



Ob Spitzenkoch Johann Lafer eine Lachsforelle oder die berühmte Sauce Bernaise zubereitete, das Publikum in der Wolfacher Dorotheenhütte war von den kulinarischen Ergebnissen total begeistert. Fotos: Regine Maßholder

Erlebnis für alle Sinne

Sternekoch Johann Lafer überzeugt in der Wolfacher Dorotheenhütte mit viel Charme und Können

Johann Lafer ist nicht nur ein bekannter Fernseh- und hochdekorierter Sternekoch. Im WMF-Studio der Dorotheenhütte in Wolfach entpuppte er sich zudem als begnadeter Entertainer und als engagierter Botschafter des guten Geschmacks.

VON REGINE MASSHOLDER

Wolfach. Johann Lafer redete nicht lange drumherum bei der Kochdemonstration in der Wolfacher Dorotheenhütte, kam sofort auf den Punkt: »Wir haben ein großes Defizit, was die Ernährung angeht. Jeder zehnte Deutsche ist Diabetiker«. Ein Umstand, der dem begeisterten Koch Sorgen bereitet und ihn anspricht, immer wieder um mehr Sensibilisierung für sein Lebensthema zu kämpfen. Unter anderem engagiert er sich für gesundes Essen an Schulen.

Er ging nicht nur mit seinem ganzen Können in den Ring, auch Leidenschaft, den nötigen Biss und den Charme des Österreicher brachte er mit. »Man kann nur kochen, wenn man es gern tut«, lautete eine weitere Botschaft an sein großes vorwiegend weibliches Pu-



So muss für Sternekoch Johann Lafer ein richtig gutes Rindersteak aussehen.

blikum. Allerdings verschwieg Lafer auch nicht, dass Kochen viel Zeit in Anspruch nimmt. »Wer seine Familie mehrmals am Tag mit schmackhaftem und gesundem Essen versorgt, ist für mich ein Held des Alltags«, meinte er und man nahm ihm diesen Satz doch tatsächlich ab.

Das Beste kaufen

Die Natur biete so viele wunderbare Stoffe – gesund und auch noch äußerst schmackhaft. »Gutes Essen bringt jede Menge Spaß ins Leben, doch kein noch so begabter Winzer kann aus Wasser Wein machen«, setzte er seine ganze Überzeugungskraft ein, um

für gute Lebensmittel und gutes Handwerkszeug zu werben. »Kaufen Sie das Beste. Wer sich nichts Gutes tut, kann nichts Gutes geben«.

Längst hatte es zu duften begonnen, denn während der Fernseh- und Sternekoch sein leidenschaftliches Plädoyer für gute Ernährung hielt, hatten seine Assistenten Jeslyn Teoh und Fabian Kerpman die Vorspeise – Tomaten mit Mozzarella – zubereitet.

Wer nun denkt, das kann ich auch, hat Lafers Version der inzwischen schon eher profanen und oft servierten Vorspeise noch nicht probiert. Bei ihm wird für das ausgesprochen köstliche Dressing zu-

nächst Tomatensaft geklärt und ein duftendes Basilikum-Pesto hergestellt. Mmmm – das Ergebnis war überwältigend.

Dann war der Fischgang dran. »Die Lachsforelle kommt in den Dampfgarer, bei höchstens 80 Grad«, erstaunte der Sternekoch die Zuschauer schon wieder. Für die »Sautnaflüssigkeit« briet er Ingwer, Knoblauch und Schalotten in Öl von geröstetem Sesam an, gab Fischsud hinzu und bettete die filetierten Lachsforelle liebevoll auf ein dickes Kräuterbett. Das Ergebnis war für alle, die probieren durften, geschmacklich eine wahre Offenbarung.

Dann kam ein dickes Steak – herrlich marmoriert und noch am Knochen – in die sehr heiße Pfanne und nach dem Anbraten in den 100 Grad warmen Backofen. »Unser Backofen wird selten höher eingestellt«. Über das fantastische Resultat freute sich Lafer wie ein Kind und stoltzte stolz durch die Zuschauerreihen.

Natürlich lief den vielen Hobbyköchinnen und -köchen das Wasser im Munde zusammen. Welch ein Glück, dass es auch davon ein »Versucherle« gab – mit Sauce Bernaise und knusprigen Bratkartoffeln.



Am Ende gab's seine Rezepte noch mit zum Nachhause nehmen, natürlich mit Autogramm.

Quelle: Offenburger Tageblatt vom 4. Oktober 2010