

Glücksgefühle



SEMPLICE ist ein Beitrag von Eberhard Spangenberg. Er ist seit 1983 Inhaber von GARIBALDI, war 1992 Gründer von Slow Food Deutschland und viele Jahre Publizist und Verleger. Es geht in SEMPLICE um kritische und kreative Gedanken zum genussvollen und bewussten Leben, um kulinarische und kulturelle Themen.

Am Anfang von SEMPLICE steht der Traum, eine Strandkneipe an der toskanischen Küste zu betreiben, vor einem Pinienwald und mit blauen Sonnenschirmen und blauen Liegestühlen. Daraus entwickelt sich ein nächster Traum, ein einfaches kleines Lokal in München mit gerade mal zwei Dutzend Gästen. Sie sitzen zum Teil an der offenen Küche, zum Teil an einem großen Tisch. Eberhard Spangenberg verwöhnt seine Gäste mit einfachen und einfachsten Gerichten aus besten Rohstoffen und mit ein paar ausgewählten Weinen. Dazu gibt es jede Menge guter Tipps und viel Kommunikation. Schließlich geht dieses Traumlokal auf Reisen, in zwei Zirkuswägen, einer mit der offenen Küche und Bar, der andere mit ein paar Tischen und Gartenmöbeln, die man überall aufstellen kann, wo interessante Menschen zusammenkommen. Am Ende steht die Erkenntnis, dass zum Träumen und zur Verwirklichung des einfachen und glücklichen Lebens Papier und Bleistift genügen, und im besten Fall auch noch ein blauer Liegestuhl. Das ist SEMPLICE.

Lob der Tomate

Sonne pur. Frische Tomaten verwende ich fast nur in den Sommermonaten, am liebsten aus einem Garten oder welche, die mir Karl Egger im August aus der Maremma schickt. Sonst bevorzuge ich beim Einkauf „Paradeiser“ aus heimischer Produktion, möglichst Bio-Tomaten - aber nicht die massenhaft produzierte Bioware von Edeka und Co., die meist geschmacklos und nichts anderes als ein Feigenblatt der Nahrungsmittelindustrie ist.

Das Wichtigste ist, beim Gemüsehändler darauf zu achten, dass die Tomaten ein volles Aroma haben. Nicht zu hart oder zu grün sollten sie sein, sondern vollrot, reif und geschmacksbetont. In guten Tomaten, egal ob eierförmig, rund, groß oder klein, findet man die volle Sonne, unter der sie gereift sind. Machen Sie die Augen zu und beißen sie rein: Wenn Sie die Sonne schmecken, haben sie die richtige Tomate gefunden.

Ein privater Tomatenzüchter hat mir neulich ein Geheimnis verraten: Seine Tomaten schmecken am besten, wenn er sie am Ende eines Sonnentags erntet.

Wie guter Wein kann der Genuss einer frischen Tomate Erinnerungen, Träume und Glücksgefühle auslösen, die bis in die Kindheit zurückreichen. In Muriel Barbarys Roman „Die letzte Delikatesse“ sucht ein im Sterben liegender Gastrokritiker den vergessenen Geschmack der frühen Jahre: „Ich kenne die Tomate seit jeher, seit Tante Marthes Garten, seit jenen Sommern, die das kleine, kümmerliche Gewächs mit einer immer glühenderen Sonne sättigten, seit damals, als ich mit meinen Zähnen eine Öffnung in ihre Haut riss, um meine Zunge mit einem lauwarmen, gehaltvollen Saft zu benetzen, dessen großzügige Natur durch die Kälte des Eisschranks, den Angriff des Essigs und den falschen Adel des Öls überdeckt wird. Zucker, Wasser, Frucht, Mark, flüssig oder fest? Die rohe Tomate, kaum gepflückt, im Garten verschlungen – das ist das Füllhorn der einfachen Empfindungen, ein im Mund zerstiebender Wasserfall, der ihre ganzen Freuden vereint.“

Da wir uns weder in unseren Träumen noch in der Phantasie ständig im Garten Eden bewegen und solange wir noch nicht, wie der Gastrokritiker, im Sterben liegen, suchen wir uns in der Saison eben beim Händler die richtigen Tomaten heraus. Lassen Sie sich zum Beispiel von der Unförmigkeit, der starken Rippung und den Preisen der Ochsenherztomaten (auch „cuore di bue“ oder „coeur de boeuf“) nicht

abschrecken: Das sind besonders gute, fleischige Tomaten, saftarm und mit nur wenigen Kernen und im besten Fall voller süßer Sonne.

Sie eignen sich besonders gut zu Caprese, mit frischem Mozzarella, Basilikum und gerne auch etwas kräftigerem Extra-Vergine-Olivenöl. Das ist auf dem Teller alles andere als „falscher Adel“, sondern macht im Zusammenspiel erst die Krönung des Genusses aus. Achten Sie darauf, das Olivenöl auf die Tomaten und eher weniger auf den Mozzarella zu geben, um dessen Feinheit und Frische nicht zu überdecken. Bitte nie zu kalt servieren!

Wenn der Sommer vorbei ist und die Tomatensaison zu Ende geht, bevorzuge ich gute Konserven. In Bolgheri bei Karl Eggers Agricola Maremma werden die Bio-Tomaten nur zu der Zeit verarbeitet, wenn sie am reifsten und voller Geschmack sind. Die Konservierungsmethode, möglichst im Glas, ist die gleiche, wie sie in Italien schon immer in Mamas Küche angewandt wurde: Die besten Tomaten werden für die „Pelati“ herausgesucht, in das Behältnis befüllt, verschlossen und dann unter Dampf pasteurisiert. In manchen Fällen kommt noch ein Stängel Basilikum dazu. Die zweitbeste Rohware wird zu Salsa di pomodoro, Polpa di pomodoro, Salso pomarola und zu anderen Fertigprodukten und Soßen verarbeitet, die Drittbesten zu Tomatenmark konzentriert. Aus den vorher aussortierten Pomodori verdi kocht man in der Maremma eine wunderbare Konfitüre, die sich zur Begleitung von Pecorino und anderen mittelitalienischen Käsen bestens eignet.

Semplice: Bereiten Sie selbst getrocknete Tomaten zu. Schneiden Sie kleinere, eierförmige Tomaten der Länge nach auf, entfernen Sie die Kerne mit einem Teelöffel oder kleinem Küchenmesser, legen Sie die Tomaten mit der Schnittfläche nach oben auf ein mit Olivenöl eingefettetes Backblech, und geben Sie auf das Backblech zwischen und auf die Tomaten auch ein paar mit dem Handballen angepresste Knoblauchzehen, Basilikum und Thymianzweige. Die Tomaten würzen Sie mit Meersalz, etwas Pfeffer und ein paar Tröpfchen Olivenöl. Ein paar Blättchen Thymian, frisch oder auch getrocknet auf die Oberfläche der Tomaten gegeben, sind für mich das wichtigere Gewürz als Basilikum, das getrocknet eher weniger hergibt. Und dann stellen Sie das Ganze ein paar Stunden draußen in die heiße Sonne! Fertig. Die getrockneten Tomaten können Sie sofort als Antipasto genießen oder zum Konservieren in Olivenöl einlegen.

Natürlich kann man die Tomaten auch im Backofen trocknen. Aber raten Sie mal, mit welcher Methode sich das Glücksgefühl der puren Sonne eher einstellt?