

HIER KOCHT DER CHEF

# BOUILLON (1)

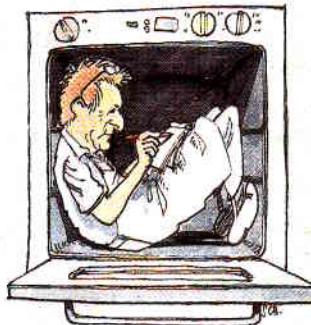
Erst durch die Frage eines Lesers habe ich gemerkt, dass ich noch nie über Bouillons geschrieben habe. Das will ich heute schleunigst nachholen, denn die Bouillon ist die Mutter der Kochkunst. Bereits die alten Jäger und Sammler hatten wohl einen Kessel über dem Feuer, in dem eine Bouillon von Bärenfleisch oder Auerhahn brodelte. Bouillons gibts aus vielen Zutaten: Rind, Fisch, Geflügel oder Pilzen. Ich beschränke mich auf die zwei wichtigsten: die Rindsbouillon und die Gemüsebouillon (diese folgt in zwei Wochen). Beide Zubereitungen sind sehr einfach und beanspruchen außerordentlich wenig Arbeitszeit, nur etwas Planung. Um Sie zu einem Versuch zu ermuntern, ändere ich für einmal die Vorgehensweise und beginne mit den allernötigsten Zutaten und der simpelsten Zubereitung. Anschliessend bauen wir diese Instant-Variante Schritt für Schritt aus.

## INSTANT-VARIANTE, ETWA 1 LITER

**Zutaten:** 100 g Rüebli, 50 g Sellerie, und 200 g Zwiebeln gewaschen und fein gewürfelt.

1 kg fein gehacktes, sehr mageres Rindfleisch (noch besser ist Kuhfleisch), 2 Lorbeerblätter, 2 Nelken, 4 Markbeine.

**Zubereitung:** Alle Zutaten in einen Kochtopf geben, mit kaltem Wasser bedecken und kräftig verrühren.



Langsam erhitzen und dabei ab und zu rühren. Kurz vor dem Siedepunkt die Hitze etwas reduzieren, damit die Bouillon nicht überkocht. Ab diesem Zeitpunkt nicht mehr rühren, sonst wird die Bouillon trüb.

Eine Stunde ziehen lassen, durch ein Küchentuch giessen, nochmals aufkochen, salzen und pfeffern. Das Mark aus den Knochen lösen und in die Suppe geben.

## HERZHAFTE VARIANTE, ETWA 1,5 LITER

**Zutaten:** 2 kg Ochsenschwanzragout in höchstens 1 cm dicken Scheiben. Der Metzger wird bei der Bestellung ein bisschen murren, weil das Arbeit gibt, aber lassen Sie sich davon nicht beirren. Dazu kommen Gemüse und Gewürze wie bei der Instant-Variante.

**Zubereitung:** Die Zutaten grosszügig mit kaltem Wasser bedecken, einmal aufkochen, die Hitze reduzieren und drei bis vier Stunden knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Die Zutaten müssen immer vollständig von Wasser bedeckt sein, deshalb nach Bedarf nachgiessen. Die Bouillon durch ein Küchentuch passieren, salzen und pfeffern. Den Ochsenschwanz auskühlen lassen. Das Fleisch von den Knochen lösen, vom Fett befreien und in kleine Würfel schneiden. Man kann es entweder als köstliche Bouilloneinlage servieren oder für ein Pasta-Gericht oder eine Crêpe-Füllung beiseitestellen.

## SPARSAME, TRADITIONELLE VARIANTE, ETWA 1 LITER

**Zutaten:** 2 kg fein gehackte Rindsknochen, 500 g Rindfleischabfälle und Sehnen, gewaschene Schalen von 100 g Rüebli und 50 g Sellerie, 1 gehackte Zwiebel, 2 Lorbeerblätter, 2 Nelken.

