

Morgentour: In Barbaras Kochschule wurden die Leser auf eine kulinarische Reise in den Mittelmeerraum entführt

Das Messer als Verlängerung des Arms

Von unserem Redaktionsmitglied
Ralph Adameit

Viele Köche verderben den Brei? Mitnichten! Zumindest in Schwetzingen widerlegte am Dienstagabend Dirk Lentz mit seinem 18-köpfigen Team das Sprichwort eindrucksvoll. Wobei sich der Profikoch und die Teilnehmer der „Morgentour“ in Barbaras Kochschule im Eichenweg gar nicht erst mit schönem Brei aufhielten – ein Vier-Gänge-Menü hatten sie sich vorgenommen. Dass am Ende auch wirklich alle satt und glücklich waren, lag vor allem am Lehrmeister, der mit interessanten Vorträgen, aber nie schulmeisterlich durch den Abend führte. „Wir werden ins Mittelmeer eintauchen“, versprach Lentz zu Beginn des knapp fünfständigen Kochkurses, der den Morgentourlern die Feinheiten der Mittelmeerküche näherbringen sollte. Die Motivation der Zeitungsleser für das gemeinsame Kochen war unterschiedlich: Ursula Stephan etwa gab an, dass sie wegen ihres Jobs bislang wenig Zeit zum Kochen gefunden habe: „Ich

erlachend. Das Eis war nach der kleinen Vorstellungsrunde schnell gebrochen, ab ging es in die Küche.

Auch wenn der Ton dort manchmal rau sei – „Kochen funktioniert nur im Team“, schärfte Dirk Lentz der Gruppe ein. Der 41-Jährige weiß, wovon er spricht, denn er ist in seinem Berufsleben schon ein bisschen herumgekommen: Nach seiner Ausbildung im Restaurant „Zur Herrenmühle“ in Heidelberg war er einige Zeit in der Schweiz tätig.

Weitere Stationen waren unter anderem die Marine-Casinos auf Sylt und in Bremerhaven sowie das VIP-Casino der Heidelberger Druckmaschinen. Seit April letzten Jahres arbeitet er als leitender Koch in „Barbaras Kochschule“. Ein Job, der Lentz, der vom Aussehen her ein wenig an TV-Koch Christian Rach erinnert, wie auf den Leib geschnitten ist.

Gute Schneidetechnik spart Zeit

Denn im Gegensatz zu Rach kommt Lentz nicht oberlehrerhaft daher, sondern gibt den Hobbyköchen Tipps, die man annehmen kann, aber nicht muss. Schließlich sind nicht alle Handgriffe in der Küche, die einem Profi wie Dirk Lentz so leicht von der Hand gehen, von heute auf morgen erlernbar. Die erste Lektion jedenfalls probierten alle Leser eifrig aus: Mit der richtigen Schneidetechnik kann man sich viel (unnötige) Arbeit ersparen – Trauben etwa zerteilt man am besten nicht einzeln, sondern nimmt eine Handvoll unter die flache Hand und zieht das Messer waagrecht darunter durch. Generell, empfahl Lentz, sollte das Messer locker in der Hand liegen, weil die meisten Menschen zu viel Druck ausüben: „Das Messer ist beim Koch die Verlängerung des Arms!“ Nach weiteren Haushaltstipps („Legen Sie getrocknete Vanil-



Dirk Lentz gab beim Morgentour-Kochkurs die Richtung vor, ohne jedoch oberlehrerhaft zu wirken. (Bild oben). Auf großes Interesse stieß die Lektion, wie man richtig schneidet. Nach der Einführung mit diversen Geruchsproben machten sich die Leser selbst ans Werk. Das Ergebnis konnte sich sehen lassen – und schmeckte auch!

BILDER: LENHARDT



möchte das in Zukunft aber öfter machen“, hat sie sich fest vorgenommen. Klaus Nikolaus, einer von nur zwei männlichen Teilnehmern, wiederum wollte den Abend in erster Linie genießen: „Ich selbst koche gar nicht, werde das Gelernte aber zu zu Hause gerne weitergeben!“, meinte

leschoten in die Zuckerdose!“) ging es dann an das Vier-Gänge-Menü.

