

# „Jede gute Party beginnt in der Küche“

Voodoo am Herd, Gerichte mit Erotik-Faktor, fit dank Ayurveda-Küche: Die Angebote der Münchner Kochschulen sind vielfältig – und oft ausgebucht. Doch nur wenige Teilnehmer setzen das Erlernte auch zuhause um. Ihnen geht es vor allem um eines: Spaß.

VON BETTINA STUHLWEISSBURG

Sorgfältig wäscht Lothar Müller die Datteltomaten. Eine landet in seinem Mund, „exzellent!“, sagt er. Die übrigen halbiert Helga Höhn. Die 54-jährige Chefsekretärin und der Geschäftsführer im Ruhestand tragen lange Schürzen, genau wie die anderen Teilnehmer an Luigi Totaros italienischem Kochkurs „Mamma Mia!“ in der Kochschule Kustermann. Sie pinseln Steinpilze sauber, häuten Saliccie und schneiden Tropea-Zwiebeln. Zwischendurch nippen sie an ihrem Aperitiv – und kommen allmählich miteinander ins Gespräch. „Ich habe über die Tropea-Zwiebel schon in der Feinschmecker-Literatur gelesen“, sagt Helga Höhn. Die aus Kalabrien stammende rote Zwiebel sei besonders mild im Geschmack. Im Hintergrund ist leise Musik zu hören, Dean Martin trällert „Arr-i-vederci Rooma.“

Die Kochschule Kustermann am Viktualienmarkt ist nur eine von unzähligen Münchner Kochschulen. Einige von ihnen verstehen sich als Universal-Kochschulen,

## Das Entbeinen einer Wachtel ist hohe Handwerkskunst

andere spezialisieren sich auf einen Stil. Zum Beispiel die österreichische Kochschule „Küss die Hand – echt kaiserliche Genüsse“ in der Isarvorstadt. Hier gehen die Teilnehmer der Frage nach: „Wie kommen die Wellen ins Wiener Schnitzel?“ Die Schwabinger Schule „Mehr vom Essen – bietet an wechselnden Orten „Afterwork – Foodbasics für Vielbeschäftigte“ oder „Flirt and Cook – Kochkurs für Singles“. Im Kochraum Feinschnabel nahe dem Hauptbahnhof findet regelmäßig „Rock n' Eat“ statt, „die kleine feine Kochparty mit Vinyl-Musik“. Im gesamten Stadtgebiet gibt es Männer- und Kinderkochkurse, Grillseminare, afrikanisches Voodoo-Kochen, Erotik-Food und „das perfekte Steak“. Seminare über ayurvedische Ernährungslehre, indische Currypasten und Gin-Cocktails. Besonders beliebt ist die Kochschule von Tantris-Sternekoch Hans Haas – er ist bis weit ins Jahr 2016 ausgebucht.

Helga Höhn und ihr früherer Chef Lothar Müller sind Kustermann-Fans. Hier haben sie schon oft Kurse besucht. „Da merkt man, wie schwierig manches ist“, sagt Müller. „Zum Beispiel, eine Wachtel zu entbeinen. Dafür sind hohe handwerkliche Fähigkeiten von Nöten.“



Luigi geht es zu beim sogenannten „Open“, einer Party in der Kochgarage von Graciela Cucchiara (mit Stirnband).

FOTOS: OLIVER BODMER



Pasta gibt's bei Luigi Totaro in der Kochschule Kustermann.



Die Herren trinken Bier, die Damen schnippeln: Graciela Cucchiara prüft das Blaukraut.

Allerdings setzen die Besucher von Kochschulen das Erlernte nur selten zuhause um, sagt der Münchner Ernährungssoziologe Stefan Stautner. „Wer einen Kochkurs besucht, schiebt sich trotzdem eine Fertigpizza in den Ofen“, sagt der Wissenschaftler. „Wir wissen auch, dass Leute, die Kochbücher kaufen, die meisten Rezepte niemals kochen.“ Der Boom von Kochschulen sei vielmehr Ausdruck der Tendenz, Kochen als Event zu stilisieren. „Es geht um den sozialen Charakter. Statt Kegeln zu gehen, machen die Leute einen Kochkurs.“ Das liege daran, dass sich das Thema Ernährung besonders eigne, um mit anderen ins Gespräch zu kommen. „Die Frage, wo es das beste Sushi in der Stadt gibt, ist Small-Talktauglicher als die Funktionsweise eines Keilriemens“, sagt Stautner.

