



Ein paar Worte

Bei der Auswahl der Rezepte habe ich darauf geachtet, daß man keine exotischen Küchengeräte benötigt. Die Rezepte sind mit Sicherheit auch in einem spärlich ausgestatteten Haushalt zuzubereiten.

Etwas allerdings sollte man sich zulegen: einen Bräter (Metall oder emailliert), in den z.B. eine Ente paßt) oder eine feuerfeste Auflaufform, die nicht eben klein ist. Beides kann man nämlich im Notfall auch z.B. für die Spargeln im Blätterteig verwenden (sofern man keine Tortenform hat bzw. kaufen möchte).

Beim Kauf dieses Teils sollte man beachten, daß man keine Geräte aus Metall (und auch keine mit Metallrändern!) in der Mikrowelle benutzen kann!

Um diverse Gewürze und Kräuter kommt man nicht herum, wenn man selbst kochen will. Deshalb empfehle ich, sich jeweils das für das ausgewählte Rezept benötigte zu kaufen. Man sollte sich nix hinstellen, wofür man (noch) keine Verwendung hat.

Wenn man etwas kochen will, sollte man sich das Rezept vorher ansehen und einen Einkaufszettel machen, damit man beim "großen Act" alles hat, was man braucht und nicht etwas ganz doll Wichtiges fehlt !!!

Marken-Tütensuppen schmecken zum Großteil wirklich fast "wie hausgemacht" - kleine Geschmackseinbußen kann man hinnehmen so man bedenkt, wie aufwendig es teilweise wäre, die eine oder andere Suppe selbst zuzubereiten.

Für Salate benutzt man als Anfänger am besten die Fertigprodukte, z.B. "Salatkrönung". Mit Fertigprodukten meine ich nicht die Flaschen mit Dressings (die sind Mist, finde ich), sondern die kleinen Päckchen, deren Inhalt man nur noch mit Öl und Wasser bzw. mit Joghurt anrührt.

Dazu braucht man ein gutes Öl - am besten nimmt man Olivenöl, weil das auch sehr gut verträglich ist.

Aber Achtung: Nur Olivenöl kaufen, das im Etikett die Aufschrift trägt "extra vergine". Da kostet die Flasche ab etwa DM 8,-- aufwärts, aber es lohnt sich!

Die billigeren Olivenöle schmecken alle irgendwie ranzig

So, und nun viel Spaß beim Kochen!

Ihre
Gabriele Surburg