

# HEIMAT *am Herd*

## MIT HOA LE AUS VIETNAM

**Glut im Blut.** „Hausgemacht“ hat eine besondere Anziehungskraft. Das klingt nach Mutters Küche, nach strenger Auswahl der Zutaten, nach liebevollem Aneinanderfügen ganz bestimmter Handgriffe, bis das Ergebnis die Familiengesichter mit einem zufriedenen Ausdruck erhellt. Der langen Rede kurzer Sinn: All das steckt in einem Becher der neuen Ja! Natürlich Grillsaucen – schmeckt wie selbstgemacht. Wie in der Küche wird cremiges Joghurt, reichhaltiger Sauerrahm und frischer Topfen mit fein gehackter Petersilie, Schnittlauch, Oregano und Basilikum oder Knoblauch gerührt, alles bio und alles frei von künstlichen und natürlichen Aroma-, Farb- und Konservierungsstoffen. Die Bio-Grillsaucen findet man jetzt fix fertig im Kühlregal bei BILLA und MERKUR.



**A**m Tag vor ihrem 36. Geburtstag besuchen wir Hoa Le in ihrer Wohnung in Wien Donaustadt. Ein riesiger Gebäudekomplex mit weitläufigem Innenhof, vielen Stiegen und acht Stöcken. Im Aufzug fährt eine indische Familie mit uns. Schon durch die Eingangstür der Familie Le hören wir die Stimme des vierjährigen Benni. Er spricht drei Sprachen: Deutsch, Englisch, Vietnamesisch. Sein Vater lebt schon lange in Wien, seine Mutter kam vor sechs Jahren nach. Liebevoll hat die gebürtige Nordvietnamesin die Zutaten für das südvietnamesische Rezept vorbereitet: „Im Norden isst man milder, im Süden süßer und schärfer.“ Hoa arbeitet derzeit in einem bilingualen Kindergarten, wo sie Englisch mit den Kids

spricht. Schon bei der Vorbereitung des Essens zeigen sich kulturelle Unterschiede zwischen asiatischer und europäischer Kochkunst: Hoa hält den Knoblauch beim Schälen komplett anders, als ich es jemals gesehen habe. Aus einem 2 kg Sack mit asiatischen Schriftzeichen holt sie Sojasprossen. Importware? Nein, heimisches Gemüse, offensichtlich speziell für Asiaten abgepackt. „Ich mag auch österreichisches Essen, aber ich kann es nicht kochen.“ Woran sie sich nur sehr langsam gewöhnen konnte, ist das viele Salz in unserem Essen. „Erst nach sechs Jahren kann ich damit umgehen.“ Mit ihrem Keramikmesser schneidet Hoa das Fleisch in sehr dünne Scheiben. Am Rand des Bambusholz-Bretts entdeckte ich blassblaue Kugelschreiber-Notizen.

„Das macht man bei uns so: Eine Seite für rohes Fleisch, die andere für Salat und gekochtes Essen.“ Österreicher essen mehr als Vietnamesen, glaubt Hoa. „Und wenn Leute bei uns dick sind, sind sie nicht so dick wie hier.“ Benni steckt eine Handvoll Nudeln in den Mund. Er mag Mamas Küche. Aber Schnitzel und Pizza mag er inzwischen auch. Appetitlich türmt Hoa die bunten Zutaten in Schalen und schöpft Marinade drüber. „Im Winter kocht man die Sauce auf und isst das Gericht warm.“ In Vietnam wird um sechs Uhr abends gegessen, dazu versammelt sich die ganze Familie um den Tisch: „Das ist ganz wichtig.“ Zum erfrischenden Sommeressen bekommen wir Bier serviert. Das ist auch ganz wichtig. „Cam on“ – Danke! Und: Happy Birthday!



### SÜDVJETNAMESISCHER NUDELSALAT MIT RINDFLEISCH **Bun Bo Nam Bo**

- 1 Bund asiatisches Basilikum
- 1 Bund Koriander
- 1 Bund Pfefferminze
- 500 g Rindfleisch (Rindsschnitzel)
- 1 Tasse Sesam
- 1 Tasse Erdnüsse (gesalzen)
- 3 Handvoll Sojasprossen
- geröstete Zwiebeln (Fried Red Onions aus dem Asialaden)
- 1/2 l Wasser
- 7 EL Fischeisessig, Zucker
- 4 EL Tafelessig, Öl, Salz
- 1 EL Suppenwürze (Rind)
- 5 Zehen Knoblauch
- 1 frische Chili
- 2 Stiele Zitronengras
- 2 cm Ingwer
- 1 Gurke
- 500 g Reismudeln



