

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Immer mehr hat sich während der letzten beiden Jahrzehnte herausgestellt, dass es nicht *eine* »österreichische Küche«, sondern eine Vielzahl höchst unterschiedlicher Regionalküchen gibt, die, jede für sich, ihre eigene Individualität besitzen und daher auch unverwechselbar sind. In ganz besonderem Maße gilt dies auch für die Küche des oberösterreichischen Mühlviertels, die für sich alleine schon aufgrund der exponierten Lage zwischen Donaustrom und Böhmerwald den Begriff »autochthon« beanspruchen darf. Es ist eine Küche, die entlang einer der größten Handelsstraßen Europas, der sogenannten »Salzstraße« entstanden ist und daher sowohl von Elementen der böhmischen (vor allem auch der berühmten böhmischen Mehlspeiseküche) wie auch von jenen der süddeutschen Küche geprägt ist. Doch nicht nur aus diesem Grund ist die Küche des Mühlviertels besonders facettenreich. Einerseits von den kargen Lebensbedingungen der Mühlviertler Bauernschaft geprägt, spiegelt sie andererseits auch den Reichtum alter Bürger- und Handwerkerstädtchen wider und steht, vor allem was die reichlich zur Verfügung stehenden Waid- und Angelreviere betrifft, auch im Zeichen einer aristokratischen Herrschaftsküche.

In dieser Vielfalt haben sich freilich auch einige Leitmotive durchgesetzt: »Wenn man keinen Knödel isst«, so lautet beispielsweise ein altes Mühlviertler Sprichwort, »so hat man den ganzen Tag Hunger.« Und in der Tat braucht man nach einem griffigen und bissfesten Symbol für die Küche des Mühlviertels nicht zu suchen: Der Knödel, zumal der gebackene Speckknödel, ist längst so etwas wie eine kulinarische Trademark des Mühlviertels geworden.

Der Knödel hat in der Mühlviertler Küche auch seinen fleischeslustigen Zwillingsbruder: nämlich das ofenfrische »Bratln«, das ein ebenso fixer Bestandteil jedes Mühlviertler Sonntags ist wie der Frühschoppen

nach der Heiligen Messe. Fehlt zur klassischen kulinarischen Troika nur noch der Mühlviertler Krautsalat, der selbstverständlich mit Speck »abgeschmalzt« werden muss.

Doch das Mühlviertel ist nicht nur ein Land von drei, sondern von tausenderlei Genüssen. Nicht ohne Grund sagt man im Mühlviertlerischen zum Mund auch »Suppenschlitz«, auch wenn es keineswegs nur die deftigen Rahm- und Erdäpfelsuppen sind, die dieses archaische Land auch in kulinarischer Hinsicht unvergleichlich machen.

Doch auch die g'schmackigen Erdäpfel in Suppen und Schmarren sind keineswegs die einzige Spezialität, mit der das Mühlviertel Österreichs Spitzengastronomie beliefert. Längst gibt es etwa auch ein Mühlviertler Naturrind, eine Mühlviertler Bergkräutergenossenschaft und zahlreiche engagierte Produzenten, vor allem auch Bio-Bauern, die die Grundlage dafür schaffen, dass die Mühlviertler Kochkunst, der das vorliegende Werk gewidmet ist, sich heute auf einem bislang noch kaum zuvor gekannten Niveau befindet.

Es ist daher auch hoch an der Zeit, dass die kulinarischen Koordinaten des Mühlviertels in Kochbuchform abgesteckt werden, und das ist eine Aufgabe, die selbstverständlich nur ein aus dem Mühlviertel stammender Koch wie Georg Friedl bewältigen kann, dessen Kochkünste noch dazu – *nomen est omen* – in einem Restaurant mit dem einladenden Namen Mühlthalhof zu bewundern sind. Ich wünsche ihm und seinem Buch viel Erfolg, dem Mühlviertel weiterhin eine große kulinarische Zukunft und Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, einen »g'sunden Appetit«.

