

# Gut gerüstet gegen das graue Wetter

**KOCHSCHULE** Der eine Rettich ist schwarz wie Kohle, der andere erinnert an Wassermelonen. Und es gibt Saibling und aggressiven Mais: Domingo S. Domingo bietet dem garstigen Wetter mit einem fröhlichen Menü die Stirn.

Spektakulär sieht das erst mal nicht aus, was Domingo parat gemacht hat. Eine saubere Mise en Place, natürlich, sie zeigt einen Fisch, ein paar unscheinbare Knollen, verschrumpelte Maiskörner und zwei, drei Blättchen Grün. Die Auslage ist nett und bestimmt nicht so grau, wie sich das Wetter gerade präsentiert, aber das ist es dann auch schon. «Winterfarben», erklärt Domingo S. Domingo aber selbstbewusst und zapft unbeirrt Gräten aus den Saiblinghälften.

Wir sagen nichts, der Fotograf und ich, wie wir in der Mille-Sens-Küche stehen, auch nicht, als Domingo etwas von Wassermelone zu erzählen beginnt. Hä? «Hast du ein Rezept?», traue ich mich dann zu fragen, als Domingo anfängt, den Fisch zu marinieren, «und was kochen wir überhaupt?» «Winterfarben», sagt er noch einmal. Ich beginne aufzuschreiben, was passiert. Es ist viel. Viel Schönes. Und Leichtes.

## Peru meets Bern – und Asien

Er mache Tiradito, sagt Domingo, er führe das auch auf der Restaurantkarte. Dort allerdings eines aus Thunfisch, den er aber nicht marinieren. Für dieses Menü habe er Saibling gewählt, weil er aus der Westschweiz, sprich: Region, komme. Die Tradition des Tiradito ist eine Art von Ceviche – also in Limettensaft eingelegter Fisch aus der peruanischen Küche.

Als er die Limettenzeste über den Fisch reibt, sieht es aus, als ob es grün regnen würde. Darum, und auch weil Domingos Fusionsküche Bern-Südamerika-Asien spannend klingt, studieren wir die Mise en Place noch einmal. Und sehen, wie wunderschön die Knollen ausschauen, zumindest die schwarz schimmernde. Wie eine viel zu gross geratene Holzkohle. «Rettich aus Kirchdorf», sagt Domingo und beginnt diesen zu hobeln. Innen ist er weiss. Der andere Rettich, ein weisses, unscheinbares Exemplar, entpuppt sich als wahre Schönheit, schneidet man ihn erst mal auf. Das sieht aus wie eine Wassermelone. Oder ein



Dem grauen Wetter begegnet Domingo S. Domingo in Bern mit Canchita-Mais und Gelassenheit. Raphael Moser

wirklich tolles Batikmuster. Spektakulär.

Sein knackiges Fleisch schmeckt nussartig und ist mild, wir kauen auf den Scheibchen herum. Auch auf dem schwarzen Rettich, der sich als spicy, wie Domingo sagen würde, herausstellt. Er verliert ein wenig an Schärfe, wenn man ihn im Sud aus Wasser,

«Winterfarben», sagt er noch einmal.

Essig, Zucker und Gewürzen ziehen lässt.

Die Begeisterung angesichts der Schönheit eines Rettichs entlockt dem Koch ein weises Lächeln und die Aussage (die wir nicht zum ersten Mal hören): «Der Berner Märit isch es Paradies.» Die Zwiebeln wird er ebendort gefunden haben, sie leuchten in

## WEINTIPP



Zum Tiradito gibt es Rosé. Eine interessante Wahl, mitten im Winter. Das passt gut, hält Domingo S. Domingo dagegen, der würzige Tropfen harmoniere mit dem spicy Essen. Sein Winterwein ist **Federweiser Rosé** aus Schaffhausen ([www.vergessenegani.ch](http://www.vergessenegani.ch)). nk

einem Dunkelrot, das fast unwirklich ist. Zusammen mit Ingwerscheiben gibt er die Zwiebelschnitze in die Marinade und lässt sie kurz köcheln, auch sie werden süssauer und ein wenig scharf sein. Wie die Mangosauce (Mango, Limone, Olivenöl und klein gehackter Chili). Ich weiss gar nicht, wie mir geschieht, als ich einen Löffel probiere, fruchtig, salzig, süss, ach, ich möchte in diesem Dressing ein Bad nehmen. Natürlich tunke ich den Löffel noch einmal in den Mixbecher, als Domingo wegsieht.

## So viel Knabberzeugs

Der Koch ist jetzt mit dem Mais beschäftigt. Canchita heisst er und wird geröstet. Popcorn, juhuu! «Nein», sagt Domingo, dieser spezielle Röstmais explodiert nicht. Aggressiv ist er trotzdem, immer wieder springen Körner vorwitzig aus der heissen Pfanne, als er den Deckel kurz hebt. Die gerösteten Körner sind natürlich ideales Knabbermaterial, und ich bin froh, sind wir bald fertig, ich habe schon so viel gegessen.

Den Fisch schneidet Domingo schräg ein, drapiert ihn auf der Mangosauce, zusammen mit den Rettichscheibchen, den süsssauren Zwiebeln, dem Ingwer, dem Mais, ein paar Blättchen Koriander und ein wenig Nüsslisalat.

