

VON TITUS ARNU

Gemeinsame Mahlzeiten sind viel mehr als Nahrungsaufnahme. Beim Essen werden soziale Kontakte geknüpft und gepflegt, sei es in der Familie beim Sonntagsfrühstück, mit Freunden im Restaurant oder mit Kollegen in der Kantine. Wenn Menschen nicht mehr zusammen essen wollen, dann wird es sehr schwer, überhaupt noch eine Verständigung zu finden. Genau hier setzt der Verein „Cuisine sans frontières“ (CsF) an.

Die in der Schweiz gegründete Hilfsorganisation hat sich zum Ziel gesetzt, verfeindete Gruppen in Krisengebieten in Afrika, Südamerika oder Osteuropa wieder an einen Tisch zu bekommen – zum Essen und Trinken. Denn eine gemeinsame Mahlzeit kann verbinden. Staatschefs unterzeichnen bei Banketten Friedensverträge, Paare streiten und versöhnen sich beim Essen. Eine Tischgemeinschaft kann die Voraussetzungen dafür schaffen, dass die Parteien überhaupt wieder miteinander reden. Denn das Essen in einer Gruppe setzt ganz elementare Gefühle und Regeln in Gang. „Wenn einer nur sagt: ‚Gib mir mal das Salz rüber‘, dann kann das schon der Beginn von Kommunikation sein“, sagt David Höner.

Rezepte für den Frieden

Der Verein „Cuisine sans frontières“ will Feinde in Krisengebieten zu Freunden machen – mit Hilfe von Essen und Trinken. Ein Treffen mit dem gastronomischen Sozialarbeiter David Höner



„Ich bin der festen Überzeugung, dass Essen und Trinken Menschen jeder Herkunft und Klasse verbindet. Gemeinschaft und Frieden manifestieren sich fast immer durch Gastfreundschaft“, sagt David Höner, der Gründer von „Cuisine sans frontières“ – hier bei einem Besuch in Kenia. FOTOS: CASPER HEDBERG/LAIF

das Restaurant sicher nicht mit einem Auto-grill in Italien vergleichen, was die Qualität des Kaffees und die Vielfalt des Angebots angeht, aber es hat eine ähnliche Funktion: Fremde Menschen treffen sich dort zufällig, und wenn es gut läuft, reden sie ein paar Takte freundlich miteinander.

Der Verein hat in den vergangenen Jahren immer wieder Köche aus der Schweiz nach Kenia geschickt, die Fachleute arbeiteten ehrenamtlich vor Ort und schulten die Einheimischen. Es ging vor allem um Grundsätzliches wie Hygiene, keimfreies Wasser, Aufbewahrung von Lebensmitteln. Küchenpersonal, Putzkräfte, Sicherheitsleute und Gärtner kommen von beiden Stämmen, die in dem Gebiet leben, von den Turkana und den Pokot. Die Stämme mögen sich nicht besonders, um es einmal vorsichtig auszudrücken. „Wenn ein Pokot zum Essen einlädt, kommt kein Turkana und umgekehrt“, sagt David Höner, „als neutraler Gastgeber haben wir da aber eine andere Position.“

Das Projekt begann mit einem Rückschlag. Das Calabash befindet sich auf dem Territorium der Pokot. Als das Restaurant im Jahr 2010 aufmachte, kamen achthundert Gäste zur Eröffnungsparty. Höner hatte auch die Chefin der Turkana eingeladen. Sie kam zusammen mit ein paar Bewachern. Während der Feierlichkeiten nutzten die Pokot die Gelegenheit und überfielen ein Turkana-Dorf, um Vieh zu stehlen. Ein anderes Mal lud die Organisation zu einem Kindernachmittag ein, aus den umliegenden Dörfern wurden Hunderte Mütter mit ihren Kindern mit Bussen abgeholt. Die Männer der verfeindeten Stämme vertrieben sich die Zeit, indem sie sich gegenseitig angriffen.

