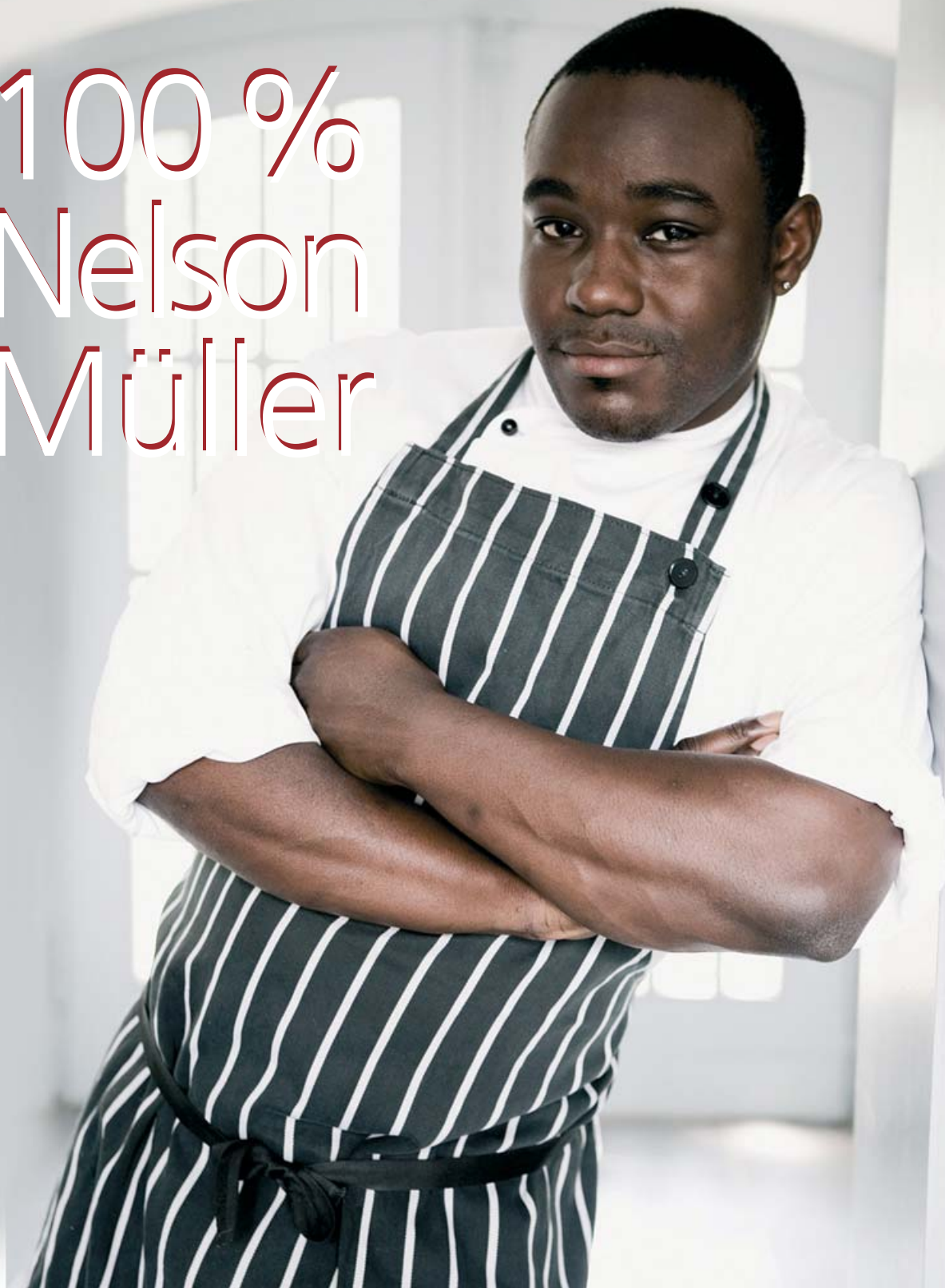


100 % Nelson Müller



Bettina Linnig

„Wenn ich was mache, will ich es richtig machen. Dann bin ich ehrgeizig.“, sagt ein Anfang Dreißigjähriger. Sagt Nelson Müller. Und das glaubt man ihm auf´s Wort. Alles was er macht, will er 100%ig machen. Angefangen beim Kochen lernen. Da fand er seine Lehrmeister unter anderem auf Sylt und im Ruhrgebiet.