**Zubereitung:** Die Knochen, wie schon beschrieben, ansetzen und vier Stunden ziehen lassen. Das Wasser nur am Anfang nachfüllen, gegen Ende der Kochzeit bis auf etwa 1 Liter einkochen lassen. Durch ein Küchentuch passieren. Die geschälten Rüebli, Sellerie und 100 g Lauch klein schneiden, in der Bouillon weich kochen und als Einlage servieren.

## TIPPS

Die Bouillon kalt und ohne Salz ansetzen, so lösen sich die Geschmacksstoffe besser im Wasser. Nach dem ersten Aufkochen nicht mehr kochen lassen, denn das köstliche Aroma verflüchtigt sich mit dem Dampf. Mit einem Schöpfloßel ab und zu abschäumen, so bleibt die Flüssigkeit klar. Fertigbouillonwürfel machen den Geschmack jeder frischen Bouillon kaputt. Hingegen kann man Liebig-Fleischextrakt in kleinen Mengen zur Geschmacksintensivierung verwenden, da es sich dabei um reinen, ungewürzten Rindfleischextrakt handelt.

In zwei Wochen gibts für die angefressenen Hobbyköche unsere Bouillon nochmals. Und zwar setzen wir sie wieder mit Rindfleisch an und erleben das mystische Entstehen einer wasserklaren Consommé. Für Gemüseliebhaber gibts die versprochene Gemüsebouillon.

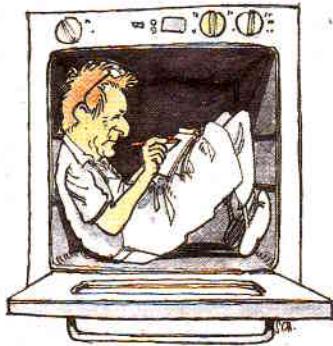
Peter Brunner, Restaurant Kaiser's Reblaube  
Anregungen, Kritik und Fragen  
werden per E-Mail entgegengenommen:  
[peter.brunner@kaisers-reblaube.ch](mailto:peter.brunner@kaisers-reblaube.ch)

HIER KOCHT DER CHEF

# BOUILLON (3)

Sie kennen sicher Wunderblumen. Man legt am Abend eine fest verschlossene Muschel ins Wasser, und, oh, Wunder, am nächsten Morgen ist daraus eine farbenprächtige Blume gewachsen.

Obschon ich in meinem Kochleben viele Hundert Mal die Entstehung einer Consommé beobachtet habe, ist sie für mich immer wieder ein vergleichbar zauberhaftes Erlebnis: Wir füllen eine eiskalte Bouillon (vgl. «züritipp» Nr. 32) in einen Suppentopf und geben einen dicken Brei von püriertem Gemüse, flüssigem Eiweiss und fein gehacktem Rindfleisch dazu. Noch besser wäre Kuhfleisch, aber das ist schwieriger zu bekommen. Wir Köche nennen diesen hässlichen Brei Klarifikation. Diese trübe und eiskalte Brühe rühren wir anschliessend um. Ähnlich stelle ich mir die kosmische Ursuppe vor, aus der unser Universum entstanden ist. Dann beginnen wir den Topf langsam zu erhitzen und rühren regelmässig um. Am Anfang verändert sich nicht viel, und wir erhöhen die Temperatur schrittweise. Mit der Zeit bilden sich kleine Rindfleischklümpchen, die an der



Oberfläche schwimmen. Ab diesem Moment darf nicht mehr gerührt werden. Diese Erwärmungsphase sollte etwa 30–45 Minuten dauern.