**F**leisch in dünne Scheiben schneiden. Zitronengras, Ingwer und 1 Knoblauchzehe schälen, fein hacken. Fleisch mit den gehackten Gewürzen und 1 EL Suppenpulver mischen, ziehen lassen. Kräuter abzupfen. Nüsse und Sesam zusammen hell anrösten, dann ganz kurz in einem Mixer zerkleinern. Sprossen waschen, abtropfen lassen. Gurke in Stifte schneiden. Nudeln weich kochen, kalt abschrecken. ½ l Wasser mit 7 EL Fischeisessig, 6 EL Zucker, 4 EL Essig, 3 gehackte Knoblauchzehen und 1 gehackten Chili verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Wok erhitzen, etwas Öl hinein, 1 EL gehackten Knoblauch darin anbraten. Rindfleisch dazu, rundherum kurz braten. Je eine Portion Nudeln in eine Schale geben, darauf Sprossen, Kräuter, Fleisch, Gurke. Mit 2-3 Schöpfchern Marinade übergießen, mit Nüssen und Zwiebeln bestreuen.

## 5 fragen

- Ihr Lokaltipp für vietnamesische Küche in Wien?**  
Le Viet, Stubenbastei 12, Wien 1 (nordvietnamesisches Essen); Vietthao, Friedrichstraße 2, Wien 1 (südvietnamesisches Essen)
- Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?**  
Rip Rice Soup – eine stärkende Suppe aus Schweinsrippeln und Reis.
- Wo kaufen Sie Lebensmittel aus Ihrer Heimat ein?**  
Mekong Asia Food, Althanstraße 29-31, Wien 9 und Yip Hint, Wien 16, Neulerchenfelder Straße 32
- Gibt es Lebensmittel, die Sie hier vermissen?**  
Man bekommt fast alles hier. Aber ja, eine bestimmte Art von getrockneten Pilzen.
- Welche Speise vermag es Sie zu trösten?**  
Pho – Nudelsuppe.

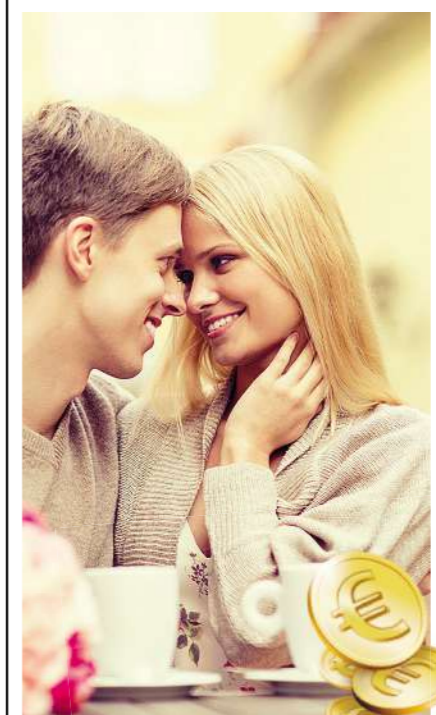
**BIO TIPP**  
Mischt man in die Bio-Grillsauce „Knoblauch“ geriebene Bio-Minigurken, bekommt man im Handumdrehen ein erfrischendes Tsatsiki. Weiterer Twist: mit etwas frischem Bio-Zitronensaft und fein gehackter, frischer roter Bio-Chilisohote. Die Kräutersauce zeigt sich ebenso vielseitig – mit fein gehacktem, hart gekochtem Bio-Ei oder Currypulver.

Weitere Infos unter <http://blog.janaturlich.at>

Lesen Sie nächste Woche: Bio-Junggrind



WERBUNG



## Besondere Momente

Im Mai dreht sich alles um die Liebe. Erinnern Sie sich an schöne Zeiten.

Haben Sie Ihre große Liebe bei einem Kaffee kennengelernt? Schöne Momente sind oft mit Genuss verbunden.

**Mitmachen und gewinnen.** Verbinden Sie einen wichtigen Moment in Ihrem Leben mit einer Tasse Kaffee? Erzählen Sie uns davon! Senden Sie Ihre Geschichte bis 3. Juni an [genuss@kurier.at](mailto:genuss@kurier.at) und gewinnen Sie ein romantisches Dinner in Wien für 2 Personen (eigene Anreise) sowie einen von drei Jahresvorräten\* an Jacobs Caffè Crema für Ihren Vollautomaten.

**Jetzt mit Jacobs Caffè Crema 5€ Genussprämie zurückholen!**

Code & Daten online eingeben und einmalig 5€ aufs Konto erstattet bekommen!

Infos unter [www.jacobs.at/genusspraemie](http://www.jacobs.at/genusspraemie)  
Teilnahmeschluss: 30.09.2015



\* Es geht um einen Jahresvorrat im Umfang von 8 x 1 kg-Jacobs Caffè Crema Packungen