

Geschmackserlebnis "Eier und Süssspeisen"

am 23.05.2009

Zwei Monate nach dem letzten Geschmackserlebnis ("Sprossen + Keime") war es endlich wieder soweit: Das nächste Geschmackserlebnis mit Bernadette Baumann-Gatti im Schauraum / Küchenstudio "PRINZIP" in Karlsruhe konnte beginnen

In der dieses mal relativ kurzen theoretischen Einführung ging es um das Ei als zwar jahrelang als Cholesterinbombe diffamiertes Lebensmittel, das aber lebenswichtigen Vitamine, Fette und vor allem eine ideale Zusammensetzung der verschiedenen Proteine aufweist. Und damit bekommt der Genuss von Eiern oder Speisen, in denen Eier enthalten sind, auch ernährungsphysiologisch wieder eine angemessenere Wertschätzung. Zudem ist das Ei unter anderem auch ein uraltes, symbolträchtiges Lebensmittel mit interessantem kulturgeschichtlichen Hintergrund.

Diesmal ging es relativ zügig ohne lange theoretische Einführung an die praktische Zubereitung der geplanten Speisen. Dem Thema "Eier und Süssspeisen" war die Auswahl der Rezepte offenbar ebenso verpflichtet, wie dem Slow Food Fokus auf saisonale und regionale Produkte bzw. Rohzutaten. Die Rezepte für Biskuittorte, Kräuter-Mayonnaise, Pfannkuchen und Schokoladenmousse enthalten allesamt Ei. Als saisonale & regionale Produkte gesellten sich dann noch (weisser) Spargel und Erdbeeren hinzu.

Die Herstellung des Bodens für eine Biskuittorte ist ein mehrstufiges Verfahren, das mit dem Trennen von Eiweiss und Eigelb beginnt.



Slow Food Karlsruhe

Conviviumsleitung
Jens Herion
Yorckstr. 23
76185 Karlsruhe

fon 0721-856047

<u>Karlsruhe@slowfood.de</u> www.slowfood.de

Ein Convivium von Slow Food Deutschland e.V.

> Vereinsregister Münster VR 4429



Anschliessend wird das Eiweiss steif geschlagen.



## Slow Food® Karlsruhe



Anschliessend werden die Eidotter (Eigelb) mit Zucker, Wasser und Salz gut aufgeschlagen – und zwar solange, bis "nichts mehr knirscht" und eine glatte Masse entstanden ist.

Zum Schluss abwechselnd das Mehl und die Eiweissmasse vorsichtig unter diese Masse heben. Zu heftiges Rühren führt dazu, dass der Eischnee wieder in sich zusammenfällt und dem Biskuit dann nach dem Backen die vorgesehene Luftigkeit als Tortenboden fehlt.





Dem aufmerksamen Betrachter der Bilder könnte auffallen, dass wir mit diesem Rezept gleichzeitig auch noch eine Art ungeplanten "Materialtest für Rührgefässe" durchgeführt haben. Dabei haben die Porzellanschüssel und der Stahltopf eindeutig besser abgeschnitten als die Kunststoffschüssel. Der Mixer hat mit seinen rotierenden Werkzeugen aus der Kunststoffschüssel kleine Splitter

herausgelöst, die sich anschliessend mit dem Rührgut vermischt haben (ohne sich allerdings aufzulösen. Möglicherweise lag dieser Effekt an alterungsbedingter Sprödigkeit der Kunststoffschüssel. Für uns hat er die unerwünschte Nebenwirkung gehabt, dass wir die Eidottermasse zweimal herstellen mussten, um mit der Biskuittorte letztlich keine Kunststoffsplitter zu uns zu nehmen...



Aber letztlich war der Teig dann doch erfolgreich hergestellt!



## Slow Food® Karlsruhe



Die Kräutermayonnaise war ebenso wie die Pfannkuchen vorgesehen als Begleiterin des Spargels.

Schwierig war die Einigung über die korrekte Dicke der Pfannkuchen. Muss man anschliessend durch den Pfannkuchen Zeitung lesen können – oder nicht?

Manchmal ist kochen eben auch Milimeterarbeit.





Dem Spargel war das eher egal; er sah seiner planmässigen Verwendung bereits entspannt in einer speziellen "Spargelsauna" (offiziell: Dampfgarer) entgegen.

Für die Schokoladenmousse hatten wir gleich zwei Rezepte als mögliche Varianten zur Auswahl. Nach kurzer Diskussion fiel die Entscheidung selbstverständlich für die Version mit Sahne. Schliesslich hat Slow Food nicht in erster Linie mit Verzicht zu tun, sondern mit Genuss – und Fette sind bekanntlich gute Geschmacksträger...





## Slow Food® Karlsruhe



Die Herstellung des Biskuitbelags erforderte schliesslich noch einige Tricks wie z.B. das Schlagen von Sahne an der offenen Kühlschranktür, um damit für diesen Prozess eine kälterer Umgebungstemperatur als sonst im Raum zur Verfügung zu haben.





Der letzte Teil des Geschmackserlebnisses bestand wie immer aus dem gemeinsamen Verzehr der zuvor bereiteten Speisen.





Das Testessen fiel zur Zufriedenheit aller Anwesenden aus. Die Rezepte finden Sie übrigens auf unserer Internetseite (www.slowfood.de/karlsruhe).

Viel Vergnügen beim Selbermachen, Jens Herion