



*Enikö Gruber*

# FOOD, FRIENDS & LOVE

*Entspannt kochen und mit Freunden genießen*



THORBECKE

FOOD, FRIENDS & LOVE



*Enikö Gruber*

# FOOD, FRIENDS & LOVE

Entspannt kochen und mit Freunden genießen

Jan Thorbecke Verlag

## VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS  
ESCHBACH  
GRÜNEWALD  
THORBECKE  
SCHWABEN  
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe  
mit Sinn für das Leben

Weitere interessante Lesetipps finden

Sie unter:

[www.thorbecke.de](http://www.thorbecke.de)

Alle Rechte vorbehalten.

Unbefugte Nutzungen, wie etwa Vervielfältigung, Verbreitung, Speicherung oder Übertragung, können zivil- oder strafrechtlich verfolgt werden.

© 2019 Jan Thorbecke Verlag,  
Verlagsgruppe Patmos  
in der Schwabenverlag AG, Ostfildern  
[www.thorbecke.de](http://www.thorbecke.de)

Gestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart  
Druck: PNB Print Ltd, Silakrogs  
Hergestellt in Lettland  
ISBN 978-3-7995-1412-5 (Print)  
ISBN 978-3-7995-1428-6 (eBook)

Fotos: © Jessica Nitsche: Seite 2, 6, 9, 10, 12,  
16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 26, 36/37, 38, 53,  
69, 109, 146, 164, 184, 196 sowie Vor- und  
Nachsatz. Alle übrigen Fotos: © Enikö  
Gruber.

# INHALT

---

HERZLICH WILLKOMMEN! **7**

ÜBER MICH **11**

ENTSPANNT GÄSTE EINLADEN – ALLES, WAS DU WISSEN MUSST **13**

MUST HAVES AUS DEM VORRATSSCHRANK: **21**  
GEWÜRZE, PASTEN, ÖLE & CO

GEHEIMZUTATEN – SO WIRD'S BESONDERS! **25**

SONNTAGSBRUNCH MIT FREUNDEN **39**

DAS BUFFET IST ERÖFFNET – FINGERFOOD,  
DIPS, SALATE & CO. **68**

GENIALE HAUPTGERICHTE MIT GELINGGARANTIE **108**

BESONDERE BEGLEITER **147**

DAS BESTE KOMMT ZUM SCHLUSS:  
KÖSTLICHE KUCHEN & DESSERTS  
ZUM DAHINSCHMELZEN **165**

WILLKOMMEN AN DER BAR **185**

MENÜFINDER **194**

DIE MENÜS **195**

DANKE **197**

REGISTER **198**

DIE AUTORIN **200**

---



# HERZLICH WILLKOMMEN!

---

Kochen ist für mich nicht nur ein Lebensgefühl oder eine Leidenschaft – Kochen ist für mich Liebe und meine Art, den Menschen um mich herum zu zeigen, dass sie mir wichtig sind. Statt teurer Geschenke überrasche ich Freunde und Familie viel lieber mit ihrem Lieblingsgericht oder einer Tüte selbstgebackener Kekse oder lade sie am besten gleich zu mir nach Hause ein, um in gemütlicher Runde gemeinsam einen großen Teller Pasta mit ganz viel Parmesan und eine Flasche Rotwein zu vernichten. Denn ganz ehrlich: Was gibt es Besseres als mit guten Freunden eine schöne Zeit zu verbringen?

Diese gemütlichen Abende mit Kerzenlicht, Nougat-Panna-cotta, guten Gesprächen und ganz viel Gelächter, von denen man sich wünscht, sie würden nie zu Ende gehen, machen wir doch eigentlich viel zu selten! Genau aus diesem Gefühl heraus ist dieses Buch entstanden!

Viele Leute scheuen sich, Freunde zum Essen einzuladen, weil sie ihre Wohnung für zu klein oder nicht stylish genug halten oder weil sie meinen, nicht so gut kochen zu können. Falls auch ihr zu diesen Leuten gehört, hoffe ich von Herzen, euch mit meinem Buch und den darin enthaltenen Rezepten vom Gegenteil zu überzeugen. Man muss weder ein Sternekoch noch ein besonders routinierter Gastgeber sein, um seinen Lieben ein leckeres Essen auf den Tisch zu zaubern.

