

REGION HEIDELBERG

So erreichen Sie die Redaktion:

Tel. Redaktion: 0 62 21 - 519 58 00  
Fax Redaktion: 0 62 21 - 519 958 00

E-Mail: region-heidelberg@rnz.de

## Der kleine Grillkurs für Zuhause

Die Kochschule Eppelheim erklärt Aufstrich-Rezepte

**Eppelheim.** (lesa) Ob zu Fleisch oder Brot: Aufstriche und Dips werten jeden Grillabend auf. Das erfuhren auch die RNZ-Sommertouristen beim Grillkurs in der Kochschule Eppelheim (siehe Artikel rechts). Aufstriche aus Gemüse können im Handumdrehen mithilfe des Grills zubereitet werden. Wie, das haben Küchenchef Guy Bastian und Inhaber Bernhard Schädlich zusammengestellt. Ihr Tipp: „Besonders gut schmecken sie zu selbst gemachtem Focaccia-Brot.“

> **Paprika-Aufstrich:** Benötigt werden vier rote frische Paprikas, 100 Gramm in Öl eingelegter Paprika, 250 Gramm Feta-Käse und eine Zitrone. Die Paprikas werden halbiert, entkernt und anschließend gegrillt. Danach muss ihre Haut entfernt und das Fruchtfleisch in feine Stückchen geschnitten werden. Diese wiederum werden mit zerkrümeltem Feta, Olivenöl und dem Saft einer Zitrone gemischt und mithilfe einer Gabel zu einem Aufstrich zerdrückt und vermengt. Abschmecken mit Salz und Pfeffer – fertig.



Zucchini-, Auberginen- und Paprikaaufstrich: Die Kochschule reichte die Dips zu Lammfleisch und Focaccia-Brot. Foto: Lehr

> **Auberginen-Aufstrich:** Vier Auberginen, zwei Zitronen, Rosmarin, Thymian, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Räuchermehl braucht man hierzu. Die Auberginen werden halbiert, längs und quer eingeringelt und anschließend bei geschlossenem Deckel auf dem Grill geräuchert. Anschließend kommen die Hälften bei 180 Grad in den Ofen, wo sie so lange gegart werden, bis sie weich sind. Wenn es soweit ist, wird das Fleisch der Aubergine – das Innere – aus den Schalen gelöst und fein gehackt. Das Gehackte wird mit ebenfalls sehr fein gehacktem Rosmarin und Thymian vermengt und abgeschmeckt.

> **Zucchini-Aufstrich:** Hier braucht es zwei bis drei Zucchini, je nach Geschmack eine oder zwei Knoblauchzehen, dazu Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer. Die Zucchini werden in kleine Würfel geschnitten und mit dem gehackten Knoblauch in einer Pfanne angebraten. Nun wird noch fein gehackter Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer hinzugegeben und abschließend alles gut mit der Gabel durchgemengt.



In den besten Händen: Die Gruppe von zehn RNZ-Lesern lernte unter fachkundiger Anleitung von Guy Bastian (Foto oben, 4. v. r.) und Kochschulen-Inhaber Bernhard Schädlich (Foto unten rechts, 2. v. l.), wie man ein Vier-Gänge-Menü mithilfe des Grills zubereitet. Fotos: Alex

STIMMEN ZUR SOMMERTOUR

> **Renate und Harald Oehlschläger** aus Nußloch waren begeistert vom Besuch der Eppelheimer Kochschule: „Das ist eine tolle Idee der RNZ. Wir waren schon bei einigen Sommertouren, aber dieser Abend ist etwas ganz Besonderes. Das Essen, der Kurs, die Zusammensetzung der Gruppe – es passt einfach alles“, schwärmte Renate.

> **Rita Stark** aus Neckargemünd genoss die Gelegenheit, sich bei dem Kurs etwas von Profis anschauen zu können. „Das sind schöne Rezepte mit ganz normalen Zutaten, die man auch Zuhause nachmachen kann“, sagte sie begeistert. Ihr Mann Peter Erles ist ohnehin ausgewiesener Grill-Fan: „Alles, was man auf den Grill legt, kommt besser wieder runter“, befand er.

> **Brigitte von Walter** aus Wiesbaden war mit ihrem Mann Peter gekommen und schwärmte von der Nachspeise: „Das war die Krönung des Abends. Und das, obwohl ich überhaupt keine Nachschesserin bin!“

> **Birgit und Frank Süßer** aus Leimen überzeugte nicht nur das Essen, sondern auch das Ambiente der Kochschule: „Es ist so liebevoll eingerichtet und der Küchenchef macht das toll“, findet Birgit. Ehemann Franks Highlight waren dagegen die Grills, vornehmlich der Plancha-Grill: „Das habe ich schon so oft gesehen, aber nie gemacht!“

> **Thurid Schmitt und Sabine Weber** aus Heidelberg überzeugte die familiäre Atmosphäre: „Man lernt Leute kennen und kommt miteinander ins Gespräch“, sagte Schmitt. Die Rezepte wollen sie auch auf dem heimischen Grill noch einmal ausprobieren. lesa

# Feuer und Flamme für vier Gänge

Grillkurs für RNZ-Leser in der Kochschule Eppelheim – Auch Avocados, Romasalatherzen und Pfirsiche landeten auf dem Rost

Von Sabrina Lehr

**Eppelheim.** Bratwürstchen, Steaks oder Grillkäse – diese Klassiker hat vermutlich schon jeder einmal gegrillt. Ein ganzes Menü haben aber vermutlich die wenigsten schon auf dem Rost zubereitet. Für zehn RNZ-Abonnenten war es am Freitagabend so weit: Die Sommertour besuchte „Cookst Du“ – die Kochschule Eppelheim. Dort bereiteten die Sommertouristen unter fachkundiger Anleitung von Chef de Cuisine Guy Bastian und Inhaber Bernhard Schädlich ein Vier-Gänge-Menü zu – auf Feuer und Flamme versteht sich.