Seit 2 Jahren ist er glücklich mit seinem eigenen Restaurant, die „Schote“ in Essen. In unzähligen Kochshows ist er Gast. Mit „Curry Derby“ hat er eine eigene TV-Sendung, er betreibt eine Kochschule, hat eine eigene Band und jetzt auch noch sein erstes Kochbuch herausgebracht. – Man

muss sicherlich nicht extra erwähnen, dass die Songs auf der beiliegenden CD von ihm selbst komponiert und eingespielt wurden. Wie sollte es auch anders sein. Und dann auch noch die unzähligen Interviewtermine. Entspannt, höflich und vollkommen konzentriert beantwortet er die Fragen. Kein einziges Mal der Blick auf die Uhr. 100% dabei.

Ja, im Moment sei es schon ein bisschen viel, gibt er zu. Aber dann müsste er halt morgens ein bisschen früher anfangen und abends sei es halt ein bisschen später. Geht schon. Ja, er arbeitet im Moment sieben Tage die Woche. Ist aber ok. Man glaubt ihm jedes Wort. Das ist sein Leben.



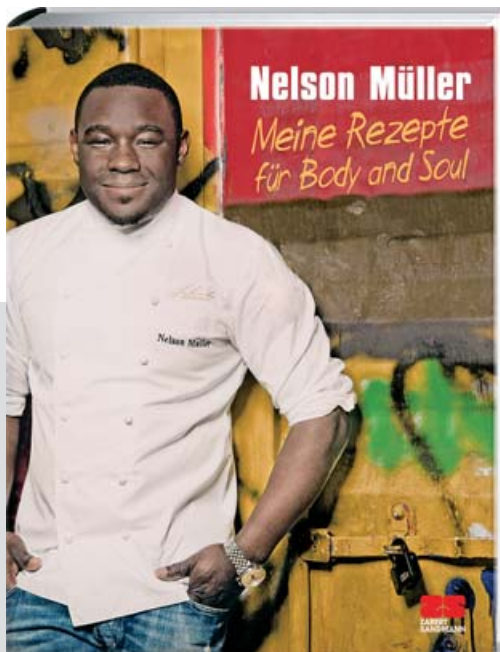
Er will es so. Abends steht er nach wie vor meistens selbst am Herd in seinem Restaurant. Oder er ist bei seinen Gästen am Tisch. Es macht ihm Spaß, sich mit ihnen zu unterhalten. Nachzufragen, ob das angekommen ist, was er geben wollte. Das Beste. Er ist stolz, auf das was er machen darf. Seine Kreativität auf so unterschiedliche Weise ausleben zu dürfen. Die Möglichkeit zu haben, die vielen unterschiedlichen Einflüsse und Eindrücke, zu verarbeiten.

Nelson Müller ist in Ghana geboren und seit seinem vierten Lebensjahr in Deutschland. Groß geworden bei einer Pflegefamilie. Das kann man auch in seinem ersten Kochbuch nachlesen. Dort erzählt er sehr offen über seine Kindheit und das Erwachsen werden. Das war im Wichtig, das er diese Möglichkeit hatte. Die Rezepte sollten einfach sein, teilweise nur mit wenigen Zutaten etwas Besonderes kochen. Ein bisschen für die Seele sollte auch dabei sein. Das Kochbuch ist, wie er. Einfach, gut für Körper und Seele und doch besonders. Stolz ohne Arroganz. Besonders, trotzdem uneitel. Er verkörpert das Kochbuch. Die Einfachheit ist das Besondere.

Ich frage ihn, was für ihn Luxus ist. Er überlegt nicht lange. Natürlich findet er es schön, sich das ein oder andere leisten zu können. Ein Auto zu fahren, das ihm Spaß macht. Aber die materiellen Dinge sind letztlich nicht das Wichtigste. Für ihn ist es Luxus z. B. Zeit zu haben, um mit seinen Freunden einen Abend zu verbringen. Mit ihnen essen zu gehen, dass kann auch schon mal Fast-Food sein, oder für sie zu kochen oder einfach nur mit ihnen Spaß zu haben. Dann tankt er auch auf. Holt sich die Energie. Genauso wie bei den Besuchen bei seiner Familie.

