



Felix Schäferhoff

Mit Pesto durchs Jahr ★★★★★

Fotografie: Thomas Mohn

Redaktion: Cornleia Höchstetter

Lektorat: Melanie Suttarp

LV.Buch 2021 · 110 S. · 18.00 · 978-3-7843-5653-2

Was für ein tolles Buch – ich weiß gar nicht, durch wie viele Pestos ich mich durchgearbeitet habe, und seitdem fehlen in meiner Küche auch keinerlei Grundzutaten wie feines Olivenöl, manchmal ein bisschen ergänzt mit steirischem Kürbiskernöl oder ersetzt mit Rapsöl, wenn es etwas weniger geschmacksintensiv sein soll, Walnüsse, Pinienkerne, Mandeln, Knoblauch und ein trockener, würziger Hartkäse – und zwar das ganze Jahr über. Vom Frühjahr an sprießt es nämlich im Garten, und wenn man einmal entdeckt, was man alles zu Pesto verarbeiten kann, dann kann man auf einmal nicht mehr aufhören. Ich selbst habe übrigens schon letztes Jahr viele kleine Gläschen mit verschiedenen Pestos eingefroren, sie bleiben alle über Monate frisch und sind schnell aufgetaut, eine willkommene Beilage oder einfach auch mal nur Brotaufstrich.



Das Buch ist wunderbar aufgemacht, jede Aufschlagseite ein Rezept, auf der einen Seite ein ganzseitiges Farbfoto, das Pesto meist schon fertig und Teil eines höchst attraktiven Gerichtes, gegenüber die Beschreibung. Die einzelnen Zutaten sind übersichtlich gelistet, daneben stehen die Arbeitsschritte, zwischen drei (üblich) und sechs (ganz selten). Zu letzteren braucht man nichts, was man nicht ohnehin im Haus hat: einen Mixer, gegebenenfalls ein scharfes Messer und einen Hobel (für den Käse).

Besonders toll finde ich, dass der Hauptbestandteil von Pesto oft das ist, was andere einfach vom Gemüse wegwerfen – etwa das Grün von Möhren (es sollte allerdings, wenn nicht aus dem eigenen Garten, immer aus kontrolliert biologischem Anbau sein). Aber besten hat bei mir alles geklappt, was „grün“ ist und Blätter hat: Spinat, Mangold, Bärlauch (mein absoluter Favorit), Kohlrabiblätter, Salatblätter wie Rucola oder Endivien und die geschossenen Reste vom Felsalat, jede Menge Kräuter. Aber



ich habe auch Zuckererbsen püriert und roten Paprika, letzteren gemischt mit heruntergefallenen Äpfeln vom Baum, Hokkaido-Kürbis mit Tomaten, schwarze Oliven mit Pinien ... einfach mal schauen, ob und was die Küche oder der Garten hergibt, und los geht's. Zum Würzen braucht man neben Knoblauch eigentlich nur Salz und Pfeffer, manchmal einen Hauch Curry, manchmal einen viertel Teelöffel gemahlene Kreuzkümmel.

Je mehr man ausprobiert, desto mehr kommen einem Ideen, und auch das ist einer der vielen Pluspunkte dieses Buches: Felix Schäferhoff animiert zum Ausprobieren, zieht keine Show ab, sondern serviert etwas „Erlesenes“, das trotzdem handfest ist und gleichzeitig auch zu edlerem Essen passt. Wir haben in diesem Sommer gegrillte Steaks mit Pesto serviert und mit frisch gebackenem Brot zu etwas ganz Besonderem gemacht.

Was mir auch gefallen hat: Jedes Rezept hat unter der Herstellungsbeschreibung einen kurzen Punkt „WUSSTET IHR ...?“, mit etwas Wissenswertem, Interessantem, einer weiterführenden Anregung zu verwendeten Zutaten. Oder wussten Sie, dass man im Mittelalter böse Geister oder Dämonen mit Minze ausräucherte? Dass Grünkohl entzündungshemmend wirkt? Dass es über 500 Sorten Kürbisse gibt?

Noch ein Pluspunkt: Das Buch begleitet einen durchs ganze Jahr, denn es ist in die vier Jahreszeiten gegliedert. Am üppigsten fällt natürlich der Sommer aus, mit elf Rezepten, Frühjahr hat immerhin sieben, Herbst acht und der Winter neun, und jeder Jahreszeit ist eine einführende Seite vorgeschaltet.

Fazit: Hier auf Alliteratus eindeutig ein Fünf-Sterne-Buch, weil wir mehr Sterne nicht haben; bei mir persönlich hat es allerdings mindestens zwei weitere. Eigentlich wollte ich es ja verschenken, aber das hatte sich sehr bald erledigt ... man gönnt sich ja sonst nichts!