Im Ernst, ein großer Topf Chili con Carne, eine Flasche vom Lieblingswein, eine Schüssel selbstgemachte Mousse au Chocolat und

vielleicht noch ein bisschen Kerzenlicht – mehr braucht man doch meist gar nicht, um alle am Tisch satt und glücklich zu machen.

In diesem Buch zeige ich euch, wie ihr für eure Gäste ganz ohne Stress mexikanische Fiestas, spontane Pasta-Partys oder auch einen gemütlichen Brunch ausrichtet. Es wird köstliche Currys, einfache Ofengerichte, leckere Drinks und Desserts zum Dahinschmelzen geben. Ich verrate euch, wie ihr im Handumdrehen wunderschöne Käseplatten anrichtet, fantastisches Fingerfood zaubert, eine DIY-Getränkbar zusammenstellt und mit den einfachsten Materialien eine wunderschöne Tischdeko hinbekommt.

Um ein entspanntes Essen für Freunde und Familie auszurichten, braucht man im Grunde ja nur drei Dinge: etwas gute Vorbereitung, ein paar gelingsichere Rezepte und ein bisschen Improvisationstalent. Bevor es ans Kochen geht, findet ihr deshalb meine gesammelten Tipps und Ratschläge zur Menüplanung, zur stressfreien Organisation und zum problemlosen Meistern von kleinen Pannen. Außerdem gibt es eine wunderschöne Vorlage für Einladungen und Menükarten zum Ausdrucken (falls es mal etwas festlicher werden soll) und Playlist-Vorschläge für die passende Hintergrundmusik. Ihr seht schon, es wurde an alles gedacht!

Die Rezepte, die ich für euch zusammengestellt habe, sind meine absoluten Lieblingsgerichte. Manche davon koche ich schon seit etlichen Jahren, auf andere bin ich erst vor Kurzem gestoßen. Statt komplizierter Sterne-



Menüs und schwer zu beschaffenden Zutaten setze ich lieber auf gut vorzubereitende, alltagstaugliche Gerichte mit dem gewissen Etwas, denn der Schlüssel zu einem guten Essen liegt für mich vor allem in der Liebe zum Detail. Gute Zutaten, ein paar besondere Gewürze, hier und da ein paar kleine Kniffe – und schon hat man aus einem eigentlich unkomplizierten Essen mit spielerischer Leichtigkeit etwas ganz Außergewöhnliches geschaffen.

Viele meiner Rezepte, wie zum Beispiel das Thai-Curry oder die Caponata, habe ich auf meinen Reisen entdeckt, dann gibt es Leckereien wie das Tiramisu und die Topfenpalatschinken, die aus unserer Familienschatzkiste stammen und jahrelange Tradition haben und schließlich noch ein paar geniale Zufalls-kreationen, wie zum Beispiel das Pulled-Beef-Chili, den lauwarmen Linsensalat mit Süß-

kartoffeln, Granatapfel und Ziegenkäse oder die Frühstückspizza mit Spiegelei, Avocado und Speck.

So unterschiedlich die Gerichte auch sein mögen, eines haben sie alle gemeinsam: Sie wurden mit ganz viel Liebe entwickelt und gekocht. Und jetzt sitzen sie hier zwischen den Blättern dieses Buches und warten sehnsüchtig darauf, von euch für viele liebe Menschen nachgekocht zu werden!

In diesem Sinne wünsche ich euch unheimlich viel Freude beim Nachmachen, Einladen, gemütlichen Zusammensitzen und Genießen.

**PFEIFT AUF PERFEKTION  
UND HABT DIE ALLERSCHÖNSTE ZEIT!**

*Eure Eni*





HERZLICH

WILLKOMMEN!