Aber über allem steht für ihn die Gesundheit. Das höchste Gut. Das würde er sich auch wünschen, wenn er bei einer Fee einen Wunsch frei hätte. Das er gesund bleibt. Das er noch lange das Leben so genießen darf und immer offen bleibt um noch so vieles zu lernen. Denn mit dem Lernen will er noch lange nicht aufhören. Immer die Möglichkeit haben, 100% zu geben und das richtig.

www.LaViaVita.de



Nelson Müller:
Meine Rezepte für Body and Soul

Verlag ZABERT SANDMANN

ISBN 978-3-89883-300-4

ca. 160 Seiten, Format 19,7 x 25,5 cm

[D] 19,95 / [A] 20,60 / sFr 28,50

Erschienen: 10. Oktober 2011



Blutwurststrudel mit marinierten Linsen

Zutaten für 4 Personen

Für die marinierten Linsen:

1 Schalotte
50 g geräucherter Speck (am Stück)
1 EL Olivenöl
½ l Geflügelfond
100 g Beluga-Linsen
100 g rote Linsen
1 mittelgroße Möhre
50 g Knollensellerie
½ Stange Lauch
Salz
4 EL Tomatensaft
4 EL Kalbsfond
Pfeffer aus der Mühle
2 – 3 EL Aceto balsamico
½ TL gemahlener Koriander
1 EL Schnittlauchröllchen

Für den Strudel:

70 g Butter
150 g Blutwurst
1 Apfel
300 g Strudelteig (aus dem Kühlregal)
1 Ei
2 EL helle Sesamsamen

Zubereitung:

1. Für die marinierten Linsen die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einem heißen Topf erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Den Speck hinzufügen und kurz mitbraten. Den Geflügelfond angießen und die Beluga-Linsen bei schwacher Hitze 15 Minuten köcheln lassen. Die Linsen in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und lauwarm abkühlen lassen.
2. Währenddessen die Möhren und den Sellerie putzen, schälen und in feine Würfel schneiden. Den Lauch putzen, waschen und den weißen Teil in feine Streifen schneiden. Das Gemüse in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren, kalt abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen.
3. Die Linsen, das Gemüse, den Tomatensaft und den Fond mischen und mit Salz, Pfeffer, Aceto balsamico und Koriander abschmecken. Zum Schluss mit den Schnittlauchröllchen verfeinern.
4. Für den Strudel den Backofen auf 180° C Umluft vorheizen. Die Butter in einem kleinen Topf zerlassen. Von der Blutwurst die Haut abziehen und das Stück in vier gleichmäßige Streifen schneiden. Den Apfel vierteln, schälen, entkernen und in Würfel schneiden.
5. Den Strudelteig in etwa 10 x 10 cm große Quadrate schneiden und mit verquirltem Ei bepinseln. Die Blutwurststreifen und die Apfelwürfel drauflegen und den Teig aufrollen. Die Strudelstücke auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, die Oberfläche mit der Butter bestreichen und mit dem Sesam bestreuen. Die Blutwurststrudel im Ofen auf der mittleren Schiene 10 Minuten goldbraun backen.
6. Zum Servieren die marinierten Linsen auf Teller verteilen und je 1 Stück Blutwurststrudel darauf anrichten.



Quiche Lorraine auf klassische Art

**Zutaten für ein Backblech (30 x 30 cm)
oder ein Muffinblech mit 12 Vertiefungen**

Für den Belag:

3 Stangen Lauch
100 g Bauchspeck (am Stück)
3 EL Süßrahmbutter
Meersalz
2 Eier
3 Eigelbe
200 g Sahne
Frisch geriebene Muskatnuss

Für den Teig:

150 g Mehl (gesiebt)
1 Ei
75 g Butter
Salz
Mehl zum Ausrollen

Zubereitung:

1. Für den Belag den Lauch längs halbieren, putzen, waschen und den weißen Teil in feine Streifen schneiden. Den Bauchspeck quer in feine Scheiben schneiden, den Knorpel – wenn vorhanden – entfernen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, den Lauch und den Speck darin bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Meersalz würzen und beiseitestellen.
2. Die Eier, die Eigelbe, die Sahne und eine Prise Salz und etwas Muskatnuss im Mixer kurz mischen. Dabei darf nicht zu viel Schaum entstehen, der sonst beim Backen Bläschen bildet.
3. Den Backofen auf 150° C Umluft vorheizen. Für den Teig das Mehl mit dem Ei, der Butter, 3 EL Wasser und $\frac{1}{4}$ TL Salz gründlich verkneten. Den Teig zwischen zwei Bogen Backpapier legen, mit etwas Mehl bestäuben und mit dem Nudelholz etwas größer als die Fläche des Backblechs ausrollen. Den Teig mithilfe des Backpapiers auf das Blech heben, dann das obere Papier abziehen. An den Seitenrändern den Teig ein wenig hochziehen und andrücken, damit der Belag nicht herausläuft. Mit einer Gabel den Teigboden mehrmals einstechen. (Alternativ kann man den Teig in 12 Portionen teilen,



Schneller Lebkuchen mit Portweinbuttereis

Zutaten für 4 – 6 Personen

Für das Portweinbuttereis:

½ Vanilleschote
200 ml Rotwein
300 ml Portwein
50 g Zucker
2 Eigelb
50 g kalte Butter
etwas Glühweingewürz

Für den Lebkuchen:

1 Glas Kirschen (720 ml; ca 370 g Abtropfgewicht)
150 g Honigkuchen
200 g gehackte Haselnüsse
100 g Rosinen
100 g dunkle Kuvertüre
325 g Butter (zimmerwarm)
300 g Mehl
1 Päckchen Backpulver
1 Päckchen Lebkuchengewürz
Butter für die Form

Zubereitung:

1. Für das Portweinbuttereis die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark mit einem spitzen Messer herauskratzen. Den Rot- und Portwein in einem Topf mit mittlerer Hitze auf 200 ml Flüssigkeit einkochen. In eine Metallschüssel umfüllen, mit dem Vanillemark, dem Zucker und den Eigelben mischen und im heißen Wasserbad „zur Rose abziehen“
2. Die Schüssel aus dem Wasserbad nehmen, die kalte Butter und das Glühweingewürz in die noch warme Masse einrühren, abkühlen lassen. Anschließend in die Eismaschine füllen und gefrieren lassen. Bis zur Weiterverwendung das Eis ins Tiefkühlfach stellen.
3. Für den Lebkuchen die Kirschen auf einem Sieb abtropfen lassen, dabei den Saft auffangen. Den Honigkuchen in Würfel schneiden und mit Nüssen, Rosinen, Kirschen und 300 ml Kirschsafte 2 Stunden einlegen.
4. Den Backofen auf 180° C Umluft vorheizen. Die Kuvertüre grob hacken, in einer Metallschüssel im heißen Wasserbad schmelzen und leicht abkühlen lassen. Die Butter und den Zucker langsam schaumig schlagen. Nach und nach die Eier unterrühren. Dann das gesiebte Mehl sowie das Backpulver hinzufügen und die Kuvertüre unterziehen. Zum Schluss das Lebkuchengewürz und die eingelegten Zutaten unterrühren.
5. Den Teig in eine gefettete Kastenform (25 cm Kantenlänge) füllen und den Lebkuchen im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 45 Minuten backen. Den Kuchen abkühlen lassen und aus der Form auf ein Kuchengitter stürzen.
6. Zum Servieren den Lebkuchen in dünne Scheiben schneiden und mit dem Portweinbuttereis auf Desserttellern anrichten. Nach Belieben mit Kirschen garnieren.

Mein Küchentipp

Als „zur Rose abziehen“ wird das langsame Eindicken von Saucen und Cremes bezeichnet. Füllen Sie hierzu die Masse in eine Metallschüssel und rühren Sie diese im heißen Wasserbad bei milder Hitze, bis die Sauce oder Creme die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Um zu prüfen, wann das so weit ist, tauchen Sie einen Holzkochlöffel in die Masse, ziehen ihn wieder heraus und pusten leicht über den Löffelrücken. Bilden sich leichte Wellen auf der Oberfläche ist die Sauce bzw. Creme perfekt.