



Traditionell gibt es viele Koch-, Back- und Zubereitungsmethoden, bei denen Zeit eine entscheidende Rolle spielt. Diese Methoden basieren oft auf langsamen Prozessen, die den Geschmack, die Textur und die Nährstoffe der Lebensmittel intensivieren oder überhaupt erst entstehen lassen. Heute ist unser Alltag von Hektik und Zeitstress geprägt, was sich auf unser Essverhalten auswirkt. Das Einkaufen der Zutaten wird schnell in der Mittagspause oder kurz vor Ladenschluss erledigt. Die Speisen beschränken sich dann schon mal auf Convenience-Food oder Mikrowellengerichte. Eine Food-Studie von Chefkoch und Innofact zeigt jedoch, dass das Kochen in Deutschland mit positiven Gefühlen verknüpft ist. Bei 79 Prozent löst Kochen Wohlgefühl aus, bei 77 Prozent Zufriedenheit und bei 68 Prozent Entspannung. Neun von zehn Deutschen kochen regelmäßig, und über 80 Prozent stehen mindestens einmal am Tag am Herd. Freitagabende sind besonders beliebte Kochtage, um den Start ins Wochenende mit einem selbstgemachten Abendessen zu feiern. Bei der Freude am Kochen geht es aber nicht nur um den Geschmack, sondern auch um

Gemeinschaft und Kreativität. Es geht um das Erlebnis, Neues zu entdecken und zu teilen, um Wohlgefühl und Zufriedenheit, die entstehen, wenn man etwas Selbstgemachtes genießt, und um die Momente der Entspannung, die bei der Essenzubereitung entstehen. Die Studie hat gezeigt, dass das Kochen für die meisten mehr ist als nur eine Notwendigkeit — es ist ein Weg, um zu genießen, zu teilen und abzuschalten.

LANGES KÖCHELN

Der gute alte Sonntagsbraten wird nach scharfem Anbraten bei niedriger Temperatur stundenlang im Topf gegart, um besonders zartes und saftiges Fleisch zu erzielen. Auch Brühen und Fonds erhalten ihren reichhaltigen Geschmack erst durch langes Köcheln bei niedriger Temperatur. Eine Soße schmeckt besser, wenn sie reduziert wird, also langsam einkocht, statt sie mit einem Soßenbinder anzudicken. Temperaturstabilität, gleichmäßige Wärmeverteilung und die unmittelbare Reaktion auf Temperaturveränderungen sind dabei wichtig für ein perfektes Ergebnis. Deswegen ist Kupfer als Material ideal, da es Wärme schneller leitet als Edelstahl und für einen homo-

genen Temperaturanstieg sorgt. Im Jahr 2010 entwarf de Buyer das weltweit erste Sortiment aus massivem Kupfer, das induktionsfähig ist. „Prima Matera“ besteht aus einem laminierten Material, das zu 90 Prozent aus Kupfer und zu 10 Prozent aus 18/10-Edelstahl besteht. Die genieteten Griffe aus Edelstahl oder Gusseisen sind robust, und die französische Krümmung hält die Hand von der Hitzequelle fern. Vom Stanzen bis zum traditionellen Handpolieren erfordert die Herstellung dieses Kochgeschirrs mehr als 18 Schritte. Ein weiteres bewährtes, traditionelles Material ist emailliertes Gusseisen, das die Hitze gleichmäßig über Boden und Wände verteilt und auf das Gargut überträgt. Die Bräter von ELO verbinden dabei traditionelle Handwerkskunst mit moderner Funktionalität. Eine Rillenstruktur im Deckel sammelt aufsteigende Feuchtigkeit während des Kochvorgangs und lässt sie gleichmäßig auf das Gargut zurücktropfen. Dadurch brennt nichts an, und die natürlichen Aromen bleiben erhalten. Ein Silikonring im Edelstahlknopf verhindert, dass die Hitze auf diesen übertragen wird. Das Gussgeschirr ist für alle Herdarten geeignet und bis 240 Grad backofenfest.

Zeit für Genuss

Viele wollen, dass es gerade bei der Essenzubereitung schnell geht. Immer mehr Menschen entdecken nun aber, dass es sich lohnt, sich beim Kochen, Backen und Zubereiten Zeit zu nehmen. Und manches Leckere lässt sich ohne viel Einsatz gar nicht zubereiten. Ein kleines Plädoyer für mehr Zeit in der Küche.