„Beschleunigen und abbremser!“

In vier Gruppen beratschlagten sich die Leser und bemühten sich, die Hinweise und Tipps von Dirk Lentz umzusetzen. Er herrschte eine konzentrierte, aber lockere Atmosphäre. Nach der Vorspeise (Gazpacho An-

daluz, eine kalte Suppe aus Tomaten, Gurken und Paprika) konnte vor dem zweiten Gang (Fisch im Gemüsebett) sich jeder Teilnehmer noch im Wenden des Pfannengemüses üben. „Beschleunigen und dann abbremser“, hörte sich Lentz' Ratsschlag eher wie der eines Fahrlehrers denn eines Kochs an. Beim Hauptgericht schließlich durften sich beim

gemeinsamen Essen alle selbst zu recht Beifall spenden: Der Schweinebraten mit französischen Ofenkartoffeln sowie Kichererbsenmus und Cacik mundete hervorragend. Das Lob einer Leserin für Dirk Lentz' Anleitung in der Küche gab dieser beim Digestif postwendend zurück: „Ein Dirigent ist immer nur so gut wie sein Orchester!“

Klasse kamen bei den Teilnehmern vor allem die verschiedenen Schneidetechniken an. „Interessant fand ich auch seine Dekorations-Ideen. Toll, wie er die Tomatenschale zu einer Rosenblüte umgestaltet hat“, war Renate Schmidt angetan.

Weitere Bilder unter www.schwetzinger-zeitung.de

ANZEIGE

SCHÖNES ZUHAUSE

ROLLADEN · FENSTER
TÜREN · GARAGENTORE · MARKISEN
JALOUSIEN · ELEKTRISCHE ANTRIEBE
INNENBESCHÜTTUNG
INNENAUSBAU
REPARATUR-WERKSTÄTTE
Meisterbetrieb seit über 40 Jahren

Rolladenbau
WEBER
Sonnenschutz · Fenster · Türen

MANNHEIMER STRASSE 15 · 68766 HOCKENHEIM
TEL. 06205/7266 & 189501 · FAX 18276
E-Mail: info@weber-rolladenbau.de

Besuchen Sie uns – wir freuen uns auf Sie!

KÜCHEN

unter:
www.wohnmarkt-keilbach.de

WOHNMARKT KEILBACH

www.wohnmarkt-keilbach.de
KETSCH
Hockenheimer Straße 159
Telefon 06202 / 60060
Öffnungszeiten:
Mo.-Mi. + Fr. 9.30 – 19.00 Uhr
Do. 9.30 – 20.00 Uhr
Sa. 9.30 – 16.00 Uhr

Mit unserer Glasfaltwand nutzen Sie Ihren Balkon, Ihre Terrasse zu jeder Zeit!

OFFEN GESCHLOSSEN

Angebot und Information unter 06205 / 12544

GÜNTER J. SPORYS

Neustadter Straße 14 · 68766 HOCKENHEIM-TALHAUS

NEUBRAND
IHR RAUM AUSSTATTER

MACHT NEUGIERIG

Schauen sie einfach mal vorbei, wir freuen uns auf Ihren Besuch.

FRIEDRICHSTRASSE 36 · 68723 SCHWETZINGEN
Tel.: 06202-93370 · Fax: 06202-933730
www.neubrand-raumausstatter.de
email: info@neubrand-raumausstatter.de

Fliesenverlegung · Neu- und Altbau
Fliesen aus Meisterhand

FLIESEN MAYER

Gottlieb-Daimler-Str. 27 · D-68766 Hockenheim
Telefon: 0 62 05 / 18 93 42
Telefax: 0 62 05 / 18 93 43
www.fliesen-mayer.de

Nächster Erscheintermin:
Mittwoch, 13. Oktober 2010
Anzeigenschluss: Mittwoch, 6. Oktober 2010

Wir beraten Sie gerne: **Telefon 06202/205-353**

Weitere Informationen und alle Anzeigen zum Thema **SCHÖNES ZUHAUSE** finden Sie auch unter
WWW.MORGENWEB.DE/SZ_ZUHAUSE

IHR NEUES BAD, KOMPLETT AUS EINER HAND!

Die besten Ideen für Ihre Bad(träume)

Sanitär & Heizung
Fliesen & Elektro
EICHHORN

68766 HOCKENHEIM
Obere Hauptstraße 35 · 37
Telefon 0 62 05 / 44 98
Telefax 0 62 05 / 1 70 58
www.eichhorn-hockenheim.firma-eichhorn@t-online.de