

«Gute Küche kann auch einfach sein»

«Annabelles Winter-Kochbuch» ist das dritte Kochbuch von Annabelle Knaur. Im Buch wird man Tag für Tag mit Menüvorschlägen durch eine winterliche Ferienwoche geführt. Mit Rezepten, die für jedermann nachkochbar sind.

Elsbeth Stucky

Heimat liegt im Trend. Angesagte Köche schwören auf lokale Produkte. Für die Erlenbacher Kochbuchautorin Annabelle Knaur kein Neuland. Sie ist in einer Grossfamilie auf einem landwirtschaftlichen Betrieb gross geworden. Und findet «gute Küche kann einfach sein».

Am Familientisch in Erlenbach lässt Knaur erzählend ihre Herkunft in Niederösterreich aufleben. Die Kochkünste ihrer Grossmutter und Mutter, sagt sie, hätten sie inspiriert. Auch die als Kind erlebte Gastfreundschaft habe sie geprägt und lebt sie selber weiter: «Meine Grundidee ist es, Menschen zusammenzubringen.» Mit 20 habe sie ihr erstes Catering gemacht.

«Mach doch ein Ferienkochbuch»

«Annabelles Winter-Kochbuch» gibt inhaltlich und optisch etwas her und vermittelt dazu ein paar alte Weisheiten zur Ernährung. Schliesslich ist Annabelle Knaur nicht nur Köchin, sie ist auch diplomierte Ernährungsberaterin. Aber ist, wie sie betont, nicht belehrend unterwegs, denn Essen solle Freude bereiten.

Nach den ersten zwei Kochbüchern «Be my Guest» und «Ganz entspannt kochen», kam sie zur Idee ihres dritten Buchs durch eine Freundin: «Annabelle, ihr habt immer Gäste in den Ferien und an den Wochenenden, warum machst du nicht ein Ferienkochbuch?» Gesagt, getan. «Mit der Unterstützung meines Mannes Matthias habe ich das Buch produziert.» Das Kochbuch, das Tag für

Tag mit Rezepten durch eine winterliche Ferienwoche führt.

Die ersten zwei Bücher sind in Zusammenarbeit mit einem Verlag entstanden. Knaurs drittes Buch sollte in Eigenregie produziert werden. «Eine spannende Herausforderung mit dem Vorteil, mich selbst ohne Kompromisse einbringen zu können», benennt die Autorin den Vorteil. Auch der Vertrieb über die eigene Homepage liegt ganz bei ihr. Aber offenbar macht das Knaur Spass. «Ich musste mich jetzt auch mit den sozialen Medien anfreunden», schmunzelt sie. Ihr neuestes Kochbuch ist in Buchhandlungen der Schweiz, Österreich und Deutschland erhältlich, unter anderem auch in der Wolf-Buchhandlung in Küsnacht.

Bodenständig geblieben

Annabelle Knaur ist entschieden der Meinung «Rezepte müssen funktionieren». Und wer ihre Rezepte nachkocht, muss nicht nach Zutaten in Spezialgeschäften suchen. «Man bekommt alles überall.» Es geht um Steinpilzsuppe, es geht um Linsen-Moussaka, französische

Casserole und Süssspeisen kommen nicht zu kurz. Rezepte, die auch für jene nachkochbar sind, die nicht jeden Tag in der Küche stehen. Aber eine eigene Note bringt Knaur immer in ihre Rezepte ein. Auch die Gersensuppe hat sie ein bisschen umgewandelt. Die Idee, auch Spiele in das Buch aufzunehmen, stamme von ihrem Mann. Sodass, meint Knaur, nicht jeder nach dem Essen mit seinem Smartphone in einer Ecke verschwinde.

Grossen Wert legt Knaur auch auf frische und saisonale Produkte und alles soll verwertet werden. Ihr beruflicher Weg führte sie zwar in die grossen Küchen der Welt, aber erfrischend bodenständig ist sie dabei geblieben.

Längere Wanderjahre

Sie absolvierte die Londoner Leith's School of Food and Wine und die Hotelfachschule in Wien. Es folgten Lehr- und Wanderjahre in New York



Annabelle Knaur, Erlenbacher Köchin aus Leidenschaft, hat ihr drittes Buch veröffentlicht.

Foto: Elsbeth Stucky

und San Francisco, wo sie mit ihrer Familie auch einige Jahre lebte. Ihre Erfahrung gibt sie in Kursen weiter. Daraus entstanden ihre Kochbücher. Als Köchin sei sie ja immer am Experimentieren und Ausprobieren. «Mein

grösster Kritiker ist meine Familie. Meine Tochter und meine beiden Söhne waren mir eine grosse Hilfe bei der Entstehung des Buches.»

Ob es ein weiteres auf Jahreszeiten abgestimmtes Buch geben werde,

bejaht Autorin Knaur: «Ich kann mir gut vorstellen, dass mein nächstes Projekt ein Feriensommerkochbuch wird.»

www.knaur.com