# ÜBER MICH

---

Als ich zwei Jahre alt war, zogen meine Eltern mit mir von Budapest nach Deutschland. Die ersten Jahre lebten wir zusammen in einer 50 m<sup>2</sup> kleinen Wohnung, und unsere Einrichtung war eine bunte Mischung aus Sperrmüll und Flohmarkt. Die Küche bestand aus einem alten Gasherd, einem Holztisch mit unterschiedlichen Stühlen und einer winzigen Spüle, aber entgegen aller Erwartungen war unsere kleine, zusammengewürfelte (aber irgendwie doch ganz gemütliche) Wohnung fast immer gerappelt voll. Nahezu jedes Wochenende hatten wir Freunde oder Familie zu Besuch. Es wurde gegessen, gelacht, geredet, Musik gehört, manchmal sogar getanzt. In der Küche türmten sich Schüsseln und Schälchen mit Köstlichkeiten und überall standen Gläser mit bunten Schirmchen (und, soweit ich mich erinnere, auch ein paar Aschenbecher – damals war das ja noch so!). Wenn ich an meine Kindheit zurückdenke, kommt mir als Erstes genau diese Zeit in den Sinn: fröhliche, bunte, glückliche Tage. Und als Zweites – wie könnte es anders sein – Essen!

Egal ob an Weihnachten oder an einem beliebigen Sonntag – gemeinsames Essen wurde in unserer Familie immer zelebriert. Die Gerichte, die auf den Tisch kamen, waren simpel, aus den einfachsten Zutaten gekocht und trotzdem unfassbar lecker. Das mag kitschig klingen, aber man konnte die Liebe, mit der meine Mama und meine Omas ihre Gerichte zubereitet haben, förmlich herauschmecken. Für mich war das immer wie Zauberei. Obwohl es mir damals gar nicht so bewusst war, hat mich diese Einstellung zum Kochen

und zum Essen unheimlich geprägt. Wenn meine Eltern übers Wochenende verreisten, lud ich alle meine Freundinnen zum Übernachten ein. Ich kaufte von meinem Taschengeld frisches Baguette und Antipasti auf dem Markt, kochte Rotwein-Bolognese und Spaghetti Carbonara, zum Nachtsch gab es selbstgemachtes Tiramisu nach dem Rezept meiner Mama. Wir zündeten Kerzen an, tranken zu viel süßen Weißwein, hörten schnulzige Playlists und schliefen auf dem Sofa ein. Morgens machte ich uns Pancakes, während die anderen den Tisch deckten. Das waren die allerschönsten Tage!

Inzwischen bin ich selbst Mama von drei bezaubernden Kindern, und obwohl es durchaus Zeiten gibt, in denen uns der chaotische Alltag fest im Griff hat, hat sich an meiner Liebe zum gemeinsamen Essen in gemütlicher Runde nicht viel geändert. Im Gegenteil! Kaum etwas bereitet mir mehr Freude als an Weihnachten das Familienessen auszurichten, meine Mädels zum ausgedehnten Frühstück einzuladen oder mit Freunden bei einem Gläschen Wein und einer leckeren Käseplatte das Wochenende einzuläuten. Trotz meiner kulinarischen Begeisterung muss ich gestehen, dass ich bei weitem keine perfekte Köchin bin. Ich bin ungeduldig, chaotisch, eigensinnig, halte mich nur selten an Rezeptangaben (nicht mal an meine eigenen!) und bringe alle halbe Stunde den Rauchmelder zum Piepen. Und ja, hin und wieder geht beim Kochen auch mal was so richtig daneben – manchmal sogar, wenn Gäste kommen. Die Carbonara, von der ich euch erzählt habe, war

ehrlich gesagt ein Desaster. Aber hey, dafür hatten wir noch jede Menge Tiramisu und ziemlich viel Spaß!

Dass mein Weg mich in diese Richtung geführt hat, ist rückblickend gesehen vielleicht keine große Überraschung. So habe ich vor zwei Jahren meinen Foodblog „No Taste Like Home“ ins Leben gerufen, auf dem ich meine allerliebsten Wohlfühlgerichte und so manch andere Geschichten mit meinen Lesern teile. Mein eigentlicher Herzenswunsch war jedoch immer schon ein eigenes Kochbuch, aber lange

war ich unsicher, worüber ich schreiben sollte und vor allem wollte. Ich habe vieles probiert, vieles wieder verworfen und irgendwann habe ich einfach darauf losgeschrieben (und gekocht), ohne so richtig zu wissen, wohin der Weg gehen soll.