Doch im Laufe der Jahre verbesserte sich die Zusammenarbeit. Zumindest die Einheimischen nach und nach die Vorteile des Projekts schätzen lernten. Ein Problem des Subsaharagebietes ist die fortschreitende Versteppung der Rinderweiden. Daher soll das Restaurant um ein Kamel-Zentrum erweitert werden, mit Seminaren zu Zucht und Haltung der Tiere oder zur Verarbeitung von Milch und Fleisch. Mit Kamelen könnte die lokale Hirtenkultur am Leben erhalten werden. Derzeit gibt es 28 Tiere im Calabash-Zentrum. Es scheint aufwärts zu gehen. Ähnliche Einrichtungen wie in Orwa hat Cuisine sans frontières in Kolumbien, Brasilien, Georgien und Ecuador gegründet. Höners Idee ist, die Lokale nur für einige Jahre zu betreiben und sie dann, wenn sie funktionieren, der lokalen Bevölkerung zu übergeben. Während dieser ersten Jahre werden die Projekte nur durch Spenden finanziert.

Ein Lokal aufmachen, und dann ist Frieden? So einfach ist es sicher nicht. Ein Projekt in Brasilien mussten die Helfer wieder aufgeben. Das dortige Restaurant in einer Favela funktionierte zwar gastronomisch, aber die verfeindeten Drogenbanden setzten sich trotzdem nicht an einen Tisch. Die Frontlinien blieben bestehen, auch nahmen Schießereien und andere Gewalt überhand, so dass es für die Betreiber zu gefährlich wurde. Der Verein zog sich wieder zurück. In Kenia scheint es nun besser zu laufen. Lokale Chiefs und Politiker nutzen das Restaurant regelmäßig für ihre Treffen, es gibt eigene Veranstaltungen für die Konfliktparteien.

Ein festes Team von Mitarbeitern leitet das Zentrum, zehn Einheimische sind angestellt. Im Umfeld sind weitere Projekte entstanden: das ambulante Gesundheitszentrum einer holländischen NGO, das Kamelzentrum und eine Honigsammelstelle. Ende des Jahres wird das Restaurant an lokale Organisatoren übergeben, und David Höner zieht sich aus der Organisation des Projekts zurück. Ist das Ziel dort also erreicht, hat das Essen tatsächlich Frieden gestiftet zwischen den Turkana und den Pokot? Höner ist vorsichtig und sagt: „Ich bin kein Friedensstifter, ich bin einfach nur ein gastronomischer Sozialarbeiter.“

Infos zu weiteren Projekten und Spendenmöglichkeit: www.cuisinesansfrontieres.ch

LOKALTERMIN

In vielen Großstädten ist die Tapas-Bar fest in der Hand von Konzeptgastronomen und so leider stets ein kulinarisches Risiko. Für echtes iberisches Flair fährt man also am besten in die Provinz, rät unser Autor **Philipp Maußhardt**. Im **Cosita** in Balingen ergänzen sich spanischer Wein, schwäbische Tatkraft, thüringische Küchenkunst und mallorquinische Sobrasada aufs Herrlichste!



Die Hohenzollern waren ja eher für Disziplin als für lukullische Exzesse bekannt. Doch wer auf dem Stammsitz des Adelsgeschlechts, der hoch gelegenen Burg Hohenzollern in Hechingen am Rand der Schwäbischen Alb, ein gutes Fernrohr zur Hand nähme, der könnte vielleicht direkt ins Paradies blicken. Und in der Küche des Restaurants „Cosita“ im nahen Städtlein Balingen eine junge Frau erkennen, wie sie zwischen Pfannen und Töpfen herumwuselt, mal einen Löffel in den Fond taucht oder einen Granatapfel entkernt. Anja Kretschmer, die Küchenchefin, hat blonde Haare und einen Teint, der so gar nicht zum spanischen Namen des Hauses passt: Cosita – das Ding. Dafür kann Padron Pablo Gonzales einen Akzent rausheulen, der so gar nicht seine spanische Herkunft verrät: „Die Sobrasada aus Mallorca isch des Beschte, was man kriegen kann“, sagt Gonzales. Als Sohn spanischer Gastarbeiter nahe Balingen geboren, trägt er das Schwäbische auf der Zunge, Spanien dagegen im Herzen.

