

AM HERD

MIT SYLVIA SARINGER

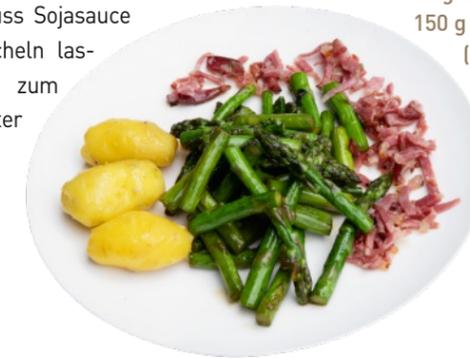
Die burgenländische Fernseh-Moderatorin absolvierte einst eine Kochmatura, orientiert sich an ayurvedischen Ernährungsprinzipien, kocht gern Deftiges und knickt Spargel, bevor sie ihn gart.

Sylvia Saringer lebt im Burgenland, von dort bringt sie ganz frisch gestochenen Spargel mit zu mir auf den Schafberg. Die Beilagen dazu wählen wir dann spontan aus meinem Fundus: Weinviertler Osso Collo von der Fleischerei Hiess und alte Bio-Erdäpfel, weil weit gereiste Heurige kommen mir nicht in die Küche. Saringer pendelt zwischen ihrem Arbeitsplatz beim Fernsehsender ATV in Wien und ihrem Zuhause in Neusiedl am See: „Das ist kein Problem. 35 Minuten. Zeit zum Runterkommen.“ Daheim wartet dann wieder ihre sechsjährige Tochter auf sie. Begeistert sieht sich die Moderatorin in meiner Küche um: „Jö, ein Gasher! Vom Ayurvedischen her soll Essen über dem Element Feuer hergestellt werden, dann hat es die beste Energie.“ Beherzt beginnt sie, die schönen, frischen, knackigen Spargel abzubrechen: „Das ist der Bieg- bzw. Knicktest. Ab da, wo sie brechen, sind sie gut.“ Vor dem Schinkenschneiden ziehe ich das Messer durch mein kleines, mobiles Schleifgerät, Saringer notiert sich gleich die Marke des praktischen Küchenhelfers: „Ich will auch endlich scharfe Messer daheim.“ Nach Knödelakademie samt Kochmatura studierte die Breitenbrunnerin Publizistik und Politikwissenschaft, danach begann sie ihre journalistische Karriere als Reporterin und Moderatorin bei

GEBRATENER spargel

Erdäpfel kochen und schälen. Schinken in feine Streifen schneiden. Spargel putzen: dafür die unteren Enden an der Stelle abbrechen, wo sie sich gut brechen lassen. Reste ev. für eine Suppe aufheben. Spargel in ca. 7-8 cm lange Stücke schneiden. Zwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel darin glasig anschwitzen. Spargel dazugeben, salzen, anbraten. Zucker drüberstreuen, Spargel damit karamellisieren. Mit einem kleinen Schuss Sojasauce würzen, noch kurz köcheln lassen. Schinkenstreifen zum Wärmen in heißer Butter schwenken.

1 kg frisch gestochener grüner Spargel
2 Jungzwiebeln
1-2 EL Sesamöl
Salz
1 EL Rohrzucker
Sojasauce
500 g Erdäpfel
150 g Osso Collo (oder anderen Schinken)
Butter



5 fragen

Was würden Sie nie essen?

Langusten, Krebse – all das Schalengetier aus dem Meer.

Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?

Der fertig geriebene Parmesan, den man früher auf den Spaghetti Bolognese serviert bekam. Grauslich!

Ihr Lieblingslokal?

Der Türkenkeller in Purbach am Neusiedlersee.

Ihr größtes kulinarisches Missgeschick?

Lange her. Hatte meine Eltern eingeladen. Alles war vorbereitet, die Nudeln hab ich zum Warmhalten im Wasser gelassen. Total zerkoht!

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?

Mamas Paradeissauce mit Semmelknödeln.

diversen Privatrado-Sendern in London, Deutschland und Wien. Seit 2005 ist sie Redakteurin und Moderatorin der täglichen Nachrichtensendung ATV Aktuell, seit 2008 leitet und moderiert sie regelmäßig (Wahl-)Diskussions-Sendungen. Nebenbei absolvierte sie auch eine Psychologie-, bzw. NLP-Ausbildung. Dabei wollte sie ursprünglich eigentlich lieber schreiben: „Ich wollte immer bei einer Zeitung arbeiten.“ Die Erdäpfel sind schon fertig gekocht, als der Spargel in die Wok-Pfanne wandert: „Der Zauber ist gleich vorbei.“ Das flotte Rezept stammt von Saringers Partner, ORF-Meteorologe Marcus Wadsak. Ein Wettermann im Haus – praktisch, oder? „Ich bin am Land aufgewachsen. Wenn ich wissen will, wie das Wetter is’, schau ich beim Fenster raus“, meint die Journalistin dazu pragmatisch. Mit „Ich muss aufpassen, ich salze manchmal zu viel“ träufelt Saringer ein wenig Sojasauce über den bissfesten Spargel. Noch kurz köcheln lassen, fertig. Anrichten. Zum Essen setzen wir uns in die Mittagssonne. Passt perfekt, denn: „Das Verdauungsfeuer ist am stärksten, wenn der Sonnenstand am höchsten ist.“ Der Spargel ist knackig und pikant, der würzige Schinken und die milden, speckigen Erdäpfel passen ideal dazu. Sehr fein. Frühlinghaft und deftig zugleich.