„Prima Matera“ von de Buyer besteht zu 90 Prozent aus Kupfer und ist induktionsfähig



Die emaillierten Gusseisen-Bräter von ELO sind ideal zum Schmoren, Kochen, Braten und Backen





Der Ninja Foodi 14-in-1 SmartLid Multilocher OL750EU kann schnell aber auch langsam kochen

SLOW COOKING

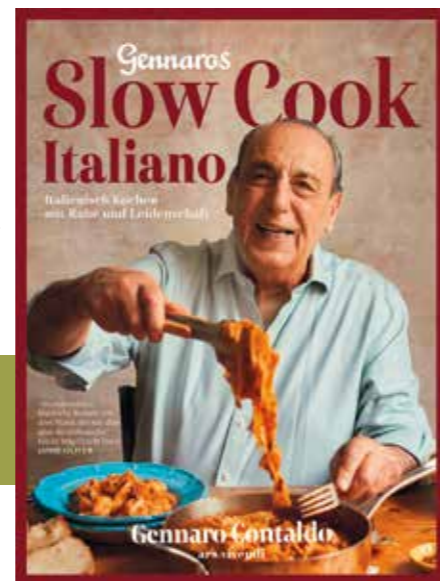
Unter Slow Cooking versteht man das lange Schmoren, Garen oder Backen von Gerichten. Der Begriff stammt ursprünglich aus den USA und ist eng mit der Erfindung des elektrischen Slow Cookers, beziehungsweise Crock-Pots, verbunden, der in den 1970er Jahren auf den Markt kam. Die Speisen werden bei einer Temperatur von meist 70 bis 90 Grad über mehrere Stunden gegart. Sie werden dabei sanft erhitzt, ohne zu kochen, was den natürlichen Geschmack und die Nährstoffe besser bewahrt. Die Zubereitung in einem Slow Cooker ist meist unkompliziert: Alle Zutaten werden in den Topf gegeben, der dann über

Stunden seine Arbeit verrichtet, ohne dass man ihn überwachen muss. Der Ninja Foodi 14-in-1 SmartLid Multilocher OL750EU bietet ebenfalls eine Slow-Cooking-Funktion für bis zu 12 Stunden. In ihm können zudem frische Zutaten gedörrt werden, um getrocknete Frucht-Snacks, Gemüsechips und Kräuter herzustellen. Und wenn es doch mal schnell gehen soll, kann ein Schnellkochmodus ausgewählt werden. Italienische Slow-Cooking-Rezepte findet man im Buch „Gennaro Slow Cook Italiano“, das im August im Ars Vivendi Verlag erschienen ist. Auf 224 Seiten werden über 100 traditionelle Rezepte für wärmende Suppen und Eintöpfe,

langsam gegarte Pasta-Saucen, geschmorte Fleisch- und Gemüsegerichte, luftige Brote sowie köstliche Desserts vorgestellt. Gennaro, der für seine authentische italienische Küche bekannt ist, greift bei seinen Gerichten klassisch auf Kochtopf, Bräter und Backofen zurück. Für viele seiner Gerichte kann jedoch auch ein Slow Cooker verwendet werden. Eine Tabelle zeigt die verschiedenen Garzeiten für Dampfkochtopf, Backofen oder Slow Cooker. In diesem Rezeptbuch geht es darum, eine Mahlzeit langsam und gemütlich zuzubereiten, die einfachen Dinge zu genießen und das Beste aus schlichten Zutaten herauszuholen.



Der Metall-Kochbuchhalter „Sternelücke“ von Gilde Handwerk hält Rezepte oder Kochbücher offen



Das Kochbuch „Gennaros Slow Cook Italiano“ von Ars Vivendi zeigt über 100 traditionelle Rezepte

Mit den Dänischen Schneebesen von Birkmann kann man rühren, aufschlagen oder vermischen



In der Singles Serie von Zone Denmark gibt es neben Messbechern nun neu ein Messlöffel-Set

Die Backformen der „Black Edition“ von Städter sind saureteigbeständig

BACKWERK

Auch bei der Herstellung vieler Backwaren spielt Zeit eine wichtige Rolle. Bei Hefe- oder Sauerteig ist die Ruhezeit essentiell. Das Gehenlassen führt zu einer luftigen Struktur und einem volleren Aroma. Brot selbst zu backen – egal ob rustikales Körnerbrot, feines Baguette oder klassisches Roggenbrot aus Sauerteig – liegt seit Jahren im Trend. Städter hat daher seine „We love baking“-Serie um drei weitere Brotbackformen erweitert. Die Formen der „Black Edition“ verfügen über eine neue schwarze Emaille-Beschichtung, die kratz- und schnittfest ist und sich für Temperaturen bis 300 Grad eignet. Sie ist zudem saureteigbeständig und PFAS-frei. Die Beschichtung sorgt außerdem für eine optimale Wärmeleitung sowie ein leichtes Lösen der Brote aus der Form. Zum Abmessen der Zutaten kann man auf die Messbecher der Singles-Serie von Zone Denmark zurückgreifen. Der