Das Ergebnis haltet ihr nun in euren Händen. Ein Buch, in dem es nicht nur um die Liebe zum Kochen und Experimentieren geht, sondern vor allen Dingen um die Magie, die entstehen kann, wenn wir diese Liebe mit anderen teilen!





# ENTSPANNT GÄSTE EINLADEN – ALLES, WAS DU WISSEN MUSST!



Egal ob es ein entspannter Brunch, ein opulentes Dinner mit allem Drum und Dran oder doch nur ein Abend in gemütlicher Runde werden soll – ein bisschen Planung kann nie schaden! Mit meinem Rundum-Sorglos-Paket seid ihr für so gut wie alle Eventualitäten gerüstet, sei es Tischdeko, Menüzusammenstellung oder eine plötzliche Panne.

## IHR SEID EINGELADEN!

Ob mit einer selbstgemachten Karte oder ganz zwanglos per WhatsApp – eine schriftliche Einladung freut jeden und ist die optimale Lösung, um Missverständnissen in Bezug auf Zeit, Ort und Anlass vorzubeugen. So können sich Gäste, was Datum und Uhrzeit angeht, jederzeit rückversichern, ohne in die Verlegenheit zu kommen, beim Gastgeber nachfragen zu müssen.

Damit keine Fragen offen bleiben, sollte eine Einladung folgende Infos enthalten:

- Anlass (gemütliches Dinner, Sonntagsbrunch, Geburtstagsparty, Sommerfest, o.Ä.)
- Datum und Uhrzeit
- Ort (ggf. mit Adresse)
- Deadline für Rückmeldungen

Wer möchte, kann in seiner Einladung bereits verraten, was auf den Tisch kommt und seine Freunde darum bitten, sich z.B. um dazu passende Getränke oder Snacks zu kümmern. Keine Angst, die meisten Gäste freuen sich, etwas beisteuern zu können und dem Gastgeber Arbeit abzunehmen!

Im Folgenden findet ihr Gestaltungsbeispiele für Einladungen und Menükarten. Ihr könnt euch die Vorlagen zum Ausdrucken herunterladen unter dem QR-Code auf Seite 200.



## DIE QUAL DER WAHL:

### WAS SOLL ICH BLOSS KOCHEN?

#### Klassisch oder ausgefallen?

Lädt man Freunde oder Familie zum Essen ein, kennt man seine Gäste meist nicht erst seit gestern und weiß um ihre Vorlieben Bescheid. Je nachdem kann man entscheiden, wie exotisch und ausgefallen oder eher klassisch und traditionell das Menü sein darf und soll. Während ich für Freunde gerne indisches Butter Chicken, orientalische Salate oder scharfe Enchiladas koche, weiß ich, dass Oma Magda nicht unbedingt der größte Fan von Koriander und Ziegenkäse ist und setze stattdessen lieber auf Kartoffelgratin mit leckeren Rouladen. Wenn ich mir unsicher bin, koche ich am liebsten ein schnörkelloses Hauptgericht ohne viel Chichi und serviere dazu die ein oder andere außergewöhnliche Beilage. Es muss allerdings nicht immer ein festes Menü sein! Auch ein schönes Buffet mit unterschiedlichen warmen und kalten Speisen kommt gut an und lässt sich prima vorbereiten!

#### Motto-Dinner

Pasta-Party, mexikanische Fiesta, asiatischer Abend oder eine verführerische Tafel aus 1001 Nacht – ein Menü thematisch auszurichten, finde ich immer besonders schön. Gerichte, Gewürze und Getränke können dabei toll aufeinander abgestimmt werden und sorgen für geschmackliche Harmonie.

