

traumhaus

DIE
NUMMER
1

MÄRZ | APRIL 2018

DAS SCHWEIZER MAGAZIN FÜR PLANEN, BAUEN, WOHNEN

CHF 9,-

EDLE TROPFEN

WEINKELLER

So wie ein guter Wein dem Gaumen schmeichelt, ist ein elegant gestalteter Weinraum eine Wohltat fürs Auge.

ERHOLSAME EINRICHTUNG

SCHLAFZIMMER

Experten verraten, wie Sie Ihr Schlafzimmer gestalten müssen, um jeden Morgen erfrischt aufzuwachen.

STILVOLLER AUSSENRAUM

WOHNGARTEN

Mit dem Frühjahr beginnt die Gartensaison. So richten Sie sich Ihr privates Paradies im Grünen ein.

KÜCHEN- TRENDS

DIE NEUESTEN
ARMATUREN, MÖBEL
UND GERÄTE





Grifflose Türen mit Klick-System hat Meta Hildebrand nur dort eingesetzt, wo sie während des Kochens nicht stören.

«FUNKTIONALITÄT IST DAS A UND O»

Als Gastronomin, TV-Köchin und Fachjurorin des Swiss Kitchen Award weiss Meta Hildebrand, was gute Küchen können müssen. In ihrer Showküche zeigt sie, was eine praktische Küche ausmacht und worauf Sie bei der Planung achten sollten.

TEXT DONIKA GJELOSHI FOTOS HOLGER JACOB

Meta Hildebrand, zuletzt sassen Sie in der Fachjury des Swiss Kitchen Award 2017. Als Köchin haben Sie die eingereichten Küchen auf ihre Funktionalität bewertet. Was macht die funktionale Küche aus?

Das wichtigste Kriterium sind kurze, praktische und sichere Arbeitswege. Alles, was ich zum Kochen brauche, muss innerhalb von drei Schritten erreichbar sein. Bei allem, was Gefahren birgt, müssen die Wege noch kürzer sein, sodass ich mit einem Schritt auf die Gefahr reagieren könnte. Ausserdem finde ich es wichtig, dass die Küche über ein grosses und widerstandsfähiges Spülbecken verfügt, sodass auch sperriges Geschirr darin ausgespült werden kann. Eine ausziehbare Brause vereinfacht dabei die Küchenarbeit. Für die Arbeitsfläche sollte ein Material gewählt werden, das hitzebeständig, hygienisch und einfach zu reinigen ist und auf dem Kratzer nicht gut sichtbar sind. Die Arbeitsfläche muss ich vielseitig nutzen können, ob ich nun einen Teig auswallen oder kurz eine heisse Pfanne darauf abstellen möchte.

Wo sind die Küchengeräte am sinnvollsten angesiedelt?

Vieles ergibt sich aus der Architektur der Küche. So ist zum Beispiel bei einer Kochinsel ein Tischlüfter praktischer als eine Dunstabzugshaube, weil er die Sicht zum Wohnraum nicht versperrt. Der Backofen und Herd sollten maximal drei Schritte voneinander entfernt sein, so lassen sich Stolperunfälle und andere Missgeschicke besser vermeiden. Bei meiner Küche hier im Studio muss ich mich nur einmal umdrehen, um das angebratene Fleisch zum Garen in den Ofen zu schieben. Der Ofen oder Kombi-

Steamer sollte dabei auf Hüfthöhe angesiedelt sein, denn mit den Armen im rechten Winkel und nahe am Körper hat man die meiste Kraft, um ein schweres Blech zu heben. Achten Sie darauf, dass das Kochfeld nicht zu viel Platz einnimmt. In meiner Küche habe ich links und rechts mindestens nochmal so viel Arbeitsfläche, wie das Kochfeld gross ist, sodass ich auf der einen Seite Platz für die Zutaten oder andere Vorbereitungen habe und auf der anderen Seite die Teller zum Anrichten bereitstehen.

«Die Arbeitswege sollten kurz sein, maximal drei Schritte.»

Meta Hildebrand, Starköchin

Worauf sollte man grundsätzlich bei der Wahl der Küchengeräte achten?

Über Ihre persönlichen Bedürfnisse sollten Sie sich zuerst im Klaren sein, bevor Sie ein neues Gerät anschaffen, um teure Fehlkäufe zu vermeiden. Technischen Spielereien stehe ich eher skeptisch gegenüber, denn solche Geräte sind anfälliger für Reparaturen und Technikfehler. Persönlich finde ich ein eingebautes Vakuumiergerät mit Sous-Vide-Funktion total praktisch. Reste vakuumiert einzupacken macht Vorratsdosen überflüssig und konserviert das Aroma besser. Schliesslich kann der Inhalt in der Verpackung aufgewärmt bzw. zubereitet werden.

Wie viel Stauraum braucht es wirklich?

Planen Sie genügend Stauraum ein, damit alles seinen Platz hat und die Küche stets aufgeräumt wirkt. Ausserdem können Sie so vielfältig in der Geschirrauswahl sein. Eine Kräuterschublade finde ich praktischer als einen Kräuterhochschrank, da viele Gourmet-Gewürzdosens grosse Durchmesser haben und am Deckel beschriftet sind. Allgemein empfehle ich, die Küchenunterschranke mit Ausziehschubladen oder ausziehbaren Tablaren auszustatten. Das ist praktisch und ergonomisch, denn so kommt man z. B. einfacher an schwere Teller heran.

