

JOHANN LAFER

Meine
50
besten
Rezepte

Ein Leben für den guten Geschmack

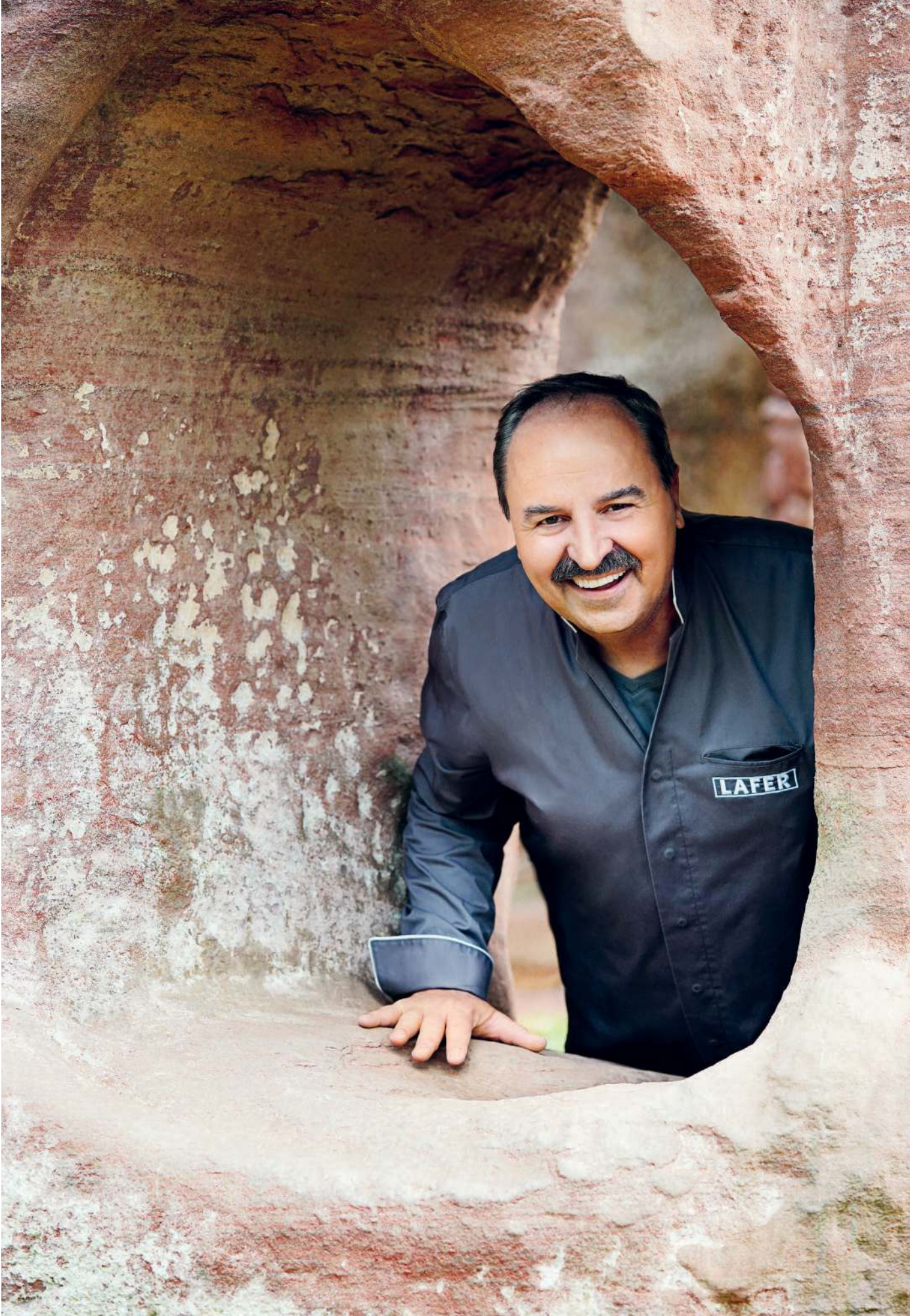
erzählt von Jan Hofer

»Ich bin als steirischer Bauernbub
aufgewachsen und das hat mich für
mein Leben geprägt.«

