Kochkunst im gemischten Doppel

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **64 (2007)**

Heft 7-8: **Hallo, hier spricht Ihr Körper!**

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-554557

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Kochkunst

im gemischten Doppel

Neue Gesichter, neue Ideen, neue Gaumenfreuden! Zwei Spitzenköche werden abwechselnd die Rezeptseite der «Gesundheits-Nachrichten» gestalten. Freuen Sie sich mit uns auf genüssliche und gesunde Leckereien von Vreni Giger und Joannis Malathounis.

Es tut sich was in den Töpfen! Freude am Essen, Spass am Kochen und Küchen-Kreativität gehören einfach zu einer gesunden Ernährungsweise. Zwei ganz individuelle Kochkünstler helfen uns, diese genussreich zu gestalten.
Befürchtungen, es könnte mit den Starkoch-Rezepten zu kompliziert werden, brauchen Sie nicht zu haben. Die wundervollen Rezepte sind zum Nachkochen gedacht – auch in der häuslichen Küche und für die Familie, ganz nach Vreni Gigers Motto: «Einfachheit ist der Mut zum Wesentlichen!»

Die Bio-Starköchin

Vreni Giger, Jahrgang 1973, kommt aus dem appenzellischen Teufen und ist seit 1997 Küchenchefin des Restaurants «Jägerhof» in St. Gallen, einem zertifizierten Bio-Knospe-Restaurant.
Wie brillant die temperamentvolle Frau dort den Kochlöffel schwingt, spiegelt sich in den zahlreichen Auszeichnungen (so ist sie mit 17 Punkten im Restaurantführer Gault Millau die höchstdotierte Köchin der Schweiz und war schon 2003 «Köchin des Jahres») und in den Lobeshymnen der Tester: «Vreni Giger tanzt

virtuos auf dem höchsten Seil der Bioküche – und zwar seit Jahren mit ungebrochener Leidenschaft und Kreativität», «Ihre Küche besticht durch bemerkenswerte Leichtigkeit» und «Reise von Hochgenuss zu Hochgenuss».

Schon früh stand Vreni am Herd, half als kleines Mädchen der Mutter im Haushalt und war als Zwanzigjährige bereits Chef de Pâtisserie.

Wichtig ist ihr die saisonale und naturnahe Küche. Da kennt die lebhafte, offene Frau keine Kompromisse: «Ich bin Bauerntochter. Ich halte mich an die Jahreszeiten.» Dafür kauft sie auch selbst ein – auf dem Markt oder direkt bei den Bio-Produzenten.

Und bei allen kulinarischen Höhenflügen liebt der «Genussmensch» Vreni Giger auch die (Hausmanns-)Küche ihrer Mutter. Faszinierend ist, was sie alles in ihrem Arbeitsalltag, der ja auch harte Knochenarbeit bedeutet, unterbringt: Kochkurse für Laien; «Vrenis Chuchi-Tisch», einen Tisch in der Küche, an dem sie zwei bis sechs Personen persönlich betreut und mit einem Überraschungsmenu verwöhnt; den eigenen Kräuter- und Gemüsegarten in Teufen und ...

Vielleicht liegt es einfach daran: «Ich mag Menschen sehr gern. Und das Schönste für mich ist, wenn ich mit meiner Freude und Lust am Kochen und am Essen andere begeistern kann.»

Mittelmeer und Musik

Das motiviert auch Joannis Malathounis: «Pure Freude am Essen und dessen Zubereitung.»

1963 in Stuttgart geboren, machte er in der Stauferstadt Waiblingen sein Abitur, studierte Geodäsie (Vermessungsingenieurwesen) – und lernte das Kochen, unter anderem bei dem bekannten Küchenchef Albert Bouley (Koch des Jahres 1990).

Seit 1993 kocht Joannnis im eigenen Restaurant «Malathounis» im baden-württembergischen Weindörfchen Stetten und kann stolz auf aktuell 15 Gault

Junge Küchenchefin, auf «Bio» versessen, und Genussmensch: Vreni Giger. Auf der heraustrennbaren Rezeptseite finden Sie ihre ersten kulinarischen Beiträge.

Millau-Punkte und begeisterte Kritiken («leichte Küche voller Aromen», «ebenso gekonnte wie einfallsreiche Menus») verweisen.

Das sagt aber noch wenig darüber aus, wie er kocht: Ihm liegt nämlich die griechische Küche am Herzen – und zwar die wirkliche, die echte, bäuerliche und gesunde griechische Küche.

Zwar sagt er selbst: «Ein erstklassiges griechisches Restaurant erscheint erst einmal so absurd wie ein Weinführer für Helgoland.» Aber auch: «Die griechische Küche ist einfach und gesund, beinahe vegetarisch. All dies liegt ganz im Trend der Zeit.»

Schliesslich haben Ernährungswissenschaftler und Mediziner längst erkannt, dass die mediterrane Küche, frisch, bekömmlich und abwechslungsreich wie sie ist, uns gesund hält – ob man sie nun Kreta-Diät nennt oder wie Joannis Malathounis «modern greek cuisine».

Angefangen hat das sympathische Paar Anna und Joannis Malathounis «ohne nix». Die Familie hält eng zusammen: Anna, Hotelfachfrau und Sommelière, bewirtet die Gäste im Restaurant kompetent und liebevoll. Seit einigen Jahren sind die beiden stolze Eltern des Söhnchens Konstantin. Und das Olivenöl in der «modernen griechischen Küche» kommt von den Bäumen der Eltern Malathounis, die bei Korfu leben.

Auch Joannis schaut bei aller Liebe zum Kochen gerne über den Tellerrand. Als seine grosse Leidenschaft bezeichnet er die Musik. Er spielt Gitarre, liebt Rock'n Roll, Dixieland und «die genialen amerikanischen Komponisten wie Gershwin, Rogers, Davis oder Mercer.» Damit nicht genug, beschäftigt er sich viel mit Architektur, Kynologie (Hundewesen) und steht «in guten und schlechten Zeiten immer zum VfB Stuttgart».

«En Guete» und «Guten Appetit» wünschen uns beide. • CR

In der Küche des «Malathounis» wirkt er ganz alleine – Joannis mit dem spitzbübischen Lächeln und den kreativen Ideen.