



Am herd MIT JOHANNA SETZER

Die Fernsehmoderatorin begleitet ihre Zuseher in „Café Puls“ auf PULS 4 durch den Morgen, und das schon seit zwölf Jahren. Ihre freie Zeit tagsüber nutzt sie gerne zum Kochen, dementsprechend professionell ist sie am Werk. Und für eine Fleischhauerstochter ist sie beim Verzehr von Tieren ganz schön heikel.

Johanna Setzer empfängt uns in ihrem hübschen, frisch renovierten Winzerhaus in Wien Währing mit einem Glas warmen Ingwer-Zitronenwasser – genau das Richtige für den kalten Wintertag. Eigentlich wollte die Fleischhauerstochter aus Hernals ja Tafelspitz für uns kochen, aber weil der unseren Zeitrahmen sprengen würde, hat sie zwei Alternativen vorbereitet. „Fischpasta oder Muffins mit Mandelmehl, was wollt ihr lieber?“ „Beides“, entscheiden wir spontan, weil beides spannend klingt und die Zutaten so appetitlich hergerichtet sind. Die Küche der Moderatorin ist überaus großzügig gestaltet und würde jedem Kochstudio Ehre machen. Setzer liebt es, Gäste zu bewirten.

„Schade, dass du so gut kochst, uns lädt ja niemand mehr ein“, hätte ihr Lebensgefährte unlängst festgestellt. Tja, das Problem kenne ich.

Flott schält Setzer Zwiebel und Knoblauch, dann holt sie eine Maschine aus dem Kastl, mit der sie beides zusammen im Blitztempo zerkleinert: „Das ist meine beste Freundin.“ Währenddessen schmelzen die Sardellenfilets schon in der Pfanne. Das Rezept stammt aus einem ihrer Lieblingslokale in Istrien, wo sie viele Jahre lang Urlaub gemacht hat.

Neben ihrer Rolle beim Frühstückfernsehen auf PULS 4 ist Setzer ab Montag auch in der neuen Show „Guess my age – wie alt bin ich“ zu sehen. Die Show läuft in vielen Ländern

mit großem Erfolg, es geht darum, das Alter von fremden Menschen zu schätzen. Ob das nicht peinlich ist? „Nein, wir tun's ja alle, und zwar ständig.“ Stimmt eigentlich. Vorerst werden sechs Folgen ausgestrahlt, immer montags, 21.05 Uhr.

Nacheinander wandern die Zutaten in die geräumige Pfanne. „Statt der frischen Paradeiser könnte man jetzt im Winter auch eingelegte verwenden“, empfiehlt die Hobbyköchin. „Aber ohne Öl!“ Zum Schluss noch ein Schluckerl Grüner Veltliner vom Jamek in der Wachau: „Der wird's mir hoffentlich verzeihen.“ Sanft köchelt die Sauce dahin, Setzer schlägt die Eier für die Muffins auf. Kochen und reden zugleich – die Moderatorin schafft das locker.

ISTRISCHE fisch-pasta

1 kleines Glas Sardellenfilets in Öl
1 große rote Zwiebel
3-4 Knoblauchzehen
1 Glas schwarze Oliven ohne Stein, in Lake
1 roter Paprika
2 Dosen Thunfisch (eine davon in Öl, eine natur)
1 getrocknete Chilischote
8-10 Kirschparadeiser
Salz, Pfeffer
Weißwein
1 Becher Crème fraîche
2-3 EL gehackte Petersilie
500 g
Bandnudeln

Sardellenfilets samt Öl in einer breiten Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken, dazugeben und sanft anrösten. Oliven abtropfen lassen, dazugeben. Paprika grob würfeln, dazugeben. Thunfisch abtropfen lassen, unterrühren. Chili nach Belieben hineinschneiden. Paradeiser vierteln, dazugeben. Einen Schluck Wein unterrühren, langsam ca. 15 Minuten köcheln lassen. Inzwischen die Nudeln kochen. Einen Schöpfer vom Nudel-Kochwasser, Crème fraîche und Petersilie unter die Sauce rühren, die abgetropften Nudeln unterheben.



Bei der Pasta dürfen wir wieder wählen, wir entscheiden uns für Bandnudeln. Setzer verwendet gleich die ganze 500-Gramm-Packung: „Bei uns wird das sicher aufgegessen.“ Nudeln abseihen, ein Schöpfer vom Kochwasser landet in der Fischsauce – so, wie es Jamie Oliver uns alle gelehrt hat. Während wir am großen, massiven Holztisch die köstliche Pasta genießen und dabei ein wenig vom Meer träumen, backen im Ofen schon die Muffins. „Alles ganz easy, und es macht was her.“ Wenn Sie, liebe Leser, jetzt neugierig auf das Rezept der glutenfreien Sweets geworden sind – wer weiß, vielleicht verrät Johanna es ja einmal beim Frühstück.



FOTOS: FRANZ GRUBER

5 fragen

Was würden Sie nie essen? Innereien, Lamm, Wild. Und ich bin keine Freundin von Schweinefleisch.

Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit? Mutters „Birne Helene“.

Ihr größtes kulinarisches Missgeschick?

In meiner Herzensheimat, der Südsteiermark, hab ich Rosmarinkartoffeln gemacht – die lieben immer alle. Beim Servieren ist mir die volle Glasschüssel runtergefallen – tausend Scherben, nichts zu essen.

Welche Küche der Welt ist Ihnen am liebsten? Die thailändische.

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?

Eine selbst gemachte Charlotte mit Topfcreme und Früchten.

*Liegt es an der Freude
am Schenken oder an
der ganz persönlichen Schmitte?*



Hol' dir jetzt deine Manner 8er-Packung mit personalisierter Schleife auf
www.meineschnitte.at

Manner mag man eben.