

**Erdbebung.** Es hat schon etwas ziemlich befriedigendes an sich, in ein selbstgezogenes Radieschen zu beißen. Oder den Schnittlauch für das Butterbrot am Fensterbankerl zu ernten. Die Nationalflagge von Balkonien ist grün und man braucht nicht wirklich einen ebensolchen Daumen, um Mutter (Balkon-)Erde Früchte tragen zu lassen. Vor allem mit der Qualität der Bio-Samenvielfalt, die Ja! Natürlich uns alle Jahre wieder bietet: von der Schwammgurke, die hoch hinaus will (2 Meter) über buntstieligen Mangold und Superfood Grünkohl bis zur dekorativen Lampionblume und den roten Sonnenhut. Das einzige, was man investieren muss, ist ein bisschen Zeit. Das Ergebnis stellt den Aufwand in den Schatten – köstlich, hübsch, hausgemacht, bio. Das Saatgut stammt ausnahmslos aus biologischer Landwirtschaft, und hat in seinem Stammbaum nur Pflanzen aufzuweisen, die ohne chemisch-synthetische Spritz- und Düngemittel und ohne Gentechnik groß geworden sind. Nur wenn wir diese Vielfalt nutzen, können wir sie erhalten. In diesem Sinne: Es ist Beet-Zeit!



**BIO TIPP** Jetzt ist die richtige Zeit, um Bio-Stecklinge zu ziehen. Dafür braucht man nur einen Topf, passende Bio-Erde, Bio-Samen, Wasser und etwas Geduld. Für den Balkon eignen sich vor allem Pflanzen, die nicht viel Platz brauchen (z. B. Tomaten, Chili, Paprika und Kräuter).

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

Lesen Sie nächste Woche: Bio-Kornspitzbaguette



[www.janaturlich.at](http://www.janaturlich.at)



Mit einem ganzen Wäschekorb voller Dinge kommt Pia Baresch bei meiner Tür herein. „In Kolumbien isst man deftig.“ Kohlenhydrate ohne Ende. „Ajíaco“, die Hühnersuppe, die sie für uns kocht und die in Wahrheit eine festliche Hauptspeise ist, findet man in der Gegend rund um die Hauptstadt Bogota auf jeder Speisekarte. Gleich drei Erdäpfelsorten würde man für das Originalrezept benötigen: *papa pastusa*, *papa sabanera* und *papa criolla*. Der Einfachheit halber verwendet Baresch heimische Sorten – zwei Drittel mehlig für die Bindung, ein Drittel speckige für den Biss. Bogota liegt auf etwa 2000 Meter Seehöhe. „Fährt man von dort hinauf in die Berge, wird es alpenmäßig, unten am Meer hingegen ist's karibisch. Dort isst man Fisch und Meeresfrüchte und Kokosreis.“ Ihre ersten Lebensjahre verbrachte Baresch in Kolumbien, zur Schule ging sie dann aber in der Steiermark. Es folgte eine Ausbildung an der Musikhochschule in Wien im Fach Musical und ein Schauspielstudium am Konservatorium der Stadt Wien. Theater, Kabarett, Film, Fernsehen. Ab Juni wird sie als strenge Krankenschwester im Stück „Ewig Jung“ beim Kultursommer Laxenburg zu sehen sein.

FOTOS: FRANZ GRUBER

Die mehligten Erdäpfel beginnen, sich in der kochenden Hühnersuppe aufzulösen, da kommt die spezielle Würze dazu: *Guasca*-Blätter. Die hat die Schauspielerin getrocknet aus Kolumbien mitgebracht. Was das ist? Wir schauen bei Wikipedia nach: „Das kleinblütige Knopfkraut oder Franzosenkraut ist ein typisches Unkraut. Ursprünglich stammt die Pflanze aus Südamerika, eigentlich Kolumbien.“ Ok. Bei uns Unkraut, dort unverzichtbares Gewürz. Das, so nehme ich mir vor, gilt es zu erforschen. In kleinen Schüsselchen richtet Baresch die vielen Zutaten an, die sich bei Tisch jeder selbst in seine Suppe geben soll. Fertig. Die Suppe ist cremig, jeder Bissen schmeckt anders, je nachdem, ob scharfe Salsa, säuerliche Kapern oder Korianderblättchen am Löffel landen. Eine feine Sache!



# AM HERD

## MIT PIA BARESCH

Als Tochter eines kolumbianischen Vaters und einer österreichischen Mutter ist die schwarzlockige, blauäugige Schauspielerin auch kulinarisch in beiden Welten zu Hause.



### KOLUMBIANISCHES Huhn

Ca. 2-3 l Wasser zusammen mit der geschälten, halbierten Zwiebel, der grob zerkleinerten Stangensellerie und den Hühnerstücken aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 40 Minuten köcheln lassen, Schaum zwischendurch abschöpfen. Sobald die Hühnerstücke gar sind, die Suppe abseihen.

Maiskolben schälen und jeweils in 3 Stücke schneiden. Erdäpfel schälen, in 1-2 cm große Würfel schneiden. Beides in die heiße Suppe geben und köcheln lassen, bis die mehligten Erdäpfel ganz weich sind und zerfallen (ca. 30 Minuten) und die Suppe dick gebunden ist. Dabei nach ca. 10 Minuten die *Guasca*-Blätter dazugeben und mitkochen.

Inzwischen das Hühnerfleisch von den Knochen lösen und zerpflücken, den Reis kochen, die Avocados aufschneiden. Für die Salsa Paradeiser schälen, entkernen, klein würfeln, Zwiebeln in feine Ringe schneiden, Chili fein hacken, Koriander fein schneiden, alles zusammen mit etwas Salz und einem Schuss Essig verrühren.

Die dickflüssige Suppe mit je einem Stück vom Maiskolben in tiefen Tellern anrichten. Hühnerfleisch, Reis, Salsa, abgetropfte Kapern, glatt gerührten Sauerrahm, gehackten Koriander und aufgeschnittene Avocados zum Selbernehmen auf den Tisch stellen.

- 1,5 kg Hühnerstücke ohne Haut
- 1 große Zwiebel
- ½ Stangensellerie (5-6 Stiele)
- Salz, Pfeffer
- Guasca*-Blätter (Knopfkraut, siehe Text)
- ½ kg festkochende Erdäpfel
- 1 kg mehligte Erdäpfel
- 2-3 frische Maiskolben
- 1 Tasse Kapern
- 1 Tasse Sauerrahm oder Crème fraîche
- 2-3 Avocados
- 1 Bund frischer Koriander
- Reis

**Für die scharfe Salsa:**  
2 mittelgroße Paradeiser  
2 Jungzwiebeln  
1 Bund frischer Koriander  
1 frische Chili  
Salz, ein Schuss Weinessig

### 5 fragen

**Was würden Sie nie essen?** Eigentlich nichts. Aber lebende Würmer, Muscheln oder Schnecken muss ich nicht haben.

**Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?** Frische Mangos.

**Ihr Lieblingslokal?** Das „Wiener“ in der Hermannsgasse, Wien 7, da bekommt man nach der Vorstellung auch noch was. Und die „Meierei im Stadtpark“, Wien 3, zum Brunch.

**Ihr größtes kulinarisches Missgeschick?** Meine Kürbiscremesuppe. Habe sie mit Kernöl verfeinert und danach nochmals erhitzt. Das Ergebnis: sauer, bitter und grauslich.

**Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?** Tafelspitz mit Cremespinat und Röstkartoffeln.