#### Auf Nummer sicher gehen:

##### Unverträglichkeiten & Co

Habt ihr euch für ein bestimmtes Menü entschieden, ist es trotzdem ratsam, noch einmal nachzuhorchen, ob es bei euren Gästen Unverträglichkeiten oder Probleme mit bestimmten Gewürzen oder Kräutern gibt. Zutaten wie zum Beispiel Chili, Ingwer oder Koriander können ziemlich polarisieren,

Wir laden euch herzlich zum  
gemütlichen  
*Anlass* ein!

Wann?

*Datum*

Wo?

*Adresse*

Bitte gebt uns bis zum  
xx.xx.xxxx Bescheid, ob ihr  
kommen könnt.

Wir freuen uns auf euch/dich.

*Eni & Robert*



*Menu*

Vorspeise

.....  
.....  
.....

Hauptgang

.....  
.....  
.....



Dessert

.....  
.....  
.....



deshalb lieber einmal zu viel fragen als das Nachsehen haben. Viele Kräuter und Gewürze könnt ihr auch einfach in kleinen Schälchen zum Essen reichen.

Sind Vegetarier oder Veganer unter den Gästen, bereite ich noch eine zweite, fleischlose Hauptspeise vor. Obwohl die meisten Vegetarier unter meinen Gästen niemals um eine „Extrawurst“ bitten würden, merke ich trotzdem immer wieder, wie sehr sie sich darüber freuen, dass ich mir Gedanken um ihre Vorlieben gemacht habe. Der gratinierte Feta (Rezept S. 103) oder die Caponata (Rezept S. 120) sind schnelle und leckere Alternativen zu Fleisch und Fisch und ganz einfach gemacht. Aber auch viele andere Hauptgerichte in diesem Buch können ohne Probleme entsprechend abgewandelt werden. Hinweise dazu findet ihr bei den Rezepten.

Vegetarische Rezepte sind mit  gekennzeichnet, vegane mit .

### An alles gedacht: Vorausschauend planen – Stress vermeiden

Wer vorausschauend plant, hat halb gewonnen, denn oft sind es tatsächlich nur klitzekleine Details, die euch als Gastgeber ins Schwitzen bringen können: das Salz, das am Sonntagmorgen plötzlich alle ist, die Sahne für das Dessert, die man aus Versehen zu lange geschlagen hat und die sich nun blöderweise in Butter verwandelt hat, oder der Fleischer, der dieses eine bestimmte Fleisch für das geplante Hauptgericht nicht mehr vorrätig hat.

### Vorratscheck

Bevor es an die Einkäufe geht, kann ein kurzer Blick in die Vorratskammer nie schaden! Sich blind darauf zu verlassen, dass man Grundzutaten wie Salz, Pfeffer, Zimt oder Öl sowieso daheim hat, kann schnell nach hinten losgehen.

### Vorbestellen

Außergewöhnliche Zutaten und größere Mengen an bestimmten Fleisch-, Fisch-, Käse- oder Brotsorten bestelle ich am liebsten schon im Voraus und meistens auch ein bisschen mehr als im Rezept vorgegeben. So bin ich immer auf der sicheren Seite, falls beim Kochen doch mal etwas schiefeht.

### Einen Zeitplan erstellen

Das Erstellen eines groben Zeitplans hilft, Stress zu vermeiden und bei der Planung den Überblick zu behalten. Wenn ich ein größeres Menü plane, versuche ich außerdem so viel wie möglich bereits im Voraus zu erledigen, um am Tag der Einladung nicht in Stress zu geraten oder bestimmte Dinge in der Hektik zu vergessen. Dips, Desserts, Salate, Dressings und Fingerfood kann man oft schon einige Tage im Voraus vorbereiten. Die Einkäufe erledigt man am besten 2–3 Tage vorher, Getränke kann man natürlich auch schon früher besorgen.

### Im Voraus für Nachschub sorgen

Großzügigkeit ist für mich eine der wichtigsten Eigenschaften eines guten Gastgebers. Ich fände es schrecklich, wenn meine Gäste nach der Hälfte des Abends auf dem Trockenen sitzen würden, deshalb besorge ich von vorneherein immer ein paar Getränke mehr als vielleicht nötig. So ein paar Extrafläschchen Wein im Keller schaden nie und wer weiß, vielleicht wartet ja die nächste Spontan-Party bereits um die Ecke ...

