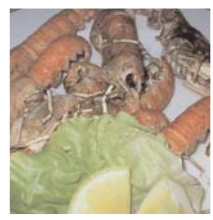


1. Auflage

Kochen in der Kombüse

Improvisation ist Alles



Eine Sammlung erprobter und bewährter Rezepte von
Bernd Erbe und Christian Zaloudek

Vorwort:

Liebe Skipper, Crews und Freunde der kulinarischen Lust.

Auf vielen Segeltörns haben wir die aufgeführten Rezepte gekocht, verfeinert und für die Nachwelt schriftlich zusammengestellt und festgehalten. Segeln und Kochen gehören für mich als Hobbykoch zusammen und lassen sich nicht mehr trennen.

Kochen an Bord bedeutet immer auch zu improvisieren und aus dem was einem das Land gibt, passende Gerichte zu zaubern. Meist setzt einem die spärlich ausgerüstete Pantry mit kleinem Backofen, Puppenherd mit nur zwei Flammen die Grenzen.

Aber gerade das macht es aus.

Mit der gesamten Crew ein gemeinsames Mahl zuzubereiten macht Spaß und ist oft der Höhepunkt eines erlebnisreichen Tages. Im Sonnenuntergang vor Anker liegend wird Gemüse geputzt und geschält, Zwiebeln unter Tränen gehackt, geplaudert und der Wein auf seine Qualität getestet.

So ergeht es uns, wenn wir Land und Leute kennenlernen, deren Küche, deren Sprache und Kulturen. Nicht dass wir uns nicht auch in einem Restaurant verwöhnen lassen könnten. Nein so schlimm ist es nun auch wieder nicht. Aber kochen an Bord ist ein Gruppenerlebnis, was wir nicht missen wollen.

Mit Bernd Erbe habe ich einen 'Gleichgesinnten' gefunden, der maßgeblich an diesem Heft beteiligt ist. Hierfür herzlichen Dank.

Lassen Sie sich nun inspirieren und teilen Sie uns bitte Ihre Erfolge, eigenen Rezepte (schließlich soll dieser Druck ständig erweitert werden) oder besondere 'Kocherlebnisse' mit. Aus allen Einsendungen werden wir zum jedem Jahresende einen Gewinner ermitteln.

Bon Appetit wünscht Ihr Christian Zaloudek sowie das gesamte SSY-Team



Alle Gerichte sind so gewählt, daß sie mit relativ wenig Aufwand und Zeit auf einem 2-flammigen Gasherd und/oder in einem kleinen Backofen an Bord zubereitet werden können. Und nun viel Spaß beim Nachkochen.

Mengenangaben für 4 Personen