„Es gibt gegrillte Avocado mit Garnelencrepinette und Tomaten-Koriander Vinaigrette als Vorspeise“ eröffnete Schädlich den Sommertouristen bei einem Aperitif das Menü: Als Hauptgang hatte das Team der Kochschule eine Focaccia mit gegrilltem Lammkarree und verschiedenen Grillgemüse-Aufstrichen (siehe Artikel links) sowie Entrecote vom Rind mit Rosmarinkartoffeln und gegrillten Romasalatherzen ausgesucht. „Zum Dessert gibt es Eis aus Tonkabohnen mit gegrilltem Pfirsich und Thymianhonig“, so Schädlich weiter.

Die Spielregeln des Abends erklärte der Inhaber der Kochschule gleich mit: „Wir arbeiten in vier Gruppen, die jeweils einen Gang zubereiten.“ Die Überraschung für die in Zweiergruppen angeordneten Sommertouristen: „Wir lösen mit farbigen Wäscheklammern vier Teams

aus“, so Schädlich. Die Gespanne aus einander noch Wildfremden, die Klammern der gleichen Farbe gezogen hatten, teilte er anschließend je einer Kochinsel zu. Dort standen bereits die frischen Zutaten sowie die benötigten Küchengeräte. Denn die einzelnen Gerichte wurden zwar gegrillt, um die Vorbereitung der Beilagen an Herd, Ofen und Co. kamen die Sommertouristen aber nicht herum.

In kürzester Zeit herrschte reges Treiben auf der Kochfläche: Hier wurden Kartoffeln geschneidelt, dort die Tonkabohne abgerieben und an anderer Stelle Fleisch angegrillt. „Ich finde es toll, dass Kochen wieder so im Kommen ist“, freute sich Birgit Süßer aus Nußloch, während sie die noch flüssige Masse für das Eis rührte. Die kam im Anschluss natürlich nicht auf den Grill, sondern für eine Stunde in die Eismaschine. „Das Beste bisher ist: Hier kochen wir und müssen hinterher nicht spülen“, ergänzt Süßer grinsend. Denn das Aufräumen und Säubern übernahm ein eigener Spüldienst.

So blieb Raum für das Wesentliche: Zunächst für Arbeitsabsprachen, dann für persönliche Gespräche. Auch mit Küchenchef Bastian, der an allen Kochinseln tatkräftig unterstützte und mit Rat und Tat zur Seite stand: Für die Teilnehmer sprangen so Profi-Tipps in Sachen Kräuter hacken, Soßen eindicken oder zur korrekten Messerwahl heraus. Wie er es schafft, den Überblick über das Geschehen zu behalten? „Wenn man 40 Jahre lang

in großen Küchen gearbeitet hat, ist das Kindergarten“, lacht der gebürtige Franzose während er zum nächsten Team lief. „Vor allem was den Spaß angeht.“

Spaß am Kochen vermittelt „Cookst Du“ seit elf Jahren. Nicht nur Grill- sondern Kochkurse aller Art hat die Kochschule im Repertoire. In diesem Jahr ste-



hen unter anderem noch Kurse in italienischer oder orientalischer Küche auf dem Programm. Außerdem werden die 380 sowie 140 Quadratmeter großen Räume und die weitläufige Terrasse im Garten regelmäßig von Firmen und privaten Gruppen für Veranstaltungen genutzt. „Auch einige Hochzeiten haben wir schon ausgerichtet“, berichtet Schädlich. Bis zu 120 Personen könnten an einer Veranstaltung teilnehmen. Derzeit arbeite man aber mit kleineren Gruppen. So sei angesichts der weitläufigen Räumlichkeiten die Einhaltung von Hygienestandards kein Problem, wie die Verantwortlichen betonen.

Die besondere Attraktion des Sommer-tour-Kurses waren ohne Frage die beiden

Grills: Ein Gasgrill sowie ein sogenannter Plancha-Grill. Letzterer besteht aus einem Metallring, in dessen Mitte ein offenes Feuer lodert, das das Metall erhitzt. Fleisch, Avocado, und sogar Romasalatherzen wurden darauf nacheinander gegrillt. Vor allem Sommertourist Frank Süßer konnte sich kaum von dem Gerät losreißen. „Wir haben zuhause schon eine Outdoor-Küche mit zwei Grills“, erzählt seine Frau Birgit und ergänzt mit vielsagendem Blick auf ihren begeisterten Gatten: „Gerade stehen die Chancen wohl gut für einen dritten.“

Nach zwei Stunden angeregtem Zubereiten musste sich aber auch Süßer losreißen, denn der Küchenchef bat zum Anrichten. In bester Edelküche-Manier wurde der Salat zur Pyramide aufgetürmt. Beim Dessert verzierten die Sommertouristen die Teller liebevoll mit Kakao und sorgten so für das „Sterne-Flair“, wie Bastian es nannte. Die Liebe zum Detail kam an. „Das ist so ein tolles Programm“, schwärmte Renate Oehlschläger als sie die Teller zum Esstisch transportierte. Als der letzte Krümel nach vier Stunden gemeinsam Grillen und Essen verputzt war, gab es Applaus und ein einhelliges Kompliment an das Team der Kochschule. Oehlschläger möchte den lobenden Worten Taten folgen lassen: „Wir machen so einen Kurs mit unseren Freunden auf alle Fälle nochmal!“

Info: Weitere Bilder von der RNZ-Sommertour in der Kochschule Eppelheim gibt es im Internet unter [www.rnz.de/fotos](http://www.rnz.de/fotos)