### Wenn Kinder kommen

Sind Kinder auf der Party, stelle ich auf einem kleinen Tisch Snacks und Knabberereien bereit, wie z.B. Karotten- und Gurkensticks, Salzstangen, aber auch mal Popcorn oder Kekse. Daneben gibt's eine kleine Spielecke mit ein paar gemütlichen Kissen, Büchern, Puzzles,





Gesellschaftsspielen, Buntstiften und Papier. So kommt bei den Kleinen garantiert keine Langeweile auf, während die Eltern in Ruhe ihren Aperitif genießen können. Was das Essen betrifft, bereite ich für die Kids immer ein unkompliziertes „Extramenü“ vor. Hotdogs zum Beispiel sind total schnell gemacht und kommen bei den Kleinen meist besser an als Thai-Curry oder Guacamole.

#### *Enis Geheimtipp:*

Für ein kleines Highlight einfach Pizzateig zu dünnen Rollen formen, ein paar Würstchen damit umwickeln. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C etwa 15–20 Minuten im Ofen zu

kleinen Mumien-Würstchen backen und mit Ketchup und Gemüsesticks servieren. Minimaler Aufwand, dafür aber viele strahlende Gesichter garantiert!

## WOHLFÜHLATMOSPHERE SCHAFFEN

### Tischlein deck dich

Eine schöne Atmosphäre beim Essen ist mir unheimlich wichtig. Ein hübsch gedeckter Tisch, angenehme Beleuchtung und die passende Musik im Hintergrund verströmen heimelige Gemütlichkeit und festliche Stimmung zugleich. Eine tolle Tischdeko muss aber weder aufwendig noch teuer sein. Mit Naturmaterialien, wie Wiesenblumen, Kräutern, Kastanien, Ästen, Blättern, Steinen oder Walnüssen, lässt sich wunderbar dekorieren. Auch bestimmte Obst und Gemüsesorten, wie z.B. Artischocken bei einem sommerlichen Brunch, kleine Kürbisse bei einem herbstlichen Dinner oder Feigen bei einer orientalischen Tafel machen ordentlich was her! Leere Marmeladengläser, Konservendosen oder kleine Fläschchen lassen sich schnell zu Vasen oder Teelichthaltern umfunktionieren.

### Menükarten

Wenn es richtig feierlich werden soll (oder ich besonders viel Zeit habe), erstelle ich gern kleine Menükärtchen für den Tisch. Das weckt die Vorfreude auf das Menü und sieht einfach hübsch aus.

Menükarten eignen sich zudem auch ganz hervorragend als kleine Orientierungshilfe bei einem Buffet. Die einzelnen Speisen können so ganz einfach mit kleinen Hinweisen wie „vegetarisch“ und „vegan“ versehen werden – so weiß jeder genau, wo er zugreifen möchte.

### To seat or not to seat?

Tischkärtchen kommen bei mir tatsächlich nur bei sehr festlichen Anlässen zum Einsatz oder wenn Gäste eingeladen sind, die sich untereinander noch nicht kennen. Bei einem lockeren Brunch oder einem gemütlichen Abendessen lasse ich die Gäste ihren Platz selbst aussuchen, schließlich sollen sie sich ja wie zuhause fühlen.

### Musik auf Knopfdruck

Ein bisschen Musik im Hintergrund gehört für mich zu einer gemütlichen Atmosphäre einfach dazu. Bei Musikanbietern wie z.B. Spotify gibt es bereits etliche unterschiedliche Playlists zum Thema „Dinner with Friends“ – man kann sich aber auch ganz leicht seine ganz individuelle Liste zusammenstellen und braucht dann nur noch auf Play zu drücken, wenn die Gäste kommen. Ich habe Euch eine Liste mit meinen Favoriten zusammengestellt – Ihr findet sie auf Spotify unter dem Stichwort FOOD, FRIENDS & LOVE.