Nach und nach steigt immer mehr Fleisch auf, und mit der Zeit entsteht ein gräulicher, kompakter Deckel. Bei diesem Anblick ist man das erste Mal äusserst skeptisch, ob das etwas Gutes werden

kann. Plötzlich bricht der graue Deckel auf, und wie aus einem Vulkan quillt eine wasserklare, goldgelbe Flüssigkeit hervor, die herrlich nach Rindfleisch duftet – die Consommé. Damit ist das Schauspiel zu Ende, und es beginnt die Feinarbeit. Man reduziert die Hitze wieder und schöpft mit einem Suppenschöpfer vorsichtig die Consommé in ein Küchentuch, das man in ein Sieb gelegt hat. Das Küchentuch vorher gut aus-

spülen, damit die Suppe nachher nicht nach Waschmittel schmeckt! Wenn alles geklappt hat, sind Sie jetzt stolzer Besitzer einer perfekten Consommé, die Sie nur noch salzen und nach Belieben mit etwas Cognac oder Portwein abschmecken müssen.

## REZEPT FÜR 3 LITER CONSOMMÉ

**Zutaten:** 3 l Rindsbouillon, 900 g gehacktes, sehr mageres Rind- oder Kuhfleisch, je 50 g Zwiebeln, Sellerie, Rübli, alles fein gehackt, 2 Eiweiss, Salz.

**Zubereitung:** Wie oben beschrieben. Die Consommé ist keine gewöhnliche Suppe, sondern eine konzentrierte Essenz. Deshalb rechnet man üblicherweise nur 1–1½ dl pro Person und serviert sie in vorgewärmeden Kaffeetässchen.

Da der Arbeitsaufwand doch beträchtlich ist, empfehle ich, eine grössere Menge zu kochen und portionenweise einzufrieren, die Qualität bleibt top.

## KLARE OCHSENSCHWANZSUPPE

Die klare Ochsenschwanzsuppe ist die Kaiserin der französischen Suppen und seit je ein Markenzeichen der Luxusgastronomie. Wenn Sie, wie das letzte Mal vorgeschlagen, Ihre Bouillon mit Ochsenschwanzragout angesetzt haben, können Sie nach genau demselben Vorgehen eine klare Ochsenschwanzsuppe zubereiten. Für die Klarifikation verwendet man gewöhnliches Rind- oder Kuhfleisch wie bei der Consommé. Das Ochsenschwanzfleisch löst man von den ausgekühlten Knochen, entfernt sorgfältig das Fett, schneidet kleine Würfel daraus und gibt sie als Einlage in die fertige Suppe.

In zwei Wochen kommen endlich die Vegetarier zum Zug, dann geht es um Gemüsebouillons.

Peter Brunner, Restaurant Kaiser's Reblaube.

Anregungen, Kritik und Fragen werden

per E-Mail entgegengenommen:

peter.brunner@kaisers-reblaube.ch

HIER KOCHT DER CHEF

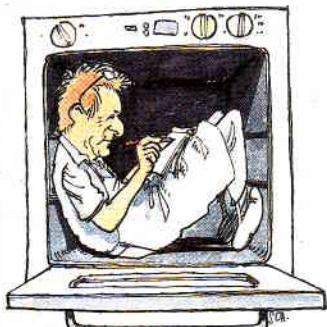
# BOUILLON (3)

Bekanntlich bin ich ein Verfechter von leeren Kühlschränken und Vorratsgestellen: Ich bin der Meinung, so kocht sichs einfach besser.

Ein paar wenige Zutaten müssen allerdings immer vorrätig sein: Neben Salz, Zitronen, erstklassiger Hartweizenpasta und ein paar wenigen Dingen mehr steht bei mir immer eine Flasche frische Gemüsebouillon im Kühlschrank. Damit bin ich beim dritten und letzten Teil meiner kleinen Bouillonserie angelangt.

Industrielle Gemüsebouillons schmecken mir überhaupt nicht. Das ist nur logisch, denn die Aromen und Düfte von frischem Gemüse sind so vielfältig und flüchtig, dass man sie ganz offensichtlich nicht pulverisieren oder in Würfel pressen kann. Wenn schon, ist dies beim vergleichsweise primitiven Aroma von Fleisch noch eher möglich.