Mehrmals im Jahr fährt Gonzales in die Gegend von Toledo, besucht Weingüter und lässt sich von seiner Mama wieder ein geschmortes Kaninchen vorsetzen, wie es eben nur dort zubereitet werden kann. Dann kommt er zurück und erzählt seiner jungen Küchenchefin (die wiederum aus Thüringen stammt), was er alles wieder an sensationellen Dingen gegessen hat. Anja Kretschmer war – abgesehen von einem kurzen Wochenendausflug – in ihrem Leben noch nie in Spanien. Aber jeder Spanier würde, käme er ins Cosita, vor ihrer Küchenkunst den Hut ziehen: vor Gerichten, die mit ihrer Mischung aus mediterraner Leichtigkeit und schwäbisch-thüringischer Bodenständigkeit auf eine ganz eigene Klasse deuten. Auf der Karte liest sich das so: „Schweinefilet aus Dautmergen von der Landmetzgerei Karle im Serranoschinkenmantel auf Auberginen-Tomatenaufschlag mit Kartoffelbällchen a la Mama Gonzalez.“ Oder als Vorspeise: „Salat mit karamellisierten Nüssen, Granatapfel und Ziegenfrischkäse von der Alb.“

Die Küchenchefin ist erst 29 Jahre alt und ihrer Ansicht nach noch nicht viel herumgekommen. Dafür hat sich ihr Ruf schon bis Hamburg herumgesprochen. Vor wenigen Wochen meldete sich Cornelia Poletto bei ihr und lud sie zu einem gemeinsamen Kochevent an die Elbe ein. Für Gonzales muss Kretschmer ein Glückstreff gewesen sein: offen, ehrgeizig und talentiert

schmeißt sie seit einigen Jahren mit nur zwei Mitarbeitern die Küche und bleibt, selbst wenn alle 36 Plätze belegt sind, sehr gelassen. Kaum hatte das Cosita vor gut einem Jahr neu eröffnet (Gonzales zog vom nahen Haigerloch in einen Neubau nach Balingen um), war es schwer, ohne Voranmeldung eine Platz zu bekommen. Der Satz vom Bauern, der nicht isst, was er nicht kennt, darf also angezweifelt werden. Ebenso wie das ewige Vorurteil von der Provinz. Weil Gonzales für sein Restaurant und Hotel nicht nur einen Kreis an Geldgebern, sondern auch zwei fähige Architekten fand, wirkt das Cosita auf angenehme Art modern und intim zugleich. Wer sich der (schwäbisch-thüringisch-) spanischen Küche lieber vorsichtig nähern möchte, weicht auf die Tapas-Karte aus: Und bestellt etwa eine Sülze aus Fenchel und Apfel, ausgericht auf einem Kräuterspiegel mit einer Ziegenkäsespraline (1,50 €) oder einem Lachstartar an Limonenchilligelee und Salatstroh (13,50 €). Es gibt Gäste, die essen sich durch die gesamte Tapas-Karte und haben am Ende das Gefühl, ein mehrgängiges Menü genossen und dafür nicht mehr bezahlt zu haben als für das große „Cosita-Menü“, das selten über 50 € liegt. Und

wer Glück hat, kommt gerade richtig, wenn Gonzales und Kretschmer wieder eine Laune reitet: Dann stellen sie die alle sechs Wochen wechselnde Karte gerne unter ein Motto. Zuletzt war es „Sherry“. Der findet sich dann zusammen mit Sankt Petersfisch in einer raffinierten Füllung von Ravioli in einer klaren Suppe von wildem Fenchel und Anis. Nicht weniger aufregend: der gebratene Heilbutt auf sautiertem Sherry-Spitzkohl mit mallorquinischer Sobrasada – die „Beschte“ eben, die man kriegen kann.

