



DAS GROSSE BUCH DER **SAUCEN**

PRODUKTE | HANDWERK | REZEPTE

TE





- 7 EINLEITUNG
- 12 **Saucenporträts** – die 12 wichtigsten Saucen
- 36 **Saucen der Welt** – Saucen-Geografie

PRODUKTE

- 40 **Unentbehrliche Zutaten der Saucenküche** – von Knochen und Karkassen bis Kräuter und Käse, Gewürze, Fette, Milchprodukte, Süß- und Säuerungsmittel
- 86 **Hochprozentige Saucenfreuden** – Weine und Spirituosen
- 90 **Dickmacher für Saucen** – Bindemittel

HANDWERK

- 98 **Einführung** – Schritt für Schritt zur perfekten Sauce
- 102 **Fonds, Jus und Glaces** – die Basis der guten Saucenküche
- 128 **Saucen-Handwerk** – Technik und Grundrezepte
- 196 **Erste Hilfe** – Rettung für die Sauce

REZEPTE

- 208 **Saucen zu Gemüse** – aromastarke Kreationen mit Frucht- und Gemüsesäften, aniswürzig, asiatisch oder mediterran
- 220 **WORKSHOP »Tomatensaucen«**
- 228 **Saucen zu Fisch & Meeresfrüchten** – exquisit, elegant und geschmacklich nicht zu dominant
- 252 **WORKSHOP »Asiatische Saucen«**
- 264 **Saucen zu Fleisch & Wild** – mal leicht, mal gehaltvoll und dank Röststoffen und Würzzutaten immer hocharomatisch
- 278 **WORKSHOP »BBQ-Saucen«**
- 302 **Saucen zu Pasta, Eiern & Käse** – aromastarke Begleiter, raffiniert kombiniert mit Gemüse- und Fruchtaromen
- 310 **WORKSHOP »Pastasaucen«**
- 322 **Saucen zu Desserts** – erfrischend-fruchtige, sahnig-süße oder karamellig-schokoladige Akzente zu Obst, Eis, Mehlspeisen, Mousses und Soufflés

- 340 SAUCENKLASSIKER
- 342 GLOSSAR
- 344 UNSERE PROFIS
- 348 SACHREGISTER
- 354 REZEPTREGISTER
- 360 IMPRESSUM

Zwiebeln haben zwar alle ein leicht schwefeliges Basisaroma, die Sorten unterscheiden sich geschmacklich aber auch beim Saucenkochen: Während die mittelscharfen Lauchzwiebeln (oben) eher am Ende des Garvorgangs zugegeben werden, stehen Gemüsezwiebeln, weiße Sorten und Schalotten für zartere Aromen; die gelben sind oft schärfer, die roten haben mehr Süße.



Fülle, Süße & Schärfe: die Zwiebelgewächse

Unzählige Saucen-Ansätze beginnen mit dem Dünsten von Zwiebeln, Lauch oder Schalotten – und auch in der internationalen Saucenküche spielen sie zusammen mit dem Knoblauch eine der Hauptrollen.

Zwiebelgewächse lassen sich grob unterteilen in die eher runden, knollenartigen Formen, bei denen die einzelnen Schichten kugelförmig übereinander liegen, und andererseits in die länglichen, lauchartigen mit ihren vertikal gewickelten Schichten, die sich auf dem Acker bei Lichteinfall grün färben und in Schärfe und Aroma im Vergleich zu den weißen Bereichen zulegen. Ackerlauch (Porree) und vor allem die (trotz ihres Namens ganzjährig verfügbaren) Frühlingszwiebeln sind meist milder als runde Zwiebeln. In der Form von geschnittenen Blättern werden letztere heißen Saucen oft erst kurz vor dem Servieren zugegeben. Runde Zwiebelsorten unterscheiden sich nach Farbe und Größe. Die kleinsten sind die in der Saucenwelt eher als Einlage und weniger als verkochte Zutat vorkommenden Perlzwiebeln sowie die vielfach genutzten feineren Schalotten. Am anderen Ende der Skala liegen die apfelgroßen Gemüsezwiebeln, die sich aber eher für den Rohverzehr oder zum Füllen eignen. In der Saucenküche hätten sie den Vorteil, dass man viel Zwiebel mit wenig Schale verarbeiten könnte – aber leider neigt diese Sorte beim Dünsten und Schmoren dazu, blähungsfördernde Stoffe zu entwickeln. Auch geschmacklich besser machen sich die etwas kleineren

gelben, weißen und roten Küchenzwiebeln, deren Schärfe in dieser Reihenfolge abnimmt. Für die Zubereitung von hellen oder gar weißen Saucen eignen sich die roten Zwiebeln nicht.