Gemüsebouillons verwenden wir für beinahe jedes Gericht – ausser für Desserts, wobei wir kürzlich sogar eine Kartoffelbouillon mit Vanille gemacht haben. Die Bouillon ist ein idealer Ausgangspunkt für viele Fisch-, Geflügel- oder Teigwarensaucen. In unserem Restaurant ist sie zudem die Basis für Risotto, Polenta sowie die Gnocchi alla romana und wird bei uns täglich zweimal



frisch zubereitet. Die Herstellung ist denkbar einfach und benötigt nur etwa 10 Minuten Arbeitszeit. Für ein gutes Ergebnis muss man allerdings ein paar wenige Tipps beachten:

Die Zusammenstellung der Gemüse ist je nach Jahreszeit Ihrem persönlichen Geschmack überlassen. Man kann sich beispielsweise auf Rübli und Zwiebel beschränken, eine Rüblibouillon ist gut

geeignet für Risotto. Küchensuperstar Alain Ducasse führt in seinem sehr empfehlenswerten «Grande livre de cuisine» eine Broccolibouillon; Michel Bras, der Guru der Profiköche, eine solche aus Kartoffeln. Wichtig ist einfach, dass die Gemüse frisch sind, nicht etwa welk oder verschrumpelt, und dass sie zueinander passen.

Weiter verzichtet man besser auf alle Kohlarten und auf Bohnen, denn die Bouillon verdirbt durch diese Gemüse viel schneller. Zudem lassen wir Spezialitäten wie Artischocken, Chicorée, Spargel oder Knoblauch weg, weil ihre Aromen zu sehr dominieren.

**Fettstoff:** Ein Teil der Aroma- und Nährstoffe im Gemüse und in den Gewürzen ist nur fettlöslich, nicht wasserlöslich. Um auch diese Bestandteile

aus dem Gemüse zu lösen, dünnen wir es zusammen mit den Gewürzen zuerst in etwas Butter oder Olivenöl an, bevor wir das Wasser dazugeben.

**Kochen:** Je kürzer die Kochzeit, desto frischer bleiben die Aromen. Eine Bouillon, die Stundenlang kocht, schmeckt am Schluss wie Abwaschwasser. 20–30 Minuten genügen. Damit trotzdem möglichst viel Aroma ins Wasser geht, schneiden wir das Gemüse möglichst fein und kochen es ohne Salz. Die Bouillon sollte auch nicht strudelnd kochen, denn der Geschmack, der dabei verdampft, fehlt nachher in der Bouillon – eigentlich alles logisch. Ebenfalls der Logik entsprechend, wird das Ergebnis umso intensiver, je weniger Wasser wir dem Gemüse beifügen. Konkret: Wir füllen den Topf nur etwa 5 cm über das dicht geschichtete Gemüse hinaus mit Wasser auf. Nach Abschluss der Kochzeit gießen wir die Flüssigkeit durch ein feines Sieb oder ein Tuch ab und pressen dabei kräftig jeden Tropfen kostbarer Flüssigkeit heraus. Für den Hausegebrauch reicht mir jeweils eine Flasche Gemüsebouillon im Kühlschrank für eine Woche.

## GEMÜSEBOUILLON À LA REBLAUBE

**Zutaten:** 50 g Sellerie, 100 g Karotten, 200 g Zwiebeln, 100 g Fenchel, 100 g Tomaten, ½ Zitrone, Saft und abgeriebene Schale, 3 Nelken, 1 Lorbeerblatt, 1 KL Korianderkörner, 1 Prise Ingwer, wenig Kräuter nach Markt, etwas Olivenöl.

**Zubereitung:** Wie oben beschrieben.

Peter Brunner, Restaurant Kaiser's Reblaube.

Anregungen, Kritik und Fragen werden

per E-Mail entgegengenommen:

peter.brunner@kaisers-reblaube.ch