Personen, denn während Fleisch & Co. im Ofen oder auf dem Herd vor sich hin schmurgeln, bleibt genügend Zeit, um sich in aller Ruhe um Beilagen, Getränke und Deko zu kümmern. Manche Gerichte können sogar schon am Vortag gekocht werden und müssen zum Aufwärmen nur noch kurz eine Runde in den Ofen hüpfen, sobald die Gäste eintreffen.

### K(I)eine Küchenexperimente

Die gemeinsam verbrachte Zeit steht für mich bei einem Essen mit Freunden zwar immer im Vordergrund, aber trotzdem möchte man mit seinem Menü gerne auch ein bisschen begeistern! Aus eigener Erfahrung kann ich euch sagen, dass Rezepte aus der „auf Nummer sicher“ Kategorie meist die beste Wahl sind. Sich selbst mit seiner Menüauswahl wohlfühlen, ist für mich die wichtigste Voraussetzung, um ein entspannter Gastgeber zu sein, denn wer ständig Angst hat, dass das Filet zu zäh, die Sauce zu wässrig oder der Curryschaum zu flüssig wird, hat weder Zeit noch Nerven, um entspannt mit seinen Freunden zu plaudern und zu genießen.

---

## STRESSFREI KOCHEN UND SERVIEREN – SO GEHT’S!

### Pfeif’ auf Perfektion!

Für größere Runden koche ich am liebsten Gerichte, die ich selbst gerne esse und die sich gut vorbereiten lassen. Ein perfekt gebratenes Rinderfilet mag vielleicht bei den meisten Leuten ziemlichem Eindruck schinden, in der Zubereitung für mehrere Personen ist mir das aber viel zu aufwendig. Dann lieber ein schöner Lachs aus dem Ofen oder das unkomplizierte Chili. Das schmeckt genauso lecker und lässt sich ganz entspannt auch mal nebenher zubereiten.

Generell eignen sich Schmor- und Ofengerichte perfekt für ein Essen mit mehreren





### *Enis Geheimtipp:*

Lieber auf bewährte und bodenständige Gerichte mit Erfolgsgarantie setzen und nur mit einzelnen Komponenten variieren oder neue, spannende Aromen-Kombinationen durch den Austausch von Gewürzen oder einzelnen kleineren Zutaten schaffen!

### **Würzen mit Bedacht!**

Geschmäcker sind ja bekanntlich ziemlich verschieden! Während mein Mann und ich furchtbar gerne scharf essen, ist das bei Weitem nicht bei allen unseren Freunden der

Fall, und auch an Gewürzen und Kräutern, wie zum Beispiel Kreuzkümmel, Anis und Koriander, scheiden sich die Geister. Was bei dem einen wahre Begeisterungstürme auslöst, kann für den anderen unter Umständen völlig ungenießbar sein! Stark polarisierende Zutaten lasse ich in meiner Menüauswahl daher entweder ganz außen vor oder reiche sie einfach in kleinen Schälchen dazu. So kann jeder Gast selbst bestimmen, wie feurig das Curry oder wie würzig das Dal sein soll.

### Abschmecken nicht vergessen!

Auch das allerbeste Rezept ist nicht in Stein gemeißelt: Zutaten können in ihrer Qualität variieren, Kräuter können unterschiedlich intensiv, Tomaten unterschiedlich aromatisch sein. Und auch Mengenangaben für Gewürze sind ganz stark vom eigenen Geschmack abhängig.

Am besten ist es, das Gericht schon während der Zubereitung immer wieder zu probieren und, falls nötig, nachzuwürzen oder Flüssigkeit hinzuzufügen, selbst wenn das Rezept es anders vorsieht! Auch die Garzeiten von Fleisch und Gemüse können unter Umständen von Vorgaben abweichen, deshalb lieber immer mal wieder einen Blick in den Ofen oder in den Schmortopf werfen, um nach dem Rechten zu sehen.