DIE ESSENZ MEINES KÜCHENLEBENS
ZUM 300-JÄHRIGEN JUBILÄUM
DES GRÄFE UND UNZER VERLAGS

GRÄFE
UND
UNZER





Inhalt

Ein Wort vorab **4**

1. Kindheit **7**

2. Lehrjahre **29**

3. Wanderjahre **47**

4. Guldental und Stromburg **75**

5. TV und Medien **119**

6. Immer wieder was Neues **143**

7. Auf in die Zukunft **167**

Register **190**

Impressum **192**

Ein Wort vorab

Johann Lafer und ich, wir kennen uns seit mehr als 30 Jahren. Wann und wo wir uns zum ersten Mal begegnet sind, lässt sich nicht mehr auf den Tag genau feststellen. Sehr wahrscheinlich bei irgendeiner Fernsehsendung. Es ist auch unwichtig. Wichtig ist, dass wir uns von der ersten Sekunde an verstanden haben. Vielleicht lag es an unserer Herkunft. Beide aus provinziellen, kleinen Verhältnissen. Beide extrem zielstrebig und mit dem festen Willen, ganz nach oben zu kommen. Mir hat man, als Kind des unteren Niederrheins, nicht an der Wiege gesungen, irgendwann einmal ein fester Bestandteil der deutschen Fernsehlandschaft zu sein. Und Johann, geboren in einem Dorf in der österreichischen Steiermark, konnte ebenfalls nicht damit rechnen, ein herausragender Koch mit einer riesigen Fangemeinde zu werden.

Davon handelt dieses Buch: vom Weg des Steirer Bauernbuben in die Höhen des Kocholymps. Es ist eine Reise durch ein spannendes Leben, erzählt mit vielen Gerichten zum Nachkochen und Genießen. Denn das ist das größte Anliegen Johannis: auch aus den kleinsten und unscheinbarsten Dingen Genuss zu zaubern. Das kann er wie kein Zweiter.

»Man kennt Johann Lafer als den berühmten Koch, in Wirklichkeit aber ist er immer der kleine Hansi aus der Steiermark geblieben.« Dieser Satz der ZDF-Moderatorin Ingeborg Thomae nach einer Fernsehsendung beschreibt ziemlich genau die Person, die wir aus den Medien kennen, den herausragenden Koch, Entertainer und engagierten Botschafter für nachhaltige und gesunde Ernährung.

Johanns großartige Karriere ist das Ergebnis harter Arbeit und des unbändigen Willens, immer das Beste in höchster Perfektion zu liefern. Diese Eigenschaften sind das Ergebnis eines Elternhauses, in dem Liebe, Zuneigung und Zärtlichkeit rar waren. Wenn man etwas wollte, musste man es sich verdienen – und die Regeln waren streng. Nachlässigkeiten wurden nicht geduldet. So ist Johanns ganzes Leben bestimmt von der Suche nach Anerkennung. Bis heute, auf dem Gipfel seines Erfolges, hat sich das nicht geändert. Immer noch bestimmt die Perfektion sein gesamtes Handeln – im beruflichen genauso wie im privaten Bereich.

Schon als kleiner Junge war ihm bewusst, dass Lebensmittel, die Mittel zum Leben, ein kostbares Gut sind. Und so wurde alles verwertet, die Erzeugnisse aus der eigenen Nebenerwerbslandwirtschaft und das Wenige, was dazugekauft wurde. Hier wurde die Grundlage dafür gelegt, die Gaben, die die Natur uns bietet, wertzuschätzen. Das, was heute als ökologisch in Mode gekommen ist, war für Johann von jeher ein ungeschriebenes Gesetz. Nach einer langen erfolgreichen Karriere als Gastronom versteht er sich heute als Botschafter für nachhaltige, gesunde Ernährung und er wird nicht müde, in Vorträgen, Büchern und TV-Sendungen darauf hinzuweisen.

Dieses Buch dokumentiert das Leben Johann Lafers in vielen Rezepten aus den verschiedenen Stationen im In- und Ausland. Frei nach Jules Verne: In 50 Rezepten um die Welt. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen und Nachkochen.



Zukunft braucht Herkunft



Das Leben in der Steiermark war hart und einfach. Aber der kleine Hansi kannte es nicht anders. Tag für Tag eine Stunde zu Fuß in die Schule, Sommer wie Winter. Schulbus? Daran war noch nicht zu denken. Die »moderne Welt« war in St. Stefan im Rosental noch nicht angekommen. Das gesellschaftliche Leben fand am Sonntag beim Kirchgang statt. Und auch für den heranwachsenden Buben, der lange selbst Messdiener war, war sie ein wichtiger Bezugspunkt. Die meisten Freizeitaktivitäten gab es dort und manchmal spendierte der Pfarrer eine Wurstsemmel – bis heute ein unvergesslicher Genuss für Johann.