Christoph Wagner

Herausgeber »Wo isst Österreich?«

VORWORT zur 2. Auflage

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Dieses KOCH:BUCH ist erstmals 2001 erschienen. Unkonventionell meine damalige Herangehensweise, richtungsweisend das Buch, aber vielleicht für die damalige Zeit zu speziell – wohl kaum gemacht für hohe Verkaufszahlen. Dennoch war die Erstauflage bald vergriffen und trotzdem nicht geplant, eine weitere Auflage zu produzieren.

Der stetigen Nachfrage vieler Gäste und der Beharrlichkeit meiner Frau ist es zu verdanken, dass Sie nun trotzdem das Buch in zweiter Auflage in Händen halten. Einiges würde ich zwar heute anders gestalten, allerdings ist mir mittlerweile auch klar geworden, wie außergewöhnlich und vordenkend in vielen Bereichen dieses KOCH:BUCH war und ist.

Es ist eine Bestandsaufnahme meines damaligen Wissens, gleichzeitig aber auch die Bestandsaufnahme meiner puren Freude am Kochen, an saisonalen Lebensmitteln und alten Rezepturen, die Bestandteil der Mühlviertler Kulturlandschaft sind.

Ich freue mich mit Ihnen, dass Sie nun dieses KOCH:BUCH in Händen halten können.

*Herzlichst
Georg Friedl*

Georg Friedl – VORWORT

Zubereitung von Speisen und deren Verzehr ist eines der schönsten und ältesten Rituale der Menschheit. Sehr wenig ist heutzutage von diesem Ritual übriggeblieben.

Schnelle Küche mit internationalem Einheitsgeschmack und Optik sind übriggeblieben. Alte Rezepte und Produkte werden vergessen und deren Geschmack wirkt befremdend. Die Lebensmittelindustrie schafft es, sämtliche Zutaten immer verfügbar zu machen. Sensibilität für jahreszeitliche Produkte geht verloren.

Ernsthaftes Auseinandersetzen mit den globalen kulinarischen Einflüssen und deren behutsames Einfließen in unsere Essenskultur schafft eine Herausforderung und Horizonterweiterung, ohne die eigene Identität zu verlieren.

KOCHen ist für mich:

verrückt/verspielt/heiß/kalt/besessen/mutig/kreativ/neu/
extravagant/vielschichtig
künstlerisch/fordernd/überlegt/bewusst/spontan/flexibel/
intensiv/exzessiv
minimal/maximal/verantwortungsvoll/konstruktiv/spannend/
rätselhaft/stetig

konstant/leidenschaftlich/großartig/verführerisch/einfühlsam/
emotionell/
sensibel/erotisch/sinnlich/meditativ/idealistisch/reifen/
schenken/Berufung/
ein Markenzeichen.

Investieren Sie Zeit fürs Kochen. Fordern Sie viel und geben Sie alles. Erfahren Sie nicht nur Lebensmittelaufnahme. Beschenken Sie sich und die Geladenen mit der Harmonie der Speisen und dem Einklang mit sich selbst.

Malzeit!

(alte Schreibweise ohne »h«) kommt von »ein Denkmal zu einer bestimmten Zeit setzen«.

In diesem Sinne gutes Gelingen,

Georg Friedl

ZUM GEBRAUCH DES BUCHES

Zum KOCHen:

Wie schmeckt eine echte Rindsuppe? Warum hat eine ordentliche Brat'lsauce Fettaugen? Wieso schmecken Karotten süß?

Hektik, Oberflächlichkeit, Trendgastronomie und das Streben der Lebensmittelindustrie nach dem perfekten Geschmack machten mich als Koch in den letzten Jahren immer unzufriedener. Ehrliches Handwerk regionalen Ursprungs erscheint nicht trendig!

