann das Messer drehen. Ein scharfes Werkzeug wäre hier von Vorteil. Hoffmann kämpft sich durch den Barsch und offenbart zwei mehr oder minder passable Filets – nicht wie beim Profi, aber immerhin. „Ein oder zwei scharfe Messer sind wirklich eine gute Investition“, empfiehlt Schwemmer.

Sind die Gräten gezogen, darf der Fisch zurück in den Kühlschrank. Wer soweit ist, zeigt einen Daumen nach oben in die Kamera. So weiß Schwemmer, wer für den nächsten Schritt bereit ist. „Und es ist eine Kontrolle für mich, ob auch noch alle dran sind.“ Die Fischreste entsorgen? Keineswegs, daraus wird ein Fond angesetzt, der später Teil des Fischschaums wird. 90 Prozent sei beim Kochen Vorbereitung, sagt Schwemmer. Nur wer gut vorbereitet ist, könne auch mit leckeren Ergebnissen glänzen.

Fix das Gemüse schnibbeln. Nun zum Gockel. Zaghaft wickelt Carolin Hoffmann ihn aus der Folie. Nachdem die Flügel abgetrennt sind, gilt es, die „Oberschenkel herauszubringen“, erklärt Schwemmer, zwischen den Knochen werde dann durchgeschnitten. „Chicken Nuggets sind leichter zu essen“, sagt er. Auch darum gehe es: Ein Gefühl für die Lebensmittel zu kriegen und sie eben auch selbst zu zerlegen. Da für den Hauptgang nur die Brust verarbeitet wird, landet der Rest in der Gefriertruhe.

Zurück zum Brot. Das Schneidbrett mit Mehl bestäubt, wird ein Teil des Teiges zu einem Fladen geformt. Schwupps, in die Pfanne damit und von beiden Seiten knusprig backen. So könne man ein „gutes Fladenbrot wie aus Marokko“ wirklich schnell und einfach herstellen, sagt Schwemmer. Wer mag, kann Gewürze wie Curry oder auch Oliven hinzugeben. „Das mach ich jetzt öfter“, sagte sich Carolin Hoffmann erfreut.

Mangels Bratpfannen muss Hoffmanns Fisch im Topf brutzeln. Keine nachahmenswerte Idee – er zerfällt. Geschmacklich büßt er in Kombination mit Gemüse, Brot und Fischschaum aber nichts ein. „Guten Appetit, in zehn Minuten treffen wir uns wieder“, sagt Schwemmer. Weil sich das Geschirr, besonders die Pfannen,

langsam dem Ende neigen, nutzt Carolin Hoffmann die kurze Pause zwischen Vorspeise und Hauptgang, um zu spülen.

Pilze für den Kaiser

Weiter geht's: Die Pilze wandern mit etwas Salz in die Pfanne. „Shiitake-Pilze waren früher dem Kaiser vorbehalten“, erklärt Schwemmer. Ein bisschen Sahne dazu, die Kräuter dürfen erst kurz vor dem Anrichten hinterher. Diese enthalten ätherische Öle, die sich verflüchtigen, wenn man sie zu früh hinzugibt.

„Brennt die Küche schon?“, fragt Schwemmer in die Runde. Keine Hilfschreie. Alles im Lot. Auch der Hauptgang mündet den Teilnehmern – keine Beschwerden. Und das Dessert – der Kuchen im Kern flüssig und am Rand fest? „Ein Gedicht“, sind sich alle einig.

„Die Ergebnisse konnten sich sehen lassen“, sagt ein zufriedener Joachim Schwemmer über den reibungslosen Ablauf. „Auf jeden Fall das Fladenbrot“, sagt Carolin Hoffmann auf die Frage ihres Favoriten: „Es hat wirklich viel Spaß gemacht.“ Für jeden sei das Neuland gewesen, sagt der Koch, der einfach gerne sein Wissen weitergebe und mit Leuten kommuniziere. Je länger der Online-Kurs ging, desto mehr seien sie auch aus sich herausgekommen. In Zukunft sollen weitere folgen. Joachim Schwemmer ist sicher: „Wenn man etwas mit Herzblut macht, kommt das auch rüber.“

INFO

Wer Interesse hat, kann sich bei Joachim Schwemmer [Telefon: 09841/48 23] melden. Gibt es genügend Teilnehmer, wird ein Termin vereinbart. Pro Person kostet ein Kurs 50 Euro. Die Zutaten können am Vorabend abgeholt werden.



Die Zutaten gibt es von Joachim Schwemmer verpackt. Foto: Anna Franck