Außerdem werde Kochen seit einiger Zeit als etwas sehr Wertvolles dargestellt. „Das

eröffnet Märkte für Kochschulen, Kochshows und Kochbücher“, erklärt Stautner. Schließlich könne man über die Teilnahme an einem Kochkurs signalisieren, man sei gebildet. „Hobbykochen ist eine angenehme Freizeitbeschäftigung.“

Auch eine Umfrage der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) im Frühjahr 2015 belegt keinen Zusammenhang zwischen der Beliebtheit von Kochschulen und den Essgewohnheiten. Demnach nehmen die Deutschen sogar drei Milliarden Mahlzeiten pro Jahr weniger zu Hause ein als noch vor zehn Jahren. Entsprechend kochen sie auch seltener. Das liege zwar auch an der Berufstätigkeit von Frauen und dem Ausbau von Kindertagesstätten. Aber selbst Rentner, die Zeit zum Kochen hätten, würden heute deutlich seltener zuhause essen und kochen. Ausdruck dafür, dass die Gesellschaft insgesamt mobiler und flexibler gewor-

den sei. Der GfK-Studie zufolge ist Essen außer Haus nicht zwangsläufig ungesund: Gefragt seien verzehrfertige Salate, Semmeln, belegt mit frischen Zutaten und andere Snacks, die sich im Gehen essen lassen.

Wie der Taco Moro, an dem Graciela Cucchiara und Lahcen Beqqi gerade in der Kochgarage in Neuhausen

## Die Deutschen essen immer seltener zuhause

tüfteln. Es riecht appetitlich in dem mit Vintage-Möbeln eingerichteten Industriebau, den eine Molkerei in den 60er-Jahren zum Verpacken von Butter genutzt hatte. Nach Koriander, Kümmel, frischem Fisch und Cidro, der Zitronat-Zitrone. Den Taco nach maurischer Art haben die Argentinierin Cucchiara und der Marokkaner Beqqi erfunden, indem sie ihre Hei-

matküchen miteinander verbanden. Noch feilen sie am Rezept, demnächst wollen sie den Taco in ihrem Kochkurs zubereiten.

Wobei Kochkurs der falsche Begriff ist für das, was in der Kochgarage passiert. „Wir sind keine Kochschule“, sagt Graciela, eine temperamentvolle 47-Jährige. „Siehst Du hier eine Küchenwaage?“, fragt sie und antwortet selbst. „Nein, denn wir benutzen keine.“ Zwar gebe sie ihren Gästen Rezepte. „Aber ich will, dass sie experimentieren.“ Regelmäßig reist Graciela um die Welt – New York, Bali, Marokko. Immer auf der Suche nach Rezepten für die Kochgarage. „Ich koche nicht wie Sterneköche“, sagt sie. „Die kochen elegant. Ich dagegen koche wie das Volk. Mit den Händen, mit dem Herz.“ Sie will, dass ihre Gäste über die Küche verschiedener Völker deren Kultur kennenlernen.

Vor allem aber will sie, dass die Leute Spaß haben. Zwei

Mal im Monat findet in der Kochgarage ein sogenanntes Open statt – eine Küchenparty, zu der man sich vorher anmeldet. Die Opens haben sich inzwischen zu einer angesagten Ausgeh-Alternative für Vertreter der Double-Income-No-Kids-Kohorte entwickelt, kinderloser Großstädter mit doppeltem Haushalts-einkommen.

Genauso beliebt ist Gracielas Erfindung „Coaching by Cooking“. Firmen buchen diese Events als teambildende Maßnahme für ihre Mitarbeiter. „In der Küche merkt man, ob ein Team funktioniert, und wie es funktioniert“, erklärt die Argentinierin. 2009 hat sie die Kochgarage an der Nymphenburger Straße gegründet. Drei Jahre später war die Nachfrage so groß, dass sie expandierte. Was so faszinierend ist am Kochen? „Die Küche symbolisiert die Mama, das steht für Wohlgefühl. Man sagt doch immer: jede gute Party beginnt und endet in der Küche.“

## AKTUELLES IN KÜRZE

### Drei Männer mit Flaschen attackiert

Bei einem Streit zwischen zwei Gruppen von Männern haben drei Iraner Stich- und Schnittverletzungen erlitten. Nach Angaben der Polizei waren die Männer aus nicht näher bekannten Gründen am Mittwoch gegen 22.30 Uhr von fünf afghanischen Flüchtlingen im Alten Botanischen Garten attackiert worden. Diese hatten offenbar von Bierflaschen die Hälse abgeschlagen und waren damit auf die Iraner losgegangen. Die 26 bis 31 Jahre alten Opfer erlitten Stich- und Schnittwunden an Brust, Kopf, Armen und Rücken. Sie mussten genäht werden, alle drei Asylbewerber konnten die Krankenhäuser danach aber wieder verlassen. Kurz nach der Attacke konnte die Polizei die fünf Angreifer im Alter von 16 bis 31 Jahren in der Nähe des Hauptbahnhofs festnehmen.