„Singles Messbecher“ fasst 500 Milliliter und der „Dezilitermessbecher“ 100 Milliliter. Neu ist ein Messlöffel-Set für Esslöffel- und Teelöffel-Einheiten. Die „Singles“-Produkte aus unverwüstlichem Edelstahl sind schlicht, funktional und präzise. Gerührt werden die Teige nun gerne von Hand mit einem dänischen Schneebesen statt mit dem Handrührgerät. Dank der speziellen Form des Danish Dough Whisk wird der Teig effizient gemischt und belüftet. Die geschwungenen Drähte sorgen für eine gleichmäßige Verteilung der Zutaten und verhindern Klumpenbildung. Im Sortiment „Laib und Seele“ von Birkmann gibt es drei verschiedene Versionen des angesagten Teigrührers – mit einer Schlaufe, zwei Schlaufen oder einer Spirale. Aus hochwertigem Edelstahl mit einem Holzgriff aus Buchenholz ist der Rührhelfer leichter zu reinigen als herkömmliche Schneebesen.



Für Sushi-Meister, Gemüse-Liebhaber und Fleisch-Genießer – die Messerserie KYOTO aus japanischem Klingentahl von ZASSENHAUS bietet für jeden das optimale Schneidwerkzeug. Handgeschliffen und edel verpackt sind sie eine Bereicherung für jede Küche.



Bei Gefu wird der Kaffee im Kaffeebereiter mit Filter „Butio Thermo“ von Hand aufgegegossen

Der praktische Kaffeefilter von Tranquillo zum Handaufbrühen bringt Retro-Vibes auf den Tisch

Mit der „Santiago“ Knie-Kaffeemühle von Zassenhaus lässt sich der Kaffee von Hand mahlen



KAFFEEGENUSS

Ob als Wachmacher am Morgen oder treuer Begleiter über den Tag – ein guter Kaffee ist für viele wichtig. Einige schwören dabei auf die manuelle Kaffeezubereitung, die oft mit frisch von Hand gemahlenem Kaffee beginnt. Für manche ist dies ein Ritual der Entschleunigung, bei dem der Duft der frisch gemahlenden Bohnen langsam in die Nase steigt. Die Knie-Kaffeemühle „Santiago“ von Zassenhaus verfügt über ein Mahlwerk aus geschmiedetem Stahl mit einer praktischen, stufenlosen Grob-Fein-Einstellung. Der Kaffeebereiter mit Filter „Butio Thermo“ von Gefu ist ein neues Must-have für alle

Kaffeefans. Das Kaffeepulver wird in den Filter gefüllt, kochendes Wasser aufgegegossen, und nach kurzer Zeit sind bis zu vier Tassen schwarzer Muntermacher fertig. Dank der doppelwandigen Glaskaraffe und des Aromaschutz-Deckels bleibt der frisch aufgebrühte Kaffee lange warm. „Butio“ ist mit einem nachhaltigen Permanentfilter ausgestattet, verfügt über eine Skalierung bis 500 Milliliter und ist sogar spülmaschineneignen. Tranquillo bietet mit „Retro“ einen Kaffeefilter aus Steinzeug an. Dieser kann auf eine Kanne oder auch auf eine Tasse aufgesetzt werden. Durch seinen robusten Rand hält er überall. Mit handgestempeltem Druck in

frischen Blautönen sorgt er zudem für gut gelaunten Kaffee genuss auf dem Tisch. Wem das Handaufgießen nicht liegt, der aber auf „Slow Brew“ setzt, findet in den neuen Modellen des Kaffeevollautomaten EQ700 von Siemens die richtigen Partner. Diese bereiten neben „Slow Brew“ auch „Cold Brew“ zu, der sich wachsender Beliebtheit erfreut. Um eine optimale Zubereitung dieser angesagten Methoden zu ermöglichen, wurde das iAroma-System überarbeitet, sodass das Wasser nun langsam und in Intervallen durch den gemahlenden Kaffee gepumpt wird. Natürlich sind auch viele andere Kaffeevarianten möglich.

