



Heiß, cool, köstlich: die Kochgarage!



Graciela Cucchiaras Name ist kein Pseudonym. An ihr ist alles so echt wie ihre große Familie und deren Kochstil: authentisch, international, hocharomatisch und sympathisch

Graciela ist Argentinierin, doch ihre Oma stammte aus Italien und brachte ihr und ihrer Schwester Monika schon das Kochen bei, als die beiden sehr klein waren. Dann kam das Leben dazwischen. Monika zog als Sängerin durch die Welt. Graciela war Psychologin und Grafikerin, bis sie in München die „Kochgarage“ in einer ehemaligen Käserei eröffnete, mit einem riesigen Tisch von Ebay und einer großen Koch-Insel. Seitdem veranstaltet sie Koch-Events oder coacht Firmen in ihrer Ess-Küche. Die immer größer werdende Kochgaragenfamilie macht mit. Nach Graciela Cucchiaras Auftritt in der Kochshow „The Taste“ sind nicht nur Starköche wie Tim Mälzer von ihrer herrlich unkomplizierten Art, einfach, aber genial zu kochen, begeistert. Fünf Millionen Deutsche jubelten. Und weil es jetzt ein Kochgaragen-Kochbuch gibt, kann jeder so kochen wie sie.

Food and Friends: Was bedeutet Kochen für Sie?

Graciela Cucchiara: Kochen ist Bauch, ist Leidenschaft, ist

Liebe. Ich kann nicht kochen, wenn ich nicht liebe, für wen ich koche und was ich koche. Ich liebe jede Zutat.

F+F: Gibt es eine Zutat, die wichtiger ist als andere?

Graciela: Ja, Salz! Das sage ich jeden Tag: „Leute, Salz ist das, was alle Aromen in den Gaumen bringt!“ Manchmal weißt du nicht, ob du mehr Süßes oder Bitteres brauchst – dann machst du Salz dran und spürst sofort, was fehlt. Ich nehme Fleur de Sel. Damit beginnen wir immer zu kochen: Jeder streut es in seinen Mörser, zerdrückt es und tut Gewürze dazu – jeder macht eine Mischung nach seinem Geschmack.

F+F: Wie bezeichnen Sie Ihren Kochstil?

Graciela: Bunt, multikulti und ein bisschen verrückt. Ich habe so viel gespeichert an Gerüchen, Aromen, Gefühlen, durch die vielen Reisen in meinem Leben – mit dieser Erfahrung kann ich sehr gut improvisieren.

F+F: Warum betreiben Sie kein klassisches Restaurant?

Graciela: Wir haben schon keine Menükarte, weil ich will, dass die Leute sich überraschen lassen. Im Restaurant setzen sich die Gäste an einen gedeckten Tisch, bestellen, warten, und wenn das Beef von der Karte aus ist, werden sie ungeduldig. Für ein „Open“ in der Kochgarage kaufen die Leute ein Ticket. Dann kochen sie mit oder setzen sich, während sie nicht wissen, was es gibt, nur aus welcher internationalen Küche die Zutaten und Ideen kommen und dass das, was wir kochen, gut sein wird. Ich möchte eine lockere Atmosphäre, damit sich alle wie zu Hause fühlen. Das können sie in keinem normalen Restaurant, es sei denn bei der Mama im Golf von Capri, die in ihrer Garage kocht.

F+F: Wenn Sie sich spontan Fisch oder Meeresfrüchte aussuchen dürften – was wäre Ihnen am liebsten?

Graciela: Calamaretti, die kleinen. Die kannst du füllen, roh essen oder „Surf & Turf“ machen in der Pfanne auf einem Holzkohlefeuer. Du brätst sie schnell, tust Orangen dazu, Cocktailtomaten, Kräuter und isst sie mit einem Stück Brot oder spanischen Salzkartoffeln.

F+F: Wenn die Qualität der Zutaten stimmt, krönt das Essen ein gutes Gefühl – wie kriegt man das hin?

Graciela: Durch das gemeinsame Kochen und das Soziale in der Küche fühlt es sich an wie bei Mama, das ist das Schönste, denn Kochen verbindet. Das sieht man auch bei unserem „Coaching by cooking“: Das soziale Miteinander von Typen wie „Hilfsbereiter“ oder „Ideengeber“ lässt Tolles entstehen.

Unser Buchtipp

„Die Kochgarage – Das Kochbuch“ zeigt in „über 60 Rezepten aus 15 Kühlschränken“, wie Graciela Cucchiara und ihr Team kochen. Südwest Verlag, 24,90 Euro. Das Buch ist auch über www.diekochgarage.com zu kaufen.



Unser Lieblingsrezept

Aroma-Curry aus Bali



ZUTATEN (für 6 Personen)

• 12 rohe Riesengarnelen • Fleur de Sel • schwarzer Pfeffer aus der Mühle • 500 g Jasmin-Duftreis • 5 EL Erdnussöl • 2 Stiele Zitronengras • 2 Kaffir-Limettenblätter • 5 Cocktailtomaten • 400 ml Kokosmilch • Palmzucker und Tamarindenpaste nach Bedarf • 1 Limette zum Garnieren

Aromen: • 2 1/2 EL Koriandersamen • 1 EL Sesam • 1/2 TL frisch geriebene Muskatnuss • 2 TL Fleur de Sel • 1 Langpfeffer • je 1 TL weiße und schwarze Pfefferkörner • 3 Kemirinuskerne, fein gehackt • 2 EL Galgantwurzel • 1 EL Ingwerwurzel • 1 TL Kencurwurzel • 1 TL Kurkumawurzel • 3 Thai-Schalotten • 2 Knoblauchzehen • 1 rote Chilischote • 1 EL Palmzucker • 2 TL Garnelenpaste • 1 TL Tamarindenpaste

ZUBEREITUNG

1. Riesengarnelen schälen, Schwanzfächer stehen lassen, am Rücken entlang einritzen und den schwarzen Darm entfernen. Garnelen mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen und eine Weile ruhen lassen. 1 Garnelenschale beiseitelegen.
2. Reis in einen Topf geben, 500 ml Wasser angießen, salzen, bei geschlossenem Deckel aufkochen. Sobald das Wasser kocht, einmal durchrühren, Deckel wieder auflegen und den Reis bei niedriger Hitze 15–20 Min. garen.
3. Koriander, Sesam, Muskatnuss, Fleur de Sel, Langpfeffer und Pfefferkörner im Mörser zermahlen. Restliche Aromen untermischen, alles zu einer Currypaste zerreiben.
4. Erdnussöl in einem Wok erhitzen und 2 EL Currypaste darin mit der Schale von 1 Garnele 30 Sek. anschwitzen. Garnelen mit Zitronengras und Kaffir-Limettenblättern dazugeben und kurz mitschwitzen. Cocktailtomaten zerquetschen und ebenfalls hinzufügen, dabei ständig rühren. Mit 1 Espressotasse Wasser ablöschen.
5. Garnelen an den Wokrand schieben, Kokosmilch angießen, 5 Min. einkochen, mit Fleur de Sel, Palmzucker, Tamarindenpaste abschmecken, Garnelen wieder in den Wok.
6. Reis auf tiefe Teller verteilen, eine Mulde drücken, Curry hineingeben und mit je 1 Limettenspalte garnieren.