### Münchner Hoagartn in Trudering

Das Kulturreferat der Stadt lädt am heutigen Freitag, 29. Januar um 19 Uhr zu einem Hoagartn nach Trudering. In die Gaststätte „Obermaier“, Truderingerstraße 306, ein. Unter der Leitung von Fredi Betz haben sich zum Singen und Musizieren bereits angekündigt: die

### Das kleine Rätsel:

Der Westpark wurde angelegt zur internationalen Gartenausstellung...

- I. 1972
- II. 1978
- III. 1983

Münchner Cäcilienmusik. De Vadrádn, die Mostler Must, die Neuhauser Klarinettenmusi und der Schwantalerhöher Dreisang. Der Eintritt ist frei, Saalöffnung ab 18 Uhr, Platzreservierungen sind nicht möglich. Nähere Informationen unter [www.muenchen.de/volkskultur](http://www.muenchen.de/volkskultur). Der Münchner Hoagartn ist ein monatliches offenes Sänger- und Musikanten-Treffen, bei dem die teilnehmenden Gruppen nicht ausgewählt oder bestellt sind, sondern sich selbst melden.

### Günstige Wohnungen in Sendling-Westpark

80 kostengünstige und „autofreie“ Wohnungen (also ohne Stellplatz) errichtet die städtische Wohnungsgesellschaft GWG München in der Hinterbärenbadstraße im Wohngebiet „Sendling-Westpark“. Laut GWG soll der durchschnittliche Mietpreis für die Ein- bis Vier-Zimmer-Wohnungen 9,99 Euro pro Quadratmeter betragen. Dem Projekt sei eine umfassende Untersuchung darüber vorausgegangen, wie sich beim Bau Kosten einsparen lassen. Die daraus entstandenen Einzelmaßnahmen ergaben in Summe eine Baukosteneinsparung von 300 Euro pro Quadratmeter Wohnfläche. Im Sommer 2017 sollen die Gebäude fertiggestellt sein. Die GWG München bewirtschaftet derzeit rund 28 000 Mietwohnungen.

### Auflösung:

Antwort III. ist richtig: Der Westpark wurde zur internationalen Gartenausstellung (IGA) 1983 angelegt.

## Schutz für Sendling-Westpark

Stadtrat beschließt neues Erhaltungssatzungsgebiet

Der Stadtrat hat die neue Erhaltungssatzung „Sendling-Westpark“ beschlossen. Die Satzung wird voraussichtlich im Februar in Kraft treten. Das Gebiet erstreckt sich mit einem Teil westlich des Mittleren Rings sowie auch östlich davon (Luise-Klieselbach-Platz – Garmischer Straße) zwischen dem Westpark und der Heckenstaller-

straße und grenzt im Osten an das bestehende Erhaltungssatzungsgebiet „Am Harras/Passauerstraße“ an. Die Stadt München erlässt regelmäßig Mißbrauchssatzungen. In diesen Gebieten stehen bestimmte bauliche Vorhaben sowie die Umwandlung von Haus- in Wohnungseigentum unter einem zusätzlichen Genehmigungsvorbehalt. Damit

soll die Zusammensetzung der Wohnbevölkerung erhalten werden. Erhaltungssatzungen sind zeitlich befristet und werden dann erneut überprüft.

In München wird es mit Sendling-Westpark insgesamt 19 Erhaltungssatzungen mit rund 35 000 Wohnungen geben, in denen etwa 235 000 Einwohner leben.

## Münchner Redoute

Im Alten Rathausaal wird diesen und kommenden Samstag getanzt

Alljährlich zur Faschingszeit lebt eine jahrhundertalte Form des Ballfestes, die Redoute, wieder auf und wird vom Münchner Kreis für Volksmusik, Lied und Tanz im Alten Münchner Rathausaal veranstaltet. Dieser historische Saal bietet den idealen Rahmen für tanzfreudige Damen und Herren, die sich am Spiel der Kostüme und Mas-

ken ebenso erfreuen wie an den Melodien der Bayerischen und Wiener Meister. Eine Besonderheit ist bei den Redouten die Musik. Bei Walzer, Polka und Mazurka wird zum Höhepunkt die Münchner Francaise von Johann Strauß getanzt.

Es gibt zwei Redouten. Das „Erste Münchner Salonorchester“ spielt diesen Samstag

um 19.30 Uhr im Alten Rathausaal auf. Zur zweiten Redoute am Samstag 6. Februar, um 19.30 Uhr wird Karl Edelmann mit seinem „Salonorchester“ im Alten Rathausaal erwartet. Karten (Erwachsene 29 Euro, Schüler/Studenten 18 Euro) gibt es unter Telefon 089/ 98 79 80 oder per E-Mail: [s.theuer@muenchenerkreis-volksmusik.de](mailto:s.theuer@muenchenerkreis-volksmusik.de).