„Cold Brew“ und „Slow Brew“ genießen mit dem Kaffeevollautomaten EQ700 von Siemens



Mit den Snippers Produkten kann man selber Whisky und mehr reifen lassen



Mit dem Slow Juicer JC200BE von Gorenje erhält man vitamin-reiche Säfte



KALTGETRÄNKE

Säfte aus frischem Obst und Gemüse liegen im Trend. Der Slow Juicer JC200BE von Gorenje punktet dabei mit einer hohen Saftausbeute und maximalem Nährstoffgehalt. Dank des Kaltpressverfahrens liegt der Extraktionsgrad bei bis zu 90 Prozent. Die große Einfüllöffnung mit einem Durchmesser von 75 Millimetern fasst ganze Früchte. Ein kraftvoller 200-Watt-Motor sorgt mit langsamen 80 Umdrehungen pro Minute dafür, dass auch fasrige Zutaten wie Spinat, Sellerie oder Grünkohl entsaftet werden. Anders als bei Zentrifugalensaftern gehen weder durch Hitzeentwicklung noch durch Oxidation Nährstoffe verloren. Die Teile werden einfach mit lauwarmem Wasser gereinigt, und das feinmaschige Edelstahlsieb lässt sich mit einer mitgelieferten Bürste säubern. Für einen Genuss anderer Art sorgt das Snippers-Geschenkset, mit dem Whisky, Rum und Gin selbst hergestellt werden können. Angeboten wird eine Flasche, die mit recycelten Holzstücken aus benutzten Holzfässern gefüllt ist. Man füllt seine Lieblings-Spirituose hinein und lässt den

LÄNGERER GENUSS

Alkohol 8 Wochen reifen, damit der einzigartige Geschmack entsteht. Die Snippers-Produkte sind über die Mags Vertriebs GmbH erhältlich. Ein gemütliches Abendessen kann schon einmal etwas länger dauern. Damit die Getränke schön kühl bleiben, bietet sich ein Getränke Kühler an. Die Version von Cilio besteht aus Metall und hat eine Hammerschlag-Optik. Der Kühler mit 38 Zentimeter Durchmesser lässt sich dank der beiden Griffe praktisch transportieren. Wurden Sekt oder Wein nicht ausgetrunken, kann der gute Geschmack in den Flaschen mit den Vakuumpumpen von Peugeot bewahrt und die Haltbarkeit verlängert werden. Die „Preserve“-Vakuumpumpen sind in einer manuellen und einer elektrischen Version erhältlich. Die manuelle Pumpe erzeugt nicht nur in weniger als 10 Sekunden ein Vakuum für Weine, sondern setzt auch Schaumweine wieder unter Druck. Die elektrische Variante stoppt automatisch in unter 7 Sekunden, sobald ein optimales Vakuum in der Flasche

erreicht ist. Mit dem USB-Kabel kann die elektrische Pumpe schnell aufgeladen werden und hält für bis zu 100 Nutzungen. Die Zubereitung von Speisen und Getränken möchten immer mehr Menschen als bewusste, genussvolle Aktivität erleben, denn neben der Qualität des leckeren Endprodukts ist auch die Freude am Entstehungsprozess wichtig. Viele Techniken der Essenzzubereitung wurden über Jahrhunderte perfektioniert, um das Beste aus den Zutaten herauszuholen. Dabei hat sich gezeigt, dass Geduld und Zeit oft zu einer besonderen Geschmacksqualität führen. Laden Sie Ihre Kunden ein, die Bedeutung von Ruhe und Achtsamkeit in der Küche zu entdecken. Unterstützen Sie Ihre Kunden bei diesem bewussten, genussvollen Lebensstil, indem Sie Präsentationen auf Themeninseln zeigen und passende Küchenprodukte sowie Helfer anbieten. Kochen und Backen kann uns eine genussvolle und meditative Auszeit schenken, die wir in dieser schnelllebigen Zeit sehr gut gebrauchen können. TRENDagentur Gabriela Kaiser, www.TRENDagentur.de



Der Getränke Kühler von Cilio zeigt sich in stylischer Hammerschlag-Optik

Mit den „Preserve“ Vakuumpumpen von Peugeot bleiben Wein und Sekt länger lecker

IN KÜRZE: In unserer zeitgetriebenen Welt sehnen sich viele Menschen nach Momenten der Ruhe, Entspannung und Qualität. Das Zubereiten und das Genießen von Speisen und Getränken bietet dafür die perfekte Gelegenheit.