In seinem Elternhaus kam das auf den Tisch, was die eigene Nebenerwerbslandwirtschaft hergab. Man hatte alles, was man brauchte, und dennoch wurde an allen Ecken und Enden gespart, leider auch an Nähe und Liebe. Der junge Hansi und seine beiden Geschwister mussten sich die Zuneigung ihrer Eltern hart erarbeiten. Wenn jedoch Besuch kam, zeigte sich, dass die Lafers gute Gastgeber waren. Die gesamte Familie half mit, den Gästen alles zu bieten,

was die Speisekammer hergab. Legendär sind Großvaters Rühreier mit Minzstängeln und Bauernbrot. Eine ungewöhnliche Kombination, die man aber unbedingt ausprobieren sollte. Übrigens, die Eierschalen wurden nicht einfach weggeworfen, sondern fein zerrieben wieder unter das Tierfutter gemischt. Das Wort Kreislaufwirtschaft war zwar noch nicht erfunden, trotzdem wurde genau diese überall angewendet. Eine wichtige Nahrungsquelle waren ohnehin die eigenen Hühner. Backhendl mit Häupterlsalat etwa war eines der Gerichte, die man schnell zubereiten konnte und die immer dann auf den Tisch kamen, wenn überraschend Besuch vor der Tür stand. Dann wurde von Mutter Lafer eines der Hühner zur Strecke gebracht, gerupft, ausgenommen und zubereitet. Ein Gericht, das Johann Lafer bis heute geprägt hat. Dass man auch aus den Resten feine Sachen machen kann, das wusste man im Hause Lafer. Die Rahmsuppe mit Geflügelklein ist ein beredtes Beispiel. Und das immer



Die ganze Familie entspannt auf einer Wiese vor dem elterlichen Haus in St. Stefan. Rare Momente, die vor allem die Kinder genossen.



Opas Rührei mit Minzstängel und Bauernbrot



**Für 2 Personen
(für Opa und mich)**

Zubereitungszeit:
ca. 10 Min.

6–8 Eier (Größe M)
75 g Sahne
Salz, Pfeffer
6–8 Zweige Pfefferminze
mit braunem Stiel
50 g Butter
frisches Bauernbrot

- 1.** Die Eier in eine Schüssel aufschlagen, mit der Sahne verquirlen und dann mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2.** Die Blätter von der Minze zupfen und die Stiele klein schneiden (Blätter anderweitig verwenden).
- 3.** In einer Pfanne bei mittlerer Hitze die Butter zerlassen. Die verquirlten Eier zufügen und unter gelegentlichem Rühren mit einem Spatel langsam stocken lassen.
- 4.** Das Rührei auf zwei Teller verteilen und mit den fein geschnittenen Minzstängeln bestreuen. Dazu ein frisches Bauernbrot servieren.



Johanns Großvater war ein einfacher Mann, der in seiner Werkstatt wohnte und arbeitete. Dort stand auf einem Schrank, für den kleinen Bub unerreichbar, eine Blechdose mit geheimnisvollem Inhalt. Jeden Tag nahm der Opa einen Schluck daraus. Was mochte das wohl nur Wohlschmeckendes sein? Die Jahre zogen ins Land, Johann war inzwischen groß genug, um an die Blechdose zu gelangen. Wie groß war die Enttäuschung, als er feststellen musste, dass darin nicht etwa ein süßer Likör, sondern einfaches spanisches Olivenöl war. Der Geschmack war so nachhaltig, dass Johann noch Jahre später kein Olivenöl riechen, geschweige denn zu sich nehmen konnte. Das ist natürlich längst vergessen und heute ist Johann, wie kein Zweiter, ein Olivenölfan. Inzwischen sammelt er die kostbare Flüssigkeit in der ganzen Welt. Warum der Großvater jedoch täglich davon trank, ist ihm bis heute unerschlossen geblieben.

Wiener Schnitzel



Für 4 Personen

Zubereitungszeit:
ca. 35 Min.

4 Kalbsschnitzel (à ca. 150 g;
aus der Nuss oder dem
Rücken)
2 Eier (Größe M)
75 g doppelgriffiges Mehl
(Dunst)
150 g Semmelbrösel
Salz, Pfeffer
125 g Butterschmalz
50 ml Sonnenblumenöl

Außerdem:

2 Zitronen (in Spalten)
kaltgerührte Preiselbeeren
(selbst gemacht oder fertig
gekauft)

- 1.** Die Kalbsschnitzel zwischen zwei leicht geölten Stücken Frischhaltefolie ca. 3 mm dünn plattieren. Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Semmelbrösel auf zwei Teller geben.
- 2.** Die Schnitzel salzen und pfeffern. Erst in Mehl wenden, dann durch die verquirlten Eier ziehen und schließlich in Semmelbröseln panieren.
- 3.** Das Butterschmalz zusammen mit dem Sonnenblumenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die panierten Schnitzel darin schwimmend von beiden Seiten unter ständigem Schwenken ca. 6 Min. goldbraun ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 4.** Gebackene Schnitzel mit Zitronenspalten und Preiselbeeren servieren. Bei uns zu Hause gab es dazu immer einen grünen Salat und gekochte Salzkartoffeln.