### Make it veggie!

Viele meiner Hauptgerichte enthalten Fleisch oder Fisch, einige davon können jedoch ganz unkompliziert zu fleischfreien Gerichten abgewandelt werden. Ein Thai-Curry kann ebenso gut mit Tofu serviert werden, die Käsekartoffelchen und die Enchiladas begeistern auch ohne Bacon Crunch und die Pasta mit cremiger Wodka-Sauce schmeckt auch ohne die Zugabe von Scampi ganz fantastisch. Unter den Rezepten findet ihr dazu viele Alternativen und hilfreiche Tipps, damit auch eure vegetarischen Gäste garantiert glücklich werden.

### Schmeckt nicht, gibt's nicht!

Lasst euch von einem Gericht nicht direkt abschrecken, nur weil vielleicht eine unliebsame Zutat auf der Liste steht. Viele Zutaten in meinen Rezepten sind austauschbar oder zumindest abwandelbar. Wer keine Kichererbsen mag, kann diese durch weiße Bohnen ersetzen. Je nach Saison kann Hokkaidokürbis

statt Süßkartoffeln (und umgekehrt!) verwendet werden. Auch Ahornsirup kann jederzeit durch Agavendicksaft oder Honig ersetzt werden und vor allem bei Gewürzen ist immer Raum für Spielereien. Solange ihr euch mit den Mengenangaben grundsätzlich an das Rezept haltet und darauf achtet, dass die Ersatzzutat ungefähr die gleiche Konsistenz und Beschaffenheit hat wie das Original, kann nicht viel schief gehen.

### Kleine Pannen locker sehen!

Trotz akribischer Vorbereitung und dem tollsten Menü kann es im Eifer des Gefechts immer mal zu kleinen Pannen kommen. Da hilft nur locker bleiben und nicht in Panik verfallen! Von einer verkochten Beilage geht die Welt nicht unter, und vieles lässt sich am Ende doch noch irgendwie retten. Für alles andere gilt: Was nicht fertig wird, war nie geplant!

Mein Tipp: Für den Notfall am besten immer noch ein extra Baguette und ein paar (notfalls gekaufte) Dips im Kühlschrank haben. So bleiben die Gäste auch bei kleinen Missgeschicken oder Wartezeiten satt und zufrieden.

### SOS-Tipps

Versalzene Gerichte können meistens mit etwas Zucker, Sahne oder Wasser wieder in Ordnung gebracht werden. Auch bei zu viel Säure hilft Zucker zum Ausgleichen.

Wässrige Saucen können mit Mehl, Speisestärke oder kalter Butter gebunden werden.

Saucen, die wiederrum zu dick sind, einfach mit etwas Brühe, Wein oder Sahne strecken.

### Es ist angerichtet – Gemütlichkeit statt Perfektion!

Eine große bunte Tafel mit vielen kleinen Köstlichkeiten hat für mich etwas Heimeliges und erinnert mich irgendwie immer an Sonntagsessen mit der Familie. Statt jeden Teller einzeln anzurichten und komplizierte Menüabfolgen zu beachten, kommt bei mir deshalb alles gleichzeitig auf den Tisch: Hauptgericht, Beilagen, Salate, manchmal sogar die Vorspeisen – einmal alles in die Mitte und schon kann es losgehen!

So kann sich jeder genau das nehmen, worauf er gerade Lust hat, und bequem Nachschlag holen, ohne ständig in die Küche springen zu müssen. Das finden nicht nur die Gäste toll, auch als Gastgeber kann man sich entspannt zurücklehnen und das Essen genießen.

### DIY-Getränkebar

Um den Tisch mit Gläsern, Wasserkaraffen und Wein nicht zu voll zu beladen, richte ich gerne eine kleine Getränkebar in Tischnähe ein. Dort kann man unterschiedliche Gläser, Wasserkaraffen, Säfte, Rotwein sowie gegebenenfalls Eiswürfel, Flaschenkühler mit Prosecco oder Weißwein, selbstgemachten Sirup für Mixgetränke, Limetten oder Zitronenscheiben, Strohhalme, Flaschenöffner und Korkenzieher platzieren.

So eine Getränkebar hat übrigens gleich mehrere Vorteile: Die Gäste können sich nach Lust und Laune frei bedienen und kommen beim Getränkemixen ganz automatisch ins Gespräch.

