

AM HERD MIT WOLFGANG KINDL



Der Rodel-Doppelweltmeister kann gar nicht so viel essen, dass er schwer genug für den Eiskanal ist. Für uns bereitet er jene Menge seines bewährten Risottos zu, die er normalerweise mit seiner Freundin zu zweit verdrückt – sie reicht locker für fünf ...

Bei einem seiner raren Besuche in Wien kehrt Wolfgang Kindl in meiner Küche ein. Der Tiroler Rennrodler ist nur 166 cm groß, zu Beginn seiner Karriere gaben ihm seine Trainer deswegen wenig Chancen: „I bin der Kleinste in dem ganzen Zirkus. Auch wenn ich ganz oben auf'm Podest steh', sind die anderen noch größer als ich.“ Im Gegensatz zum Skispringen gilt bei Rodeln: je schwerer, desto besser. Statt der erlaubten 90 Kilo Körpergewicht bringt Kindl nur 80 auf die Waage und führt im Eiskanal daher zehn Kilogramm Zusatzgewicht mit. Ans Zwiebel schneiden. Kindl scheint darin durchaus geübt zu sein: „Irgendwie muss man sich ja versorgen.“ Den Reis löscht er mit einem ordentlichen Schluck Wein ab. „Das ist keine Verschwendung. Das gibt ihm die richtige Note.“ Seinen hohen Eiweißbedarf deckt der Spitzensportler am liebsten

mit Fleisch. „Pute – da hat man das meiste Eiweiß mit dem wenigsten Fett. Fett darf schon sein, aber man schaut, dass man es in Grenzen hält.“ Wo denn die Grenzen zwischen erlaubter Zusatzernährung und verbotenen Substanzen liegen? „Schwer zu sagen.“ Kindl arbeitet bei dem heiklen Thema mit einem Apotheker zusammen. „Jeder ist für sich selber verantwortlich. Man muss sich auf Leute verlassen können.“ Anfang Februar wird Kindl Österreich bei den Olympischen Winterspielen in Südkorea vertreten. Vor dem Essen im Olympischen Dorf fürchtet er sich: „Begleitskoch kommt keiner mit und die asiatischen Köche bemühen sich, europäisch zu kochen. Da gibt's dann hauptsächlich Frittiertes und so. Graulich.“ Bis März wird er unterwegs sein. Von Land zu Land, von Rodelbahn zu Rodelbahn. Er schwärmt von den Steaks in Kanada. Wo er denn am liebsten



heidi.strobl@kurier.at **delikat**ESSEN

KRAFT **risotto**

Wasser erhitzen, Suppenwürfel darin auflösen. Zwiebel schälen und in Butter anschwitzen. Reis dazugeben, mit einem ordentlichen Schuss Wein aufgießen. Nach und nach die heiße Suppe unterrühren. Inzwischen das Fleisch in Streifen schneiden, salzen, in Öl anbraten. Zucchini in kleine Stücke schneiden. Das gebratene Fleisch und die rohen Zucchini unter den bissfest gegarten Reis heben. Parmesan reiben, einen Teil davon unterrühren, salzen. Paradeiser achteln und unterheben. Risotto anrichten, Rucola und restlichen Parmesan darüber verteilen.

50 g Butter, 1 Zwiebel
500 g Risottoreis
1,2 l Wasser, 2,5 Suppenwürfel
300 g Putenfleisch, Olivenöl,
200 g Parmesan, 2 kleine Zucchini
Eine Handvoll Kirschparadeiser
1 Packung Rucola
Weißwein



leben würde? „Irgendwo, wo es warm ist.“ Als Erstes fallen dem Wintersportler griechische Inseln ein: „Mit Stränden, wo man seine Ruh hat.“ Inzwischen ist der Reis bissfest gegart, Kindl mischt das gebratene Fleisch und die rohen (!) Zucchini drunter. „Des woache Gemüse, des mog i ned.“ Gekonnt richtet er einen Musterteller fürs Foto an: „Für euch mach ich eine Gourmetportion.“ Sorgfältig setzt er zwei Esslöffel vom Risotto auf einen Teller, darauf ringeln sich locker ein paar Rucolablätter, obenauf frisch geriebener Parmesan. Sehr hübsch! Der Topf kommt auf den Tisch. Jeder – wir sind mit Fotograf zu fünft, Manager und Freundin sind jetzt auch da – schöpft sich eine satte Portion heraus. „Meine Freunde sagen: Du bist der beste Gast, weil mit dir nie Reste bleiben.“ Kindls Plan für die nächsten Jahre? „Nächstes Jahr werd ich 30 – gesund bleiben!“

5 fragen

Was würden Sie nie essen? Sushi.

Gibt es einen prägenden Geschmack Ihrer Kindheit?

Nicht wirklich. Aber es gab nie Risotto, weil mein Papa es nicht mag.

Ihr größtes kulinarisches Missgeschick?

Kartoffelpuffer nach einem Rezept aus dem Internet. Das waren Teigpatzen mit extrem viel Zwiebel drin.

Welche Küche der Welt ist Ihnen am liebsten?

Die italienische.

Bin ein Nudelfreund.

Welche Speise vermag es, Sie zu trösten?

Ein Schnitzerl oder ein richtig gutes Steak.



WURST
IM
RAUCH



**Glockner,
mit Tradition
und Dings***

*Spezialität
nach originalem
Familienrezept

wurstimrauch.at