Ein gutes Wiener Schnitzel wird natürlich aus zartem Kalbfleisch gemacht. Das allerdings sah man im Hause Lafer früher nicht so eng. Es gab schlichtweg kein Kalb, das man hätte schlachten können. Stattdessen musste eines der Schweine erhalten, die auf dem Hof gehalten wurden. Umso wichtiger war die luftig-wellig gebackene Panade.

Dazu muss das Schnitzel im Schmalz schwimmend ausgebacken und dabei ständig leicht geschwenkt werden. Ein kleiner Trick: Das Fleisch mit etwas Wasser einsprühen, bevor man es würzt und paniert. Dadurch hebt sich die Panade später wunderbar ab.





Im Hamburger »Le Canard« erinnerte sich Johann an die Esterhazy-Torte aus seiner Lehrzeit und begann das Muster auf der Torte für neue Präsentationen als Vorbild zu nehmen. Er experimentierte mit verschiedenen Zutaten und läutete damit eine neue Form der Dessertpräsentation ein.

Original Esterhazy-Torte



Für eine Torte (ca. 20 cm Ø, 8 Portionen)

Zubereitungszeit:

ca. 60 Min. +

ca. 30 Min. Backzeit +

ca. 1 Std. Kühlzeit

Für die Baiserböden:

8 Eiweiße (Größe M)

Salz

250 g Zucker

250 g gemahlene

Haselnüsse

Für die Buttercreme:

200 ml Milch

200 g Sahne

2 Eigelbe (Größe M)

20 g Speisestärke

Mark von 1 Vanilleschote

100 g Zucker

250 g weiche zimmer-

warme Butter

20 ml Kirschwasser

Außerdem:

250 g Puderzucker

1–2 TL Kakaopulver

100 g geröstete Mandel-
blättchen

- 1.** Für die Böden die Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen. Dabei den Zucker einrieseln lassen. Die Haselnüsse unterheben und die Masse dann in 6 Portionen aufteilen.
- 2.** Den Backofen auf 200° (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen und 2 Kreise daraufzeichnen (ca. 20 cm Ø). Darauf je 1/6 des Teiges zu einem gleichmäßig flachen Boden verstreichen und im Ofen (Mitte) 8–10 Min. goldbraun backen. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Das Blech erneut mit Backpapier belegen und auf die gleiche Weise weitere 4 Böden backen.
- 3.** Für die Buttercreme Milch mit Sahne, Eigelben, Speisestärke und Vanillemark glatt rühren und unter Rühren zum Kochen bringen. Weiterrühren, bis ein dicker Pudding entsteht. In einer Schüssel mit Folie abgedeckt abkühlen lassen.
- 4.** Die weiche Butter ca. 5 Min. cremig weiß aufschlagen. Den abgekühlten Pudding nach und nach unterrühren, dann portionsweise das Kirschwasser zugeben. Die Buttercreme gleichmäßig dünn auf die Baiserböden streichen und diese zu einer Torte zusammensetzen. Ca. 1 Std. kalt stellen.
- 5.** Für den Guss den Puderzucker mit 3–4 EL heißem Wasser glatt rühren. 2–3 EL abnehmen, mit Kakao glatt rühren und in eine kleine Papierspritztüte füllen. Den weißen Guss zügig auf der Torte verstreichen, mit dem dunklen Guss eine Spirale aufspritzen und sofort mit einem Stäbchen Streifen von innen nach außen und von außen nach innen ziehen. Den Tortenrand mit dem restlichen Guss einstreichen und die gerösteten Mandelblättchen andrücken.

Das Produkt ist der Star!

Vom einfachen steirischen Bauernbub zum gefeierten Sterne- und beliebten Fernsehkoch mit eigenem Restaurant und Kochschule: Johann Lafer hat als Koch alles erreicht – und ist sich dabei stets treu geblieben. Schon als Kind liebte er die einfache, ehrliche Küche. Heute interpretiert er sie auf moderne Art, würzt beste Qualität mit besonderer Kreativität und verleiht den Gerichten damit seine ganz persönliche Note.

Für Johann Lafer gab es nie eine andere Botschaft als puren Genuss und deshalb wird er nicht müde, möglichst viele Menschen für gutes Essen begeistern: nachhaltige Produkte, perfekt verarbeitet mit dem gewissen Etwas.

Kommen Sie mit auf eine spannende Reise durch das kulinarische Leben des Johann Lafer und entdecken Sie dabei das Geheimnis seiner Küche!



WG 455 Themenkochbücher
ISBN 978-3-8338-8282-1

