



Philippe Berthoud
Koch

Alles in Butter

— OK, ich gebe es zu: Ich bin Pro-Butter. Margarine kommt mir nicht in die Küche. Warum? Lass mich mal erklären... —

TEXT PHILIPPE BERTHOUD

Margarine ist eine Emulsion aus pflanzlichen und/oder tierischen Fetten mit Wasser, irgendeiner Säure (z. B. Zitronensäure) zur Aromatisierung sowie Beta-Carotin für die Farbe. Ach ja, meinst du noch Stabilisatoren und Emulgatoren dabei, da sich Fett und Wasser etwa so mögen wie Trumpf und, na ja, niemand.

Ist Du Halbfettmargarine zum Zmorze, streichst Du Dir über 50% Wasser aufs Brot. Um Margarine herzustellen sind zirka zwölf Arbeitsschritte nötig – im Gegensatz dazu wird Milch in drei Arbeitsschritten zu Butter. Ich weiss, dass Butter nicht ideal ist für das Cholesterin, da die Fettsäuren gesättigt sind. Aber ich buttere das Zeug's ja nicht einfach so in mich rein.

Mit Margarine kann ich nicht kochen – backen geht. Du weisst wie das Gemüse schmeckt, wenn am Schluss, kurz vor dem Servieren, noch ein Esslöffel Butter darunter gemischt wird, oder? Schon mal von «Margarine-Rösti» gehört? Oder «Hätte jemand gerne etwas Kräuter-Margarine auf das Entrecôte»? Kommt mir das mal zu Ohren, steh ich auf und geh.

Für eine geile Kräuterbutter nehme ich 250 g weiche Butter und mische sie mit zirka 1 Bund gehacktem Schnittlauch, 3 EL gehackter Petersilie, 1 EL gehackter Rosmarin, 1 EL Thymian, 1 gepresste Knoblauchzehen, 1 EL Dijonsenf, 1 TL gehackte Chili, 1 TL Honig, Saft 1/2 Limette, Salz und Pfeffer. Portionenweise in Frischhaltefolie wickeln und fertig. Kann auch tiefgefroren werden. Ich schmeisse mal ein Esslöffel voll ans Gemüse oder an den Reis. Mach doch mal Butter für Fisch mit Dill und Zitronenabrieb, scharfe Butter mit Chili oder Sambal Olek, Olivenbutter, Knoblauchbutter usw.

Anke hat Geschmack. Und Charakter. Für mich ist Anke der «Al Pacino» der Küche. Margarine ist wie «Tommy Miranda». Wer? Eber.

Was sagst Du da? Margarine hat weniger Fett als Butter? Ja, da hast Du recht. 6 kcal pro 100 g – wow. Und Margarine hat eine spannendere Geschichte als Butter? Auch hier hast Du Recht. Napoleon suchte für seine Truppen ein günstigeres, aber halbares Ersatzprodukt für Butter. Der Chemiker H. Mege-Mouris erfand dann die «Beurre économique» – dafür verwendete er Milch, Wasser und Nierenfett. Kriege gewann Nappi deswegen keine, aber vielleicht hatte er die Hand ständig im Veston wegen starken Bauchschmerzen. Und gesünder sei sie? Sorry, da liegst Du falsch. Die gesundheitsfördernde Wirksamkeit hat wissenschaft-

lichen Überprüfungen nicht standgehalten, da Margarine im Gegensatz zur Butter gehärrtere Fettsäuren enthält.

Beurre noisette, also Butter, die in der Pfanne erwärmt wird, bis sich das Milchweiss langsam braun verfärbt und nach gerösterten Haselnüssen zu riechen beginnt, ist für mich eines der schönsten Aromen der Küche. Etwas Beurre noisette über ein frisch gegrilltes Steak, an Gemüse oder über ein Stück Fisch ist der blanker Wahnsinn. Siehe mein Rezept zu «Beurre noisette Glace».

Der grösste Butterhersteller der Welt ist Indien, gefolgt von Pakistan. Das hätte auch ich nicht gedacht. Das Sprichwort «Alles in Butter» stammt übrigens aus dem alten Venedig. Damals wurden die wertvollen Porzellan- und Glaswaren in flüssige Butter gepackt, diese wurde dann beim Auskühlen fest und schützte die Ladung beim Transport. Heute findet man kein Zügelunternehmen mehr, welches mit dieser Methode arbeitet.

