

«Nicht weit von der Profiküche entfernt»



Starkoch Stefan Meier vom Zuger Rathauskeller hat ein neues Buch geschrieben: «Natürlich steamen!» (Orell Füssli Verlag) bietet 80 Rezepte, die die Vorteile des Dampfgarens ausnutzen. Im Interview verrät er sein Erfolgsrezept.

Interview: Daniela Hotz/bha

Seit einigen Jahren arbeiten Sie trotz Ihres intensiven Arbeitstages im Zuger Rathauskeller mit V-Zug zusammen. Warum?

Stefan Meier: V-Zug stellt im Heimbereich hohe Ansprüche an die Küchengeräte und entwickelt diese weiter. Ich verstehe mich als Vermittler zwischen Profiküche und Privathaushalt. Das Resultat meiner Rezepte und der Zusammenarbeit mit den Softwareentwicklern von V-Zug sind Küchengeräte für den Heimbereich, die mit Profiwissen gefüttert werden können. Das fasziniert mich.

Mussten Sie Ihre Kreativität für die Programmierung einschränken?

Überhaupt nicht. Es geht dabei vor allem um präzise Garzeiten und die richtige Kombination der Methoden.

Müssen Sie Ihren Gaumen regelmässig trainieren?

Jeden Tag kochen ist für mich dasselbe wie für einen Spitzensportler, der täglich trainiert. Nase und Gaumen sind am Morgen am sensibelsten. Wir haben 3000 Geschmacksnerven auf unserer Zunge. Was für ein Sinnesrausch!

Was überzeugt Sie am Prinzip des Steamers?

Die schonende Art des Kochens. Das Dampfgaren ist sehr effizient und bewirkt eine gleichmässige Erhitzung. In meiner Profiküche sind stets sieben Steamer im Einsatz. Und die V-Zug-Steamer sind im



Stefan Meier, *Natürlich steamen!*, Orell Füssli, Fr. 59.–, im Buchhandel oder auf www.vzug.ch.

Catering-Bereich meine ständigen Begleiter.

Ersetzt der Steamer alle konventionellen Methoden?

Nicht ganz. Ich schätze, der Kochherd wird zu 50 Prozent weniger gebraucht. Mit dem Steamer lässt sich sehr vieles machen. Es ist eine neue Leichtigkeit des Kochens.

Was meinen Sie damit?

Zu Hause erhalten Hausfrauen und Hausmänner die gleichen Voraussetzungen wie in der Profiküche. Das schafft mehr Freiraum für Kreativität. Es kann ja nichts anbrennen, nichts überkochen. Kochbücher wie mein neues «Natürlich steamen!» sollen nur als Leitfaden zum Experimentieren dienen.

Was raten Sie den Köchinnen und Köchen zu Hause?

Sie sollten mehr Mut haben und den neuen Steamer brauchen. Er gibt ihnen mehr Freiheit beim Kochen und bringt die Freude an einer saisongerechten schmackhaften Küche zurück.

Ist die Vernetzung nicht zu kompliziert?

Ich setze die vernetzten ZUG-Home-Geräte zu Hause selbst ein. Ich habe keine grosse Affinität zu Computern. Wenn ich damit zurechtkomme, dann heisst das was.

Steht am Ende der Entwicklung nicht der Küchenroboter?

Nein. Den Menschen wird es immer brauchen. Am besten schmeckt, was man selbst zubereitet hat. Ich sehe die Entwicklung eher dahin, dass Küchengeräte wie der Steamer dank Sensortechnik noch einfacher zu bedienen sind. Ausserdem werden sie als Berater fungieren, der etwa die Sensibilisierung für regionale, saisongerechte Küche weiter fördert.

Wie ein Steamer funktioniert

In einem externen Verdampfer wird Wasser zum Kochen gebracht. Der Dampf wird in den Garraum geleitet. An den Oberflächen der sich dort befindenden kälteren Speisen kondensiert der Dampf und gibt dabei seine Energie ab. Das Resultat ist eine gleichmässige schonende Erhitzung. Überkochen oder Anbrennen ist nicht möglich. Mineralstoffe und Vitamine werden gegenüber den konventionellen Kochmethoden deutlich besser erhalten. Farben und Aromen der Lebensmittel gehen weniger verloren. Kombigeräte bieten zusätzlich Garen unter Heissluftatmosphäre sowie eine Mischung der beiden Betriebsarten. Die Funktion GourmetDämpfen im neuen Combi-Steam SL ersetzt durch eine Kombination verschiedenster Technologien und über 100 °C heissem Dampf konventionelle Methoden etwa mit Öl vollständig.

QR-Code: Artikel auf dem Handy lesen



SMS: mobil.egghilde an 939 (CHF 0.20)