

Meikel Pedrana macht Lust auf Genuss

Ein Einkauf mit ihm im Frischezentrum Frankfurt

(GMH/FZ) Anfang Juli 2014, Frankfurt, Frischezentrum, 5h, morgens! Ich fühle mich an meine Kochlehre erinnert in der ich zu „unmenschlichen“ Zeiten aufstehen musste, aber ich bin vor Ort. Im Frischezentrum in Frankfurt. Nebenbei erfahre ich, dass bereits seit 0:00h diese unglaubliche Betriebsamkeit herrscht!



Bildnachweis: GMH/FZ

Bildunterschrift: Meikel Pedrana beim Einkauf im Frischezentrum für seine Kochschule

Bilddaten in höherer Auflösung unter:

http://www.gruenes-medienhaus.de/download/2014/07/GMH_2014_28_011.jpg

Die wichtigste Lektion lerne ich sofort: „immer in Bewegung bleiben!“ Denn das Treiben, der Verkehr von Ameisen, Wagen aller Art und Eidechsen, ist schwindelerregend. Es ist wie in der Küche; wer bloß rumsteht, stört!



Nun bin ich hier und meine Sinne werden trotz der Uhrzeit sofort aktiviert; natürlich ist es laut; natürlich gibt es unglaublich viel zu sehen; aber zuerst wird meine Nase gekitzelt. Der Duft frischer Kirschen, die Gerüche der Kräuter wechselt sich mit einer Melange aus Frische und Süße ab.

Und schon wird probiert; die erste Erdbeere, knackige, zuckersüße Trauben, ein wunderbares Blatt Minze und das Schönste: keiner guckt komisch, sondern freut sich über das Prüfen und Genießen seiner Ware. So sollte es grundsätzlich beim Einkaufen sein! Leider ist das selten im Supermarkt möglich, zumal auch häufig eine Plastikfolie den Käufer von der Ware trennt.

Als Gastronom ist man es gewohnt Gemüse und Obst kistenweise zu kaufen und zu verarbeiten. Aber diese Mengen sind schon beeindruckend. Aber nicht nur die Mengen sondern gerade auch das Angebot in der Tiefe und die Vielschichtigkeit der Produkte sind großartig. So finden sich beispielsweise auf Anhieb mehrere Zitronensorten. Eine ideal für Eis und Sorbets, eine andere perfekt für kalte Soßen und Dressings. Bei meiner Leidenschaft für Kräuter ist das Kennen der Ware von fundamentaler Bedeutung fürs Kochen. Während ein Salbei honigartig-süß ist, so dass ich 3 ganze Zweige für ein Hähnchen verwenden würde, ist ein anderer rauchig-bitter und es würde genügen lediglich zwei Blätter für meinen „Hinkel“ zu nehmen.

Eines aber fällt im Vergleich zum herkömmlichen Einkauf auf und für das das Frischezentrum seinen Namen zu Recht trägt und das ist schlicht die Frische. Allein die Vitalkraft bei den Salaten, die wenn man sie drückt, förmlich zerspringen oder die knackigen Pilze, die wirken als wäre man gerade vom Sammeln aus dem Wald gekommen. Da ich mich gerade im Bereich der Erzeuger mit regionaler Ware befinde, fällt mir eine Geschichte von einer Zuckerrübe ein. Im letzten September nahm ich mir eine Zuckerrübe von einem Feld nahe dem Frischezentrum mit. Beim Kochkurs am nächsten Tag in Nieder-Eschbach fiel sie mir in die Hände und wir bereiteten sie zu. Geschält, gewürfelt und mit ein paar Fenchelsamen in Butter und süßem Senf glasiert. Der Geruch, die Optik und natürlich der Geschmack, eine Offenbarung. Mit dem Hinweis, dass diese Rübe gerade mal einen Kilometer entfernt gewachsen ist, sah man mal wieder was mit dem Satz „Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so Nah“, gemeint ist.