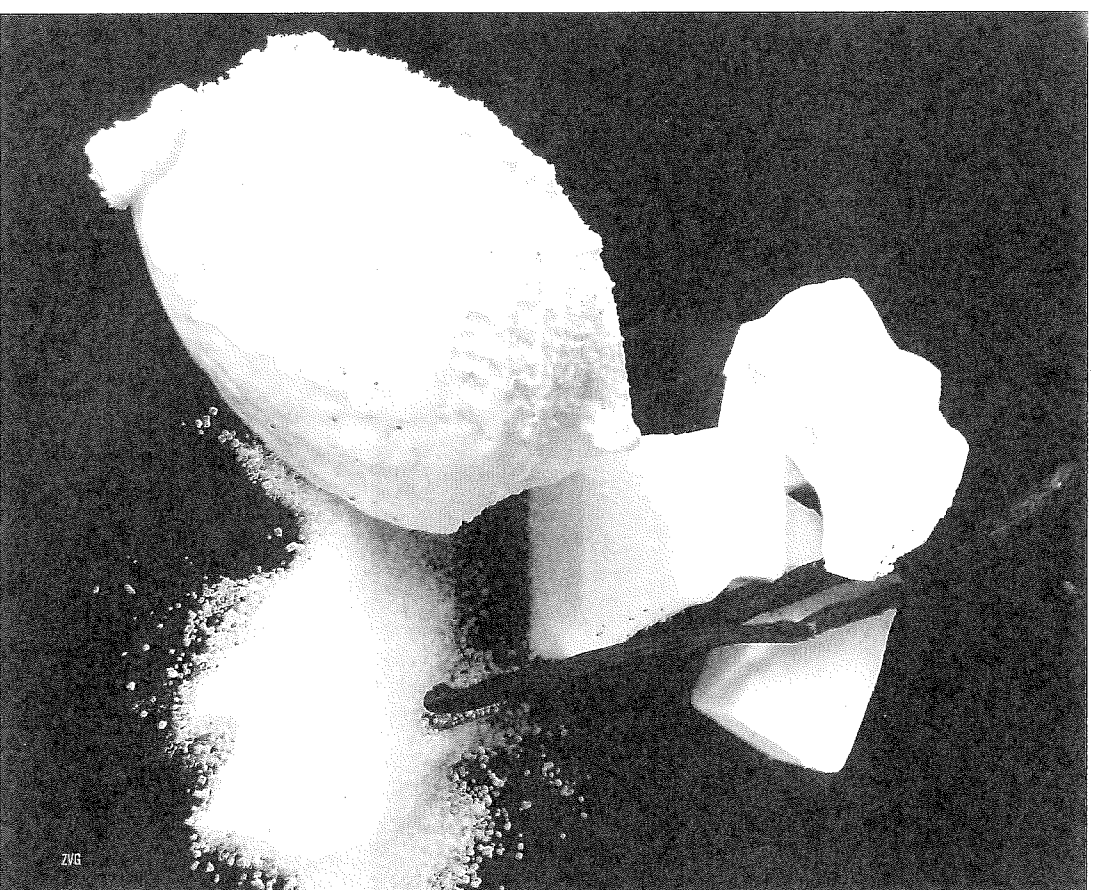
Und noch ein fetziger Fakt über Schmetterlinge: Früher meinte man, dass die bunten Insekten den Rahm (Schmand) von der Milch fressen – was natürlich totaler Humbug ist. Der Name Schmetterling, abgeleitet von Schmand, blieb. Der englische Name Butterfliege verdeutlicht das. Heute wissen wir, dass die Schmetterlinge nur hinter der Milch her waren.

Ob es dort Butter zu kaufen gibt, weiss ich nicht, aber am 6. und 7. Mai ist wieder Bauernmarkt in Biel und vom 21. bis 29. Mai können wir uns an diversen Winzertesten rund um den See um den Verstand saufen.

Am Freitag, 6. Mai, findest Du mich am ersten «First Friday». Dann wird es bunt in der Bieler Altstadt, die Geschäfte und Restaurants sind länger offen und bieten ein spezielles Programm. So, von nun an jeden ersten Freitag im Monat ab in die Altstadt.

Also ich: Pro-Butter. Und Du? Hoffentlich auch. Geniesse die Butter bewusst und Du hast mehr Freude am Essen und am Kochen. Bis zum nächsten «EXTRA», Philippe. x

www.philippeberthoud.com
www.facebook.com/philippe.berthoud



BEURRE NOISETTE GLACE (1 KG)

Was:
100 g Butter, um die braune Butter herzustellen
680 g Milch
150 g Zucker
75 g Eigelb
80 g braune Butter
1 TL Vanillepaste oder das Mark einer Vanillestange

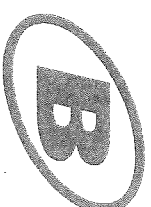
Wie:
Die 100 g Butter in einer Pfanne erhitzen, bis sich die Milchproteine langsam braun färben und nach gerösteten Haselnüssen riechen (daher auch der Name «Beurre noisette»). Die Pfanne von der Hitze nehmen und die braune Butter auskühlen lassen – 80 g abmessen. Das Eigelb mit dem Zucker schaumig rühren. Die Milch erwärmen und zur Eigelb-/Zuckermischung geben. Das Ganze wieder in die Pfanne geben und unter Rühren erwärmen bis die Masse dicklich wird. Die braune Butter und die Vanille begeben und die Masse im Kühlstrank auskühlen lassen. In einer Eismaschine nach Anleitung gefrieren und im Tiefkühler fest werden lassen.

MANOR® FOOD

«Hilfe, ich koche!» auf TeleBielingue

Ihre Frau hat Geburtstag und Sie wollen sie mit ihrem Lieblingsgericht überraschen, können aber nicht kochen? Gibt es in Ihrem Verein etwas zu feiern und niemand hat eine Ahnung, was und wie für so viele Leute gekocht werden soll? Das Soufflé fällt ständig zusammen und Sie wissen nicht warum?

Kein Problem. Schreiben Sie uns ein Mail mit dem Problem an tmartin@gassmann.ch. Jeden Monat werde ich eine hoffnungslose Situation aussuchen. Ich komme zu Ihnen und wir lösen das Problem gemeinsam. Ich mache die Einkäufe und bringe einen Kameramann mit, der den Kochvorgang und das fertige Essen festhält. Die Rezepte und die Bilder werden dann online auf www.bielertagblatt.ch aufgeschaltet und auf TeleBielingue ausgestrahlt.



TeleBielingue