

Leib und Seele

Leib - Kimchi 김치 (scharf eingelegter Chinakohl)

Anne Widura, Referendarin im KIM

In der koreanischen Küche bezeichnet Kimchi Gemüse, das durch Milchsäuregärung zubereitet wird.

Prinzipiell eignen sich hierfür viele Gemüsesorten wie Lauch, Rettich und Gurken. Traditionell wird jedoch Chinakohl verwendet, der insbesondere im Winter als wichtige Vitamin-C-Quelle dient. Die Zubereitung von Kimchi ist oft ein soziales Ereignis, dem viel Wert beigemessen wird und bei dem in einer Familie mitunter große Mengen Kohl in Tontöpfen zur Gärung untergebracht werden.

Kimchi wird zu jedem Essen als Beilage gereicht und schmeckt je nach Region unter-

schiedlich. Es wird aber auch als Bestandteil von einzelnen Gerichten verwendet z.B. 비빔국수 bei Bibim guksu – kalte, scharfe Nudeln mit Gemüse.

Kimchi kann im Kühlschrank problemlos zwei Wochen aufbewahrt werden. Man kann auch weniger Kohl nehmen und die Salzmenge herunterrechnen. Allen Neulingen der koreanischen Küche empfehle ich von allem etwas weniger - insbesondere beim Salz, der Fischsauce und beim Chili. Insgesamt sollte man nach Geschmack kochen und die Mengen individuell anpassen – das hat Tradition!

Für 8 Portionen¹

2 kg Chinakohl (ich nehme einfach einen normalgroßen Chinakohl)

300 g Salz (mit 200 g anfangen)

800 ml Wasser

1 Apfel oder 1 Birne geschält und entkernt

100 ml Fischsauce (Myeolchiaekjeot)

6 Knoblauchzehen (es reichen auch 3 oder 4)

2 cm frische Ingwerwurzel

1 rote Paprika

1 EL Zucker

60 g Chilipulver (Gochugaru – hier ist es ganz wichtig das richtige asiatische Chili zu nehmen und unter keinen Umständen arabische oder indische Chilimischungen zu verwenden)

20 cm Rettich

100 g Lauch oder ein paar Frühlingszwiebeln.

Unverzichtbar: Einmalhandschuhe aus Plastik

- Den Chinakohl den Längen nach vierteln und zweimal gründlich waschen.
- In einem großen Topf 100 g Salz in 800 ml kaltem Wasser auflösen, die Chinakohl-Viertel gründlich eintauchen, wieder herausnehmen und in eine andere Schüssel legen.
- Den Chinakohl mit dem restlichen Salz bestreuen. Mit dem Salzwasser übergießen und etwas 5 Stunden durchziehen lassen. Dabei jede Stunde einmal wenden. Danach den Chinakohl zweimal gründlich, auch zwischen den Blättern abwaschen und in einem Sieb abtropfen lassen
- TIPP: Die benötigte Salzmenge hängt von der Dicke des Kohlblattes ab. Um zu testen ob Salzmenge und Dauer des Einlegens ausreichen, kann man zwischendurch ein Kohlblatt unter fließendem Wasser abspülen und dann probieren: es sollte leicht salzig schmecken.
- Den grobgehackten Apfel, den geschälten Knoblauch und die entkernte Paprika pürieren. Die Fischsauce hinzufügen, dabei immer mal probieren – es müssen keine 100 ml sein.
- Den Rettich schälen und mit dem Lauch in 5 cm lange, dünne Scheiben schneiden.
- Die pürierte Masse mit dem Zucker, dem Chilipulver (vorsichtig), den Rettichstiften und dem Lauch vermengen. JETZT die Handschuhe anziehen und die Würzmischung zwischen die Blätter des Kohls streichen (an ungeschützten Händen bleibt der Geruch sehr lange haften) und
- Das Kimchi im Anschluss in einen verschließbaren Plastikbehälter füllen und 24 Stunden bei Zimmertemperatur durchziehen lassen. Ab dem folgenden Tag im Kühlschrank aufbewahren. Den Behälter nie ganz voll machen, da der Deckel bei der Gärung sonst hochgedrückt wird.
- Kimchi erst vor dem Servieren in Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen.

Fußnote

¹ Dieses Rezept stammt aus dem empfehlenswerten Buch: Sunkyoung Jung, Yun-Ah Kim, Minbok Kou, Das Korea-Kochbuch. Bilder – Geschichten – Rezepte. Berlin 2014 (Seite 76-77).

Die Fotos dokumentieren die persönliche Kimchi-Produktion.



Leib und Seele

Seele - Hanns-Josef Ortheil, Liebesnähe

Ralph Hafner, Fachreferent

Der Roman „Liebesnähe“ hat eine sehr schöne Ausgangs-Idee: Sich nicht blind verstehen, sondern sich ohne (gesprochene) Worte verstehen (ist das ein Männerwunsch?). „Liebesnähe“ arbeitet durch den Verzicht auf verbale Kommunikation und das Setzen auf visuelle Kommunikation und kurze Notizen mit der bewußten Verlangsamung der Annäherung der Protagonisten. (Gesprochene) Worte zerstören mehr als sie verbinden, findet der Schriftsteller Johannes Kirchner, einer der drei Protagonisten. Wie zum Beweis sind die Dialoge oft sehr holzig geraten (oder gestaltet?). Er möchte die Kontrolle über seine Worte behalten, das kann er nur beim geschriebenen Wort (vgl. S. 270). Eine sehr schöne Idee des Romans sind auch die in Zettelkästen nach LeserInnen und Texten sortierten Lektüreerfahrungen, die zusammengenommen wieder eigene Geschichten erzählen. „Liebesnähe“ ist eine sich sehr gut lesende Geschichte über Liebe und Tod, Lesen und Schreiben, künstlerisches Schaffen und Archivieren als Methode der Verarbeitung des Verlustes eines geliebten Menschen; mit einer Buchhändlerin, die durch ihre Lektüreempfehlungen therapiert.

Etwas irritierend, daß an manchen Stellen mehr erklärt wird als eigentlich nötig ist und das in einem Text, der subtile Kommunikation ohne viele Worte zum Gegenstand hat. Trotzdem sehr lesenswert.

Hanns-Josef Ortheil, Liebesnähe, München: Luchterhand 2011. ISBN: 978-3-630-87303-9. 393 S. In der Bibliothek zu finden unter: deu 959:o768:k/142



KIM kompakt-Gewinner

Wir möchten uns nochmals bei allen, die sich bei der Suche nach einem neuen Namen für unser Heft beteiligt haben ganz herzlich bedanken.

Alle eingereichten Vorschläge wurden gesammelt, den Namen (ohne Erfinder) auf einen Zettel geschrieben und in der Redaktion zur Diskussion gestellt.

Jedes Redaktionsmitglied hatte 5 Stimmen und konnte diese auf die verschiedenen Vorschläge verteilen. Mittels einer Strichliste wurde so der Favorit ermittelt.

Das Rennen machte einer der seriöseren Vorschläge - KIM kompakt.

Dieser Vorschlag stammt von Isabell Leibing.

Als Preis erhält sie eine Dose Kimchi!