



*Fiona Hodel
Hobbyköchin, Meilen*



*Helmi Sigg
Hobbykoch, Thalwil*



*Fabian Villiger
Hobbykoch, Rapperswil*



*Meret Steiger
Hobbybäckerin, Uetikon*



*Patrick Hitz
Hobby-Bierbrauer, Thalwil*

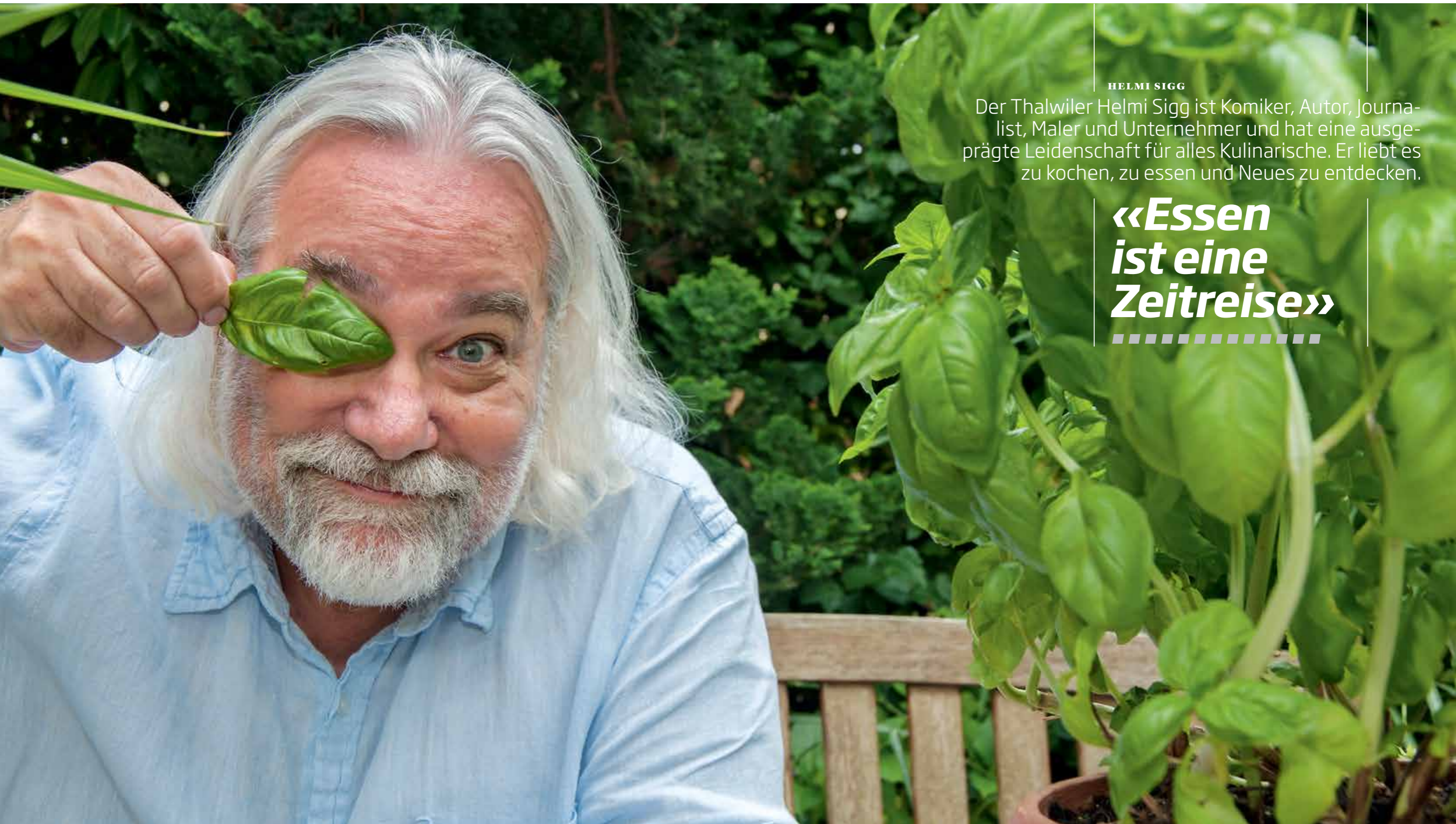


*Hans-Heiri Stapfer
Hobby-Grilleur, Horgen*

Immer mehr Menschen entdecken ihre Leidenschaft fürs Kochen, Backen und sogar das Bierbrauen. **SEESICHT** hat rund um den See ein paar von ihnen in der Küche, am Grill oder in der Braustube getroffen.

Ran an die Töpfe

Text: *Marianne Siegenthaler* Photos: *Felix Aeberli & zvg*



HELMI SIGG

Der Thalwiler Helmi Sigg ist Komiker, Autor, Journalist, Maler und Unternehmer und hat eine ausgeprägte Leidenschaft für alles Kulinarische. Er liebt es zu kochen, zu essen und Neues zu entdecken.