Spanische Weine sind die Leidenschaft von Pablo Gonzales, und wohl wenige kennen sich damit so gut aus wie er. Der Weinkeller im Cosita birgt mehr als 140 Schätze von der iberischen Halbinsel aus nahezu allen namhaften Regionen und Bodegas. Ramirez de Ganuza ebenso wie die Finca Allende. Eigentlich wartet Gonzales nur auf ein Stichwort seiner Gäste, dann sprudelt das Weinwissen nur so aus ihm heraus.

Kürzlich setzte sich der Padron mit 13 seiner Gäste am Freitagnachmittag in einen Ferienflieger nach Mallorca. Dort feierten sie auf einer abgelegenen Finca eine echte „Mantanza“, ein Schlachtfest nach Art der Mallorquiner. Jedes Teil des schwarzen Schweins, von den Ohren bis zu den Innereien, wurde sorgfältig von den deutschen Gästen unter Anleitung heimischer Metzger verarbeitet. Am Abend saß die Runde dann über der Bucht von Alcúdia und schaute aufs Meer. „Es hatte etwas Magisches“, schwärmt Gonzales, „wir waren alle sehr ergriffen.“

Ein wenig von dieser Magie ist auch in Balingen, im Schatten der Hohenzollern-Burg zu spüren. Wer jetzt noch weiß, dass die Preußen-Könige eigentlich viel lieber am Esstisch saßen als auf einem Kriegssross, der kommt womöglich ins Grübeln über die herrlichen Granatapfel, die da neben dem Ziegenkäse einschlagen.

In einem Satz: Die spanische Schweinswurst ist laut Wirt „die beschte, die man kriegen kann“, und alles andere isch genauso gut.

Qualität: ●●●●
Ambiente: ●●●●
Service: ●●●●
Preis/Leistung: ●●●●

GESCHMACKSSACHE



Grapefruit

Was erwarten wir vom neuen Jahr? Aus kulinarischer Warte ist das einfach: Frische und Leichtigkeit, was auf bunte Teller, fette Braten und ein schlechtes Gewissen zurückzuführen ist. In jedem Fall bietet sich da die Grapefruit an, nicht nur weil sie gesund ist und im Winter Saison hat, sondern weil sie mit ihren bitter-kräutrigen Anklängen entspannende Kost wie Fisch oder Salate spannend begleitet. Wobei unklar bleibt, was an der Grapefruit interessanter ist: ihr Geschmack oder ihre Familiengeschichte. In Deutschland neigt man ja dazu, Grapefruit für eine Snobbezeichnung der Pampelmuse und beide für das Gleiche zu halten. Ist aber falsch. Die Grapefruit ist saftiger und säuerlicher, mit dünnerer Haut um die Filets. Sie gilt damit als supermarktgänglicher und soll um 1750 auf Barbados entstanden sein, als Kreuzung aus Orange und Pampelmuse. Die Orange aber ist eine Kreuzung aus (südostasiatischer) Pampelmuse und (chinesischer) Mandarine. Also ist die Pampelmuse, deren Name die Europäer wohl vom tamilischen Begriff pampalimäsu („große Zitrusfrucht“) abgeleitet haben, nicht nur die Mutter der Grapefruit, sondern auch ihre Großmutter, und der Stammbaum der lustigen Zitrusfamilie erinnert so ein wenig an die der europäischen Königshäuser. Königlich schmeckt Pink Grapefruit auch in einem einfachen Salatklassiker von Alice Waters: Für diesen nur die Filets zweier Bio-Grapefruits mit den Spalten von zwei Avocados, 1 TL geriebener Grapefruitschale und einer fein gewürfelten Schalotte mischen. Dazu passt Vinaigrette aus 2 TL Olivenöl, 1 TL Weißweinessig, Salz und Pfeffer. Der Salat ist auch toll als Beilage zu weißem Fisch. So köstlich ist das gute Gewissen. MARTEN ROLFF