In dieser Küche haben Sie Griffe und Klicksysteme zum Öffnen der Schränke gewählt.

Richtig, Klicksysteme habe ich nur dort eingesetzt, wo ich während des Kochens nicht zufällig an die Türen herankomme, z. B. an der Front der Kücheninsel oder bei den Hochschränken. Ansonsten habe ich Griffe gewählt, die elegant aussehen und einfach zu reinigen sind.

Was müssen Familien mit kleinen Kindern beachten?

Ich finde es wichtig, dass Kinder spielerisch in den Kochalltag integriert werden. Sie sollen ihren Eltern beim Kochen zuschauen und helfen können, auch damit sie kein gestörtes Essverhalten entwickeln. Deshalb sollte die Küche so geplant sein, dass einerseits das Gefahrenpotenzial möglichst gering ist und andererseits die Kinder die Chance haben, mitzuhelfen. Ein Kochfeld mit Touch-Bedienung, die über eine integrierte Kindersicherung verfügt, ergibt bei einer Familienküche mehr Sinn als die für mich persönlich praktischeren Drehknöpfe. Ein



Dieser an der Kücheninsel montierte Tagtisch ist beweglich und kann vielseitig genutzt werden, beispielsweise zum Essen oder Anrichten.

Auch Schneidebretter brauchen ihren Platz, davon liess sich die Profi-Köchin vom Küchenplaner der Sabag AG überzeugen und kann diesen Tipp nur weitergeben. Die ausziehbare Schublade bietet zusätzlichen Stauraum in diesem Schrank.



MIESMUSCHELN AN SAFRAN UND KORIANDER

ZUTATEN

- 1 kg Miesmuscheln, geputzt
- 4 EL Olivenöl
- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- 1 Rüebli, fein gehackt
- 1 Briefchen Safran-Fäden
- 1 dl Kokosmilch
- 2 EL Koriander, gehackt

ZUBEREITUNG

Zuerst die Zwiebeln und Rüebli im Olivenöl andünsten, dann die Safran-Fäden und die Miesmuscheln dazugeben und zugedeckt für 2 Minuten köcheln.

Die Kokosmilch und den Koriander dazugeben und mit einer Kelle untermischen. Anschliessend wieder zugedeckt für 2 Minuten köcheln lassen.

Die Miesmuscheln nochmals gut rühren und direkt im Topf servieren.

Links: Nicht nur in der Studioküche praktisch, sondern auch zu Hause: ein im Kochfeld integrierter Dunstabzug für freie Sicht.

Das Kochfeld sollte maximal einen Drittel des Platzes beanspruchen, damit genügend Platz für die Zutaten oder andere Vorbereitungen bleibt.

Schemeli darf nicht fehlen, damit das Kind auf die Arbeitsfläche sehen kann. Wenn das Kind schon rüsten kann, ist ein in die Arbeitsfläche integriertes Schneidebrett eine praktische Lösung, da sich das Brett nicht verschiebt und somit die Ausrutschgefahr geringer ist. Teller und Besteck sollten für die Kinder erreichbar gemacht werden, damit sie beim Tischdecken oder Geschirreinträumen helfen können. Gläser und anderes Gefahrengut, wertvolles Geschirr und Süßigkeiten sind in den nicht einfach zu erreichenden Hochschränken besser aufgehoben.

Sie führen das Restaurant Le Chef in Zürich und bringen im Mai ihr zweites Kochbuch heraus. Was ist Ihre Inspirationsquelle für neue Rezepte?

Ich habe ständig Ideen. Die Frage ist eher, ob sie überhaupt umsetzbar sind. Teilweise kommen mir Rezeptideen im Schlaf, dann wache ich auf und will sie sofort ausprobieren. Inspirationen suche ich nicht in anderen Kochbüchern. Ich versuche mich von den Zutaten selbst inspirieren zu lassen.

Worauf können sich die Leser Ihres neuen Kochbuchs freuen?

Mein zweites Kochbuch ist sehr persönlich. Ich lasse meinen bunten Freundeskreis

«Die Familienküche soll so geplant sein, dass die Kinder am Kochalltag teilhaben können.»

Meta Hiltbrand, Starköchin

meine Rezepte kochen, und indem ich sie in einem Porträt beschreibe, gebe ich auch viel über meine Persönlichkeit preis.

Sie sind beruflich stark engagiert. Wie verbringen Sie Ihre Freizeit?

Ich schätze mich glücklich, dass ich keine Freizeit von meiner Arbeit brauche, weil mein Hobby mein Beruf ist. Wenn ich nicht koche oder unterwegs bin, entspanne ich gerne zu Hause auf dem Sofa und schaue mir einen Film an oder genieße einfach meine privaten vier Wände im Pyjama.

Wann haben Sie Ihre Leidenschaft fürs Kochen entdeckt?

Erst bei der Berufswahl habe ich mir überlegt, dass Köchin zu sein noch spannend wäre – ein handwerklicher Beruf in einer Männerdomäne. Für mich war auch wichtig, dass das Ergebnis meiner Arbeit sichtbar ist. Beim Kochen kann man bereits nach zehn Minuten Arbeit ein tolles Ergebnis erzielen, wie zum Beispiel mit dem Rezept, das ich mir für euch ausgedacht habe. Es ist ein schnelles, einfaches, unkompliziertes Rezept – und genau so sollte auch die Küche konzipiert sein: schnell im Sinn von kurzen Arbeitswegen, einfach bezüglich der Reinigung und unkompliziert bezüglich der Handhabung der Geräte. ✧

