AM HERD
mit Corinna Milborn

Die TV-Moderatorin lernte seinerzeit mit Omas Kelomat kochen, liebt seit einem Aufenthalt in Guatemala Bohnen und zieht Paradeiser und Chilis daheim am Balkon.

Eigentlich sollte unser Termin bei Corinna Milborn daheim im 22. Bezirk stattfinden. SMS am Tag davor: Leider ist meine Kleine krank, können wir bei Ihnen kochen? Wir disponieren um. Mit kränkelnder Dreijähriger im Arm lässt sich's schwer plaudern. Aber was kochen? Bohnen dauern zu lang. „Oder haben Sie einen Druckkochtopf?" Ja! Alles klar. Bohnen lernte Milborn in Guatemala schätzen, wo sie nach ihrem Studium als Menschenrechtsbeobachterin arbeitete. Ein Jahr lang wohnte sie dort in einem kleinen Dorf ohne Strom, fließendes Wasser gab's nur im Bach. „Super zu sehen, wie man auch ganz anders leben kann." Milborn befüllt den Topf mit Rindfleisch, Wurzelwerk und kleinen, schwarzen Bohnen, fügt Wasser und Salz hinzu. „I find, des is die Art, wie Hülsenfrüchte am besten schmecken." Deckel drauf. Zum 18. Geburtstag bekam die gebürtige Innsbruckerin von der Oma einen Kelomat geschenkt: „Damit'st was G'scheit's isst, hat sie damals gesagt". Stolz würfelt die Moderatorin – übrigens morgen, 24. 9. um 20.15 Uhr, in der Elefantenrunde auf PULS 4 zu sehen – Paradeiser und schneidet Chilis in Ringe: „Hab ich selbst gezogen!" Neugierig öffnet sie den Druckkochtopf, nicht ohne davor mit Respektabstand Dampf abzulassen. Fertig? Fertig! Im Toaster wärmt Milborn die mitgebrachten Tortillas: „Aus Mais. Die sind besser als alle andern." Bei Tisch füllt sich jeder seine Teigflade mit Fleisch und Saucen und löffelt Bohnen dazu. Eine Patzerei, eine sehr g'schmackige. Und dank Druckkochtopf flott gekocht. Ich glaub, ich kauf mir auch wieder so was.

TORTILLAS **mit Huhn und Bohnen**

Ca. 200 g Rindfleisch
2 Markknochenstücke
1 Bund Wurzelwerk
1 Tasse kleine, schwarze Bohnen
2-3 große Paradeiser
1-2 kleine Chilis
1 Bund Koriander
1 Becher Sauerrahm
1 Avocado
2 Limetten
1 Hühnerbrust (ohne Haut und Knochen)
Grill- und Steak-Gewürzmischung
2 Paprika
Pflanzenöl, Salz
Mais Tortillas (z. B. von Prosi-Markt oder Casa Mexico)

Wurzelwerk putzen. Rindfleisch und Knochen in den Topf legen und anbraten, Wurzelgemüse und Bohnen dazugeben. Mit einem Liter Wasser aufgießen, eine Prise Salz dazu, zugedeckt ca. zwei Stunden köcheln lassen (35 Minuten im Druckkochtopf). Hühnerfleisch in dünne Scheiben schneiden, mit Grillgewürz und Salz vermischen, ziehen lassen. Paprika in Streifen schneiden. Saucen herstellen: 1. Avocado halbieren, entkernen, mit einer Gabel zerquetschen, mit Limettensaft und Salz würzen. 2. etwas Koriander hacken, mit fein geschnittenen Chili-Ringen, wenig Wasser und Salz verrühren. 3. Sauerrahm glatt rühren. Die Saucen in kleinen Schüsseln anrichten. Paradeiser in Würfel schneiden. Hühnerfleisch zusammen mit den Paprikastreifen in etwas Öl rundherum braten, mit Limettenachteln auf einem Teller anrichten. Maistortillas erhitzen (Toaster, Backrohr oder Pfanne). Hühnerfleisch, Saucen und Tortillas zum Selbernehmen auf den Tisch stellen. Pro Person einen tiefen Teller Bohnen samt etwas Suppe aus dem Topf schöpfen, darauf Sauerrahm, Paradeiswürfeln und Korianderblättchen verteilen. Tortillas mit Hühnerfleisch und Saucen füllen, zusammen mit den Bohnen essen.

5 fragen

Was würden Sie nie essen? Käse aus der Tube und die allermeisten Fertiggerichte.

Gibt es einen prägenden Geschmack aus Ihrer Kindheit?
Die Gravensteiner Äpfel aus unserem Garten.

Ihr Lieblingslokal?
Das Restaurant „Tempel", Wien 2, und das „Stomach", Wien 9.

Ihr größtes kulinarisches Missgeschick?
Ich backe dauernd Brot, und ungefähr die Hälfte davon kann man wohl als kulinarisches Missgeschick bezeichnen.

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?
Selbstgemachte Rindssuppe.

FOTOS: JÜRG CHRISTANDL

Heumilch
AMA GÜTESIEGEL
EINFACH URGUT.
Heumilch ist eine „garantiert traditionelle Spezialität".
Denn traditionell bekommen Heumilchkühe urgute Gräser und Kräuter.
Besuchen Sie die Ausgezeichneten auf www.heumilch.at
GARANTIERT TRADITIONELLE SPEZIALITÄT
MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION
LE 14-20