Winterfarben, sagte er am Anfang. Aber dieser Winter hat so gar nichts mit dem Grau zu tun, das draussen herrscht. Dieser Winter ist gut. Nina Kobelt

In der Serie «Kochschule» verraten Mitglieder der Jeunes Restaurateurs d'Europe (unter 49 Jahre alt) Tricks aus ihrer Küche. Heute mit Domingo S. Domingo vom Restaurant Mille Sens in Bern. Diese und weitere Kochschulen finden Sie auf [www.kochschule.bernerzeitung.ch](http://www.kochschule.bernerzeitung.ch).

## Kochbücher

### NATURMEDIZIN Tinkturen selber machen



#### Gabriela Nedoma: Vergessene Heiltinkturen

Gute-Laune-Tinktur, vitalisierender Brennnesselextrakt oder antibiotischer Räuberessig: Tinkturen zählen zu den wichtigsten Heilmitteln der Naturheilkunde. Viele von ihnen enthalten Alkohol, aber nicht alle: Wie viele Methoden der Zubereitung und Konservierung von heilenden Mitteln ohne Alkohol es gibt, ist in Vergessenheit geraten. Für dieses Buch hat die Autorin jahrhundertealte Rezepte aufgestöbert, ausprobiert und gesammelt. Sie erklärt die wichtigsten Gruppen der alkoholfreien Heiltinkturen, bei welchen Beschwerden sie helfen und wie man sie ganz leicht selbst zu Hause zubereiten kann. Kann man immer brauchen, oder? (Servus, 247 S., ca. 37 Fr.)

### BERGWELT Leidenschaft für eine Erhöhung



#### Uli Wiesmeier: Berg...

«Berg werden im Allgemeinen alle beträchtlichen Erhöhungen der Erdoberfläche, die minder bedeutenden dagegen Hügel oder Anhöhen genannt. (Brockhaus 1837)» Die Einführung in dieses Buch, für das Sie sich viel Zeit nehmen sollten, ist Programm: Uli Wiesmeier, Fotograf von Weltruf mit lebenslanger Leidenschaft für die Berge, zeigt darin Bergwelten. Er sammelte dazu 16 Begriffe mit dem Präfix Berg-, wie Bergbahn, Bergführer oder Bergblick, deren fotografische Interpretation ihn reizte. So wird in den Inszenierungen zu Bergretter oder Bergbauer Bewunderung und Respekt in den Fotos ausgedrückt, während etwa in Bergsport schon fast eine zornige Note enthalten ist. Mit wunderschönen Fotografien. (Knesebeck, 328 S., ca. 99 Fr.)

### ALPENWELT Wo Wege enden, fährt er hin



#### Stefano Unterthiner: Naturparadies Alpen

Auch in diesem Buch dominieren atemberaubende Landschafts- und Tierbilder. Gemacht hat sie der Naturfotograf Stefano Unterthiner, der «das Naturparadies Alpen» suchte und vielleicht gefunden hat. Es befindet sich dort, wo die Wege aufhören, wo weder Tourengänger noch Bergsteiger hinkommen, wo es keine Beizen mehr gibt. Aber Adlerpaare, die aufsteigen, einsame Gämsen im Schneefeld oder Blumenwiesen wie im Bilderbuch. Denn das sind die Alpen ja auch: Eine Welt, in die man eintauchen und verweilen möchte (AS-Verlag, 160 S., ca. 70 Fr.). nk



**Tiradito: Roher Fisch** in Scheiben, eingelegt in Limettensaft – eine peruanische Spezialität.



**Schwarzer Winterrettich:** Sieht aus wie eine zu gross geratene Holzkohle.



**Weiss-roter Rettich:** Trotz unscheinbarem Äusseren entpuppt er sich als Schönheit.



**Achtung, scharf:** Der Chili verleiht dem Mangodressing das gewisse Etwas.

## REZEPT

### TIRADITO VOM SAIBLING AUF MANGODRESSING

Für 4 Personen  
**100–120 g Saibling pro Person** (einen Fisch zum Rohessen kaufen, am besten im Fachhandel, Gräten entfernen, Fett abschneiden). **Marinieren** (evtl. über Nacht) mit einer Mischung aus je 1 gestrichenen EL Rohrzucker und Salz, Fenchelsamen, Kardamom, Sternanis, Limettenzeste und -saft.

Kurz vor dem Servieren Fisch in Scheiben schneiden.

Beilage: 50 g Wasser, 50 g weisser Balsamico, 50 g Zucker aufkochen, Lorbeerblatt, Sternanis, Nelken, Kardamom, Zitronensaft und Zitronenpfeffer aufkochen, **schwarzen Rettich sehr dünn hobeln, in die Pfanne geben, ziehen lassen.**

Rot-weissen Rettich schälen, zu hauchdünnen Scheiben hobeln.

Domingo bezieht die Rettiche bei Bio-Baumann in Kirchdorf



oder kauft sie auf dem Berner Märit.

Eine **Mango** auslöffeln, mit 3 EL Olivenöl, Limettenzeste und -saft, Passionsfrucht, Chili (fein gehackt) mixen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer.

**Ingwerscheibchen und rote Zwiebel** marinieren

**Wo ist was?** Rettiche, Kräuter, Popcorn und Fisch liegen auf einer Mangosauce.

sowie **Canchita herstellen:** Dieser peruanische Röstmais (in Fachgeschäften oder via Internet erhältlich) wird traditionell zu Ceviche serviert und wird in Öl geröstet. Achtung, die Körner können aus der Pfanne springen, wie Popcorn. Wenig Salz und Limettenzeste darüberstreuen. Alternativ bereits gesalzene Apéronüsse reichen.

Alle Komponenten **anrichten auf der Mangosauce**, mit frischem Koriander und Nüsslisalatblättern. nk