



Kochen ist supereinfach?

Max Pfannenwender: Männerwirtschaft. Das Kochbuch für hungrige Kerle. Illustrationen von Karin Lubenau. Münster. Hölker 2016 • 136 Seiten • 12,99 • 978-3-88117-120-5 ★★★★★

Man liest es immer wieder: Viele junge Menschen, die heute ein Studium oder mit einem Job beginnen, bleiben gerne zuhause bei den Eltern, im Hotel Mama, wo sie mit den gewohnten Leckerbissen verwöhnt werden. Ich bin mir nicht sicher, ob dies

wirklich stimmt und ob das mehr für junge Männer oder für junge Frauen gilt. In der näheren Verwandtschaft und Bekanntschaft kenne ich einige junge Männer, die lieber in einem eigenen Zimmer leben, individuell oder in einer WG, und die bereit sind, dafür auch zu jobben. Und einige wollen auch was Anderes essen als nur Fastfood und bemühen sich, Grundkenntnisse im Kochen zu erwerben. Das Buch von Max Pfannenwender ist das ideale Geschenk für sie. Bei dem günstigen Preis muss man nicht lange zögern. Vielleicht ist es ein wenig zu optimistisch, wenn es im Vorwort heißt: „Kochen ist supereinfach“. Am Anfang wird einiges misslingen und so mancher Pancake (Warum steht hier nicht Pfannkuchen?) wird vielleicht an der Decke oder sonstwo landen.

Doch wenn man sich an die Ratschläge von Pfannenwender hält, kann eigentlich gar nicht so viel schiefgehen. Ja, man sollte wirklich ein Rezept gründlich und von Anfang bis Ende durchlesen, man sollte sich alle Zutaten bereitstellen. Die Küchengrundausstattung sollte so sein, wie sie im Buch beschrieben wird. Nun, vielleicht ist sie ein wenig zu übertrieben. Ein Muffinblech muss man nicht gleich haben, auch auf einen Spritzbeutel kann man erst einmal verzichten. Diese Liste (S. 8–9) ist übrigens für Menschen verwendbar, die über etwas mehr als Kleingeld verfügen. Hinzufügen könnte man, dass man einige Küchengeräte günstig auf Flohmärkten oder in Läden vom Roten Kreuz oder von Oxfam erwerben kann. Auf das ganze Buch sind dann noch weitere Tipps und Tricks verteilt, die sehr hilfreich sind.



In sieben Kapiteln werden zahlreiche Rezepte vorgestellt, die leicht zu meistern sind. So scheint es jedenfalls auf den ersten Blick. Dazu kann ich nur wiederholen: Nicht alles wird gleich gelingen. Man braucht ein wenig Übung. Das gilt besonders für das Kapitel „Für Küchenkavalier“, also für Rezepte, mit denen man seine Liebste beeindrucken will. Einfach zuerst mal für sich selbst oder für einen guten Freund ausprobieren. Die Andeutungen im Hinblick auf erotische Stunden finde ich allerdings auch ein wenig überflüssig – „Rezepte zum Verführen“, „Rezepte für den Morgen danach“... – man kann sie auch realisieren, ohne dass ein Abenteuer damit verbunden ist. Die weiteren Kapitel: After Work (schnelle Rezepte), Breakfast all day, Los, wir grillen, Männerabend, Jetzt wird' süß, Für Bartender. Ein bisschen viel Englisch in diesem Buch.

Bleibt noch zu erwähnen, dass dieses Kochbuch (wie fast alle Kochbücher aus dem Hölker Verlag) schön ausgestattet ist: Hardcover mit schöner Titelprägung, angenehmes Papier usw. Die Illustrationen von Karin Lubenau passen gut zum Thema: leicht und locker. Und jetzt ans Werk. Ich nenne ein paar Rezepte, die richtig Lust machen, mit dem Kochen anzufangen: Fusilli mit selbst gemachten Basilikumpesto, Coq au Vin, Rinderfilet in Rotweinsauce, French Toast mit Ahornsirup, Hähnchen-Paprika-Spieße, Biergeschmortes Rindfleischragout, Wildgulasch, Mousse au Chocolat, Shortbread mit Erdbeersahne. Das Shortbread bin ich mal angegangen und musste feststellen: So einfach, wie es hier dargestellt wird, ist es leider nicht. Wer bisher nur von Fastfood gelebt hat, wird sich anfangs ziemlich schwertun. Aber: Übung macht den Meister! Am besten man beginnt mit den Drinks, zum Beispiel: Kir Royal, Tequila Sunrise, White Russian... Danach ist man beschwingt und kommt mit den Rezepten womöglich besser zurecht.