Die bei uns verbreitete »echte« Italienische Küche und die Fernost-Einflüsse sind leicht zu verstehen – eine willkommene Abwechslung. Doch wer kennt die wirkliche Küche dieser Länder? Die wenigsten. Personen, die andere unverfälschte Küchenkulturen kennengelernt haben, werden sich mit Entsetzen dem Angeboten abwenden.

Das heißt nicht, dass ich mich der Globalisierung entziehe und keine anderen Einflüsse gelten lasse, vielmehr ist es mir ein Anliegen, dass man die »Nahrungsaufnahme« kritisch betrachtet.

Der Trend verführt zur Nahrungsaufnahme unter einem tollen Decknamen. Lebensmittelaufnahme (ein Mittel zum Leben) kostet Zeit, Aufmerksamkeit und ist kaum mehr gebräuchlich. Mit der Nahrungsaufnahme nimmt auch die Vereinsamung der

Nahrungsaufnehmer zu. Gegessen wird meist im Stehen, alleine und schnell. Wird etwas gekocht, dann kommt es aus der Mikrowelle oder aus der Fertigpackung und hat keinen Gemeinschaftswert, nichts künstlerisches.

Kochen ist die älteste aller Künste.

Kochen Sie einmal für Ihre Freunde oder den Partner! Identifizieren Sie sich mit dem Gericht und legen Sie all Ihre Emotion dafür hinein. Ihrem Gegenüber wird es schmecken. Erleben Sie den hohen Wert der Kochkunst.

Mit diesem Buch möchte ich einen Beitrag dazu liefern, dass die Mühlviertler Küche in ihrer Eigenständigkeit erhalten bleibt und sich keinesfalls ihrer Schlichtheit »schämen« muss. Aufgrund von neuen Erkenntnissen und Kochtechniken präsentiert sie sich leicht und voll neuer längst vergessener Geschmäcker.

Zum BUCH:

Wichtig zum Verstehen des Buches/
Zeitnehmen!/lassen Sie sich von den Texten, Rezepturen und Eindrücken in die Mühlviertler Hügelswelt versetzen/ das Buch ist jahreszeitlich aufgebaut – (die Monate entsprechen nicht denen des Kalenders, sondern denen des Gefühls)/ am Beginn einer Jahreszeit präsentiere ich ein typisches Mühlviertler Produkt/ die einzelnen Monate werden kurz beschrieben/ der jahreszeitliche Abschnitt schließt mit Erinnerungen von damals/ die Gerichte teilen sich auf in »Traditionelles« und »Interpretationen« (neue Gerichte)/ Interpretationen deshalb, weil die neuen Gerichte alten mündlichen Überlieferungen und Rezepturen entspringen/ Rezepturen und Zubereitung sind chronologisch aufgebaut/ Arbeitsabschnitte sind fett gedruckt/ sämtliche Zutaten erscheinen kursiv/ praxisnahe Maßeinheiten/ nehmen sie bei Angaben wie »zweifingerbreit« immer ein Mittelmaß/ Größen wie El., Mkl., Msp. Kl. sind am Ende des Buches genauer erklärt/ einige Interpretationen sind ohne genaue Rezepturen niedergeschrieben – diese sind meines Erachtens für den Haushalt sehr aufwendig, ambitionierte Köche(innen) werden aufgrund der Anleitung diese Gerichte bestimmt nachvollziehen

können/ traditionelle Rezepturen lesen sich generell ohne Mengenangabe – früher wurde dem Gefühl mehr Vertrauen geschenkt/ generell vertrauen Sie auf Ihr Gefühl beim Zubereiten der Speisen/ meine Rezepturen sind Anleitungen, die durch Ihre Kreativität eine persönliche Note bekommen können/ sind Sie unschlüssig, ob das gekochte Endprodukt Ihren Vorstellungen entspricht – lesen sie die fett gedruckte sensorische Aufarbeitung des Gerichts am Ende der Rezeptur/

Viel Freude, Kreativität, Mut zum Probieren
und gutes Gelingen/ G.F.