Dennoch ist gerade das Frischezentrum mit seinem Sortiment ein Ort an dem sich die Welt trifft. Gerade die exotischen Lebensmittel aus der ganzen Welt unterstreichen das eindrucksvoll. Datteln aus dem Iran, Okraschoten aus Albanien oder Drachenfrüchte aus Nicaragua; sofort entdeckte ich mich in meiner Rolle als Kochkursleiter oder besser „Inspirator“ zur Entdeckung und Verarbeitung von Lebensmitteln.

Durch den seit ca. 15 Jahren bestehende Kochboom in Deutschland hat die Kulinarik einen enormen Stellenwert bekommen. Es ist schick einen großen Induktionsherd, einen Dampfgarer und edle Messer zu haben. Auch das Kennen von Köchen und deren Stile gehören dazu. Aber am Anfang steht immer das Produkt! Wenn dann noch die Inspiration und die Lust am Kochen da sind, ist das Equipment fast nur noch Beiwerk, da das Wichtigste bereits vorhanden ist! Und hier im Frischezentrum ist es ein leichtes sich inspirieren zu lassen. Getreu dem Motto: „Das Kochen beginnt mit dem Einkauf“.

Die Verbraucher sind in den letzten Jahren sensibler, aber auch experimentierfreudiger bei der Auswahl und dem Kauf der Lebensmittel geworden. So haben Produkte wie zum Beispiel Ingwer und Zitronengras Einzug in die Küchen gehalten und werden häufig ganz selbstverständlich verwendet.

Aber auch der Wunsch nach regionaler Ware und Fragen zum Produkt, die ein Erzeuger mit Detailwissen beantworten kann, sind deutlich angestiegen.

Für mich als Koch und auch als Repräsentant für Lebensmittel und deren kulinarische Verarbeitung ist das Frischezentrum eine Quelle der Inspiration und des Einkaufs perfekter Ware geworden.

Des Weiteren werde ich mich am Frische-Erlebnis-Tag am 28. September, zum 10-jährigen Standortjubiläum des Frischezentrum Frankfurts, mit Sicherheit kulinarisch beteiligen. Und bitte nicht vergessen: „mit dem bewussten Verlassen des Rezepts beginnt das eigentliche Kochen“.



[Kastenelement]

Meikel Pedrana macht Lust auf Genuss. Nach einer klassischen Kochausbildung bei Steigenberger in Frankfurt am Main sammelte er in verschiedensten Bereichen der Gastronomie und hervorragenden Restaurants Erfahrungen und entwickelte daraus seinen Stil des „intuitiven Kochens“. Jahrelange Auftritte in Radio und TV, und vor allem seine Kochkurse, machten ihn über die Grenzen Hessens hinaus bekannt.



SAVE AS WWF, SAVE A TREE

Dies ist ein WWF-Dokument und kann nicht ausgedruckt werden!

Das WWF-Format ist ein PDF, das man nicht ausdrucken kann. So einfach können unnötige Ausdrücke von Dokumenten vermieden, die Umwelt entlastet und Bäume gerettet werden. Mit Ihrer Hilfe. Bestimmen Sie selbst, was nicht ausgedruckt werden soll, und speichern Sie es im WWF-Format. saveaswwf.com

This is a WWF document and cannot be printed!

The WWF format is a PDF that cannot be printed. It's a simple way to avoid unnecessary printing. So here's your chance to save trees and help the environment. Decide for yourself which documents don't need printing – and save them as WWF. saveaswwf.com

Este documento es un WWF y no se puede imprimir.

Un archivo WWF es un PDF que no se puede imprimir. De esta sencilla manera, se evita la impresión innecesaria de documentos, lo que beneficia al medio ambiente. Salvar árboles está en tus manos. Decide por ti mismo qué documentos no precisan ser impresos y guárdalos en formato WWF. saveaswwf.com

Ceci est un document WWF qui ne peut pas être imprimé!

Le format WWF est un PDF non imprimable. L'idée est de prévenir très simplement le gâchis de papier afin de préserver l'environnement et de sauver des arbres. Grâce à votre aide. Définissez vous-même ce qui n'a pas besoin d'être imprimé et sauvegardez ces documents au format WWF. saveaswwf.com