**«Essen
ist eine
Zeitreise»**





Pastrami ist eine amerikanische Spezialität aus gepökeltem und geräuchertem Rindfleisch mit einem Gewürzmantel. Foodtütler Sigg hat nun für den Schweizer Markt die feine Spezialität «Pastrelmi» entwickelt. Sie wird dünn aufgeschnitten und beispielsweise im Sandwich serviert.



SEINEN ERSTEN EINSATZ am Herd hatte Helmi Sigg mit drei, vier Jahren. «Ich war bei meiner Grossmutter in Österreich zu Besuch. Es gab panierte Schnitzel, und meine Aufgabe war es, das Fleisch in Mehl, Ei und Panade zu wenden.» Danach wurde es im heissen Schmalz goldgelb gebraten – und es schmeckte herrlich! Was passt da besser dazu als ein frischer Gurken-Kartoffelsalat (Rezept siehe rechts), ein weitere Kindheitserinnerung des Allround-Talents aus Thalwil? Essen ist für ihn seit seiner Kindheit und Jugend wichtig und mit vielen angenehmen Erinnerungen verbunden. «Wir reisten früher häufig nach Italien, wo wir von den Arbeitern meines Vaters zum Essen eingeladen wurden», erinnert er sich. Das war aber nicht einfach ein gewöhnliches Mittag- oder Abendessen, nein, von 10 Uhr morgens bis abends um 6 wurde gegessen, ständig kam etwas Neues auf die lange Tafel mitten im Grünen. «Es war einfach überwältigend.»

Fast genauso wichtig wie das Essen ist die Zubereitung: «Kochen ist ein kreativer Prozess wie Bilder malen oder Bücher schreiben», sagt Helmi Sigg, «und wie immer in der Kunst geht es ums Ausprobieren, ums Kombinieren und ums Zusammenstellen.» Doch nicht nur die Zutaten, sondern auch deren Herkunft sind für ihn entscheidend, denn sie haben einen grossen Einfluss darauf, wie die zubereitete Speise schmeckt. Regional und saisonal machen eine gute Küche aus, und so kauft Helmi Sigg gerne in Hofläden oder auf Märkten ein. Natürlich misslingt auch ihm ab und zu ein Gericht – kein Wunder, denn er ist sehr experimentierfreudig. «Ich probiere gerne Neues aus oder koche auch mal etwas nach, was ich auf einer Reise, in einem Restaurant oder an einem Event kennengelernt habe.» So zum Beispiel die russischen Ravioli «Pelmeni», die er auf einer Reise mit der Transsib probiert hat: «Ein einfaches Gericht aus Hackfleisch, geräffelten Zwiebeln im Pastateig, das ganz hervorragend schmeckt.»

Besonders gerne kocht Helmi Sigg zusammen mit seiner Familie. Sein Sohn Benj hat seine Leidenschaft geerbt und sie sogar zum Beruf gemacht. Und so kennt Helmi Sigg manche Tricks aus der Profiküche, die aus einem gewöhnlichen Gericht etwas Besonderes machen – sowohl optisch als auch im Geschmack.



**MEIN HIGHLIGHT
GURKEN-
KARTOFFELSALAT**

Das Rezept ist simpel, das Ergebnis sensationell. Das liegt hauptsächlich am Kürbiskernöl. Kombiniert mit Salatgurken und gekochten Kartoffeln, so wie man das in Österreich macht, kann das feine Öl seinen Geschmack voll entfalten.

DAS BRAUCHT'S:

- Je nach gewünschter Menge 1-2 frische Salatgurken*
- Gekochte Kartoffeln*
- Kürbiskernöl*
- Gewürzessig*
- Senf, Aromat, Kümmel*



SO GELINGT'S:

Salatgurke direkt aus dem Kühlschrank nehmen, waschen, ev. entkernen, aber nicht schälen, damit der Salat schön bissfest bleibt.

In feine Scheiben schneiden.

Kartoffeln weich kochen, schälen und in Scheiben oder Würfel schneiden.

Für die Sauce Öl, Essig, Senf und Gewürze mischen, wobei das Verhältnis Essig zu Öl etwa 40 zu 60 Prozent sein sollte, da die Gurke viel Wasser abgibt und so die Säure mildert.

Kümmel ist wichtig, denn er macht die Gurken leichter verdaulich. Alles zusammen mischen und lauwarm servieren.

**HELMI SIGG
ALLROUND-TALENT**

Helmi Sigg ist seit 1974 im Showbusiness tätig, war bei Radio und TV, singt, malt, schreibt Bücher und produziert Filme. Sein neuester Wurf ist die Rindfleischspezialität Pastrelmi (www.pastrelmi.ch).

Helmi Sigg lebt mit seiner Frau und den zwei erwachsenen Kindern in Oberrieden, ist aber im Herzen ein Thalwiler.