TRÄNEN LÜGEN NICHT

Bei Lauch, Zwiebeln oder Schalotten dominieren im Rohzustand die scharfen Schwefelaromen, die auch für den Tränenfluss bei der Verarbeitung verantwortlich sind. Beim heißen trockenen Braten entstehen intensive Röstaromen, beim langanhaltenden Kochen entwickeln sich jede Menge süße und Umami-Noten – oft aber erst nach einer Stunde. Das liegt daran, dass diese Gewächse ihre Energie nicht in Form von Stärke speichern, sondern Fructane (Saccharose und Fructose) einlagern. Diese Zuckerstoffe können durch Erhitzen aktiviert werden. Um das abzukürzen, kann man ein wenig Rohrzucker zum Bratansatz geben, dessen Karamellisierung in der fertigen Sauce dann für eine angenehm mürb-süße Basis sorgt. Wenn man sich aber Zeit lässt, entwickeln Zwiebeln ganz von selbst süßliche und Umami-Noten (S. 45) – auch deshalb sind sie in Saucenansätzen so beliebt.

In Kombination mit Fleisch verstärkt sich der Umami-Eindruck. Ebenso, wenn man eine Duxelles aus Pilzen (Tipp: Shiitake) und Kräutern in Butter mitdünstet. Im Zusammenspiel mit Tomaten, Sellerie und Pilzen lassen sich stundenlang bei niedriger Temperatur gebratene Zwiebeln sogar zu einer äußerst geschmacksintensiven Würzpaste verarbeiten, mit der vielerlei Saucen verfeinert werden können. Das Maximum an Süße und Umami lässt sich herausholen, wenn man geachtelte Zwiebeln mit etwas Salz und Puderzucker bestreut im Backofen scharf anröstet und anschließend im Sous-vide-Bad bei 90 °C zwei ganze Tage lang unter Luftabschluss gart. Die daraus gewonnene Creme verleiht jeder Sauce ein deftiges Röstwiebelaroma.

In der Haute Cuisine sind Zwiebeln zwar nicht verpönt, es werden für die meisten Zubereitungen aber die edler und feiner schmeckenden Schalotten verarbeitet. Deren Schwefelnoten sind nicht so stark ausgeprägt – was sich auch beim weitgehend tränenfreien Umgang mit den vergleichsweise aufwendig zu schälenden kleinen, länglichen Zwiebeln zeigt. Die violetten Sorten sind meist etwas stärker im Aroma und werden eher für Saucen zu Fleisch eingesetzt, während die helleren gern für Saucen zu zartem Gemüse, Fisch und Meeresfrüchten verwendet werden. Neben den Schalotten wird in der europäischen Sternegastronomie eigentlich nur eine größere Zwiebelsorte verarbeitet: die im Nordwesten der Bretagne seit dem 17. Jahrhundert angebaute rosa Roscoff. Sie soll im Jahr 1647 von einem bretonischen Mönch aus Lissabon mitgebracht worden sein. Ihren Namen erhielt sie von dem kleinen bretonischen Örtchen Roscoff. Von dort verschifften die französischen Zwiebelhändler das Gemüse seit dem 19. Jahrhundert auf die britischen Inseln und später auch weltweit. Diese Zwiebel besticht durch ihre von keiner anderen Sorte erreichte Balance aus starkem und dennoch angenehmem Aroma beim Rohverzehr und einer geschmacksintensiven edlen Süße nach dem Kochen, Dünsten oder Braten. Saucen, die von natürlicher Süße profitieren, gelingen mit Roscoff mindestens so gut wie mit violetten Schalotten – bei deutlich geringerem Arbeitsaufwand. Solch eine Qualität hat natürlich ihren Preis: Diese Sorte ist deutlich teurer als die meisten anderen Zwiebeln. Um gegen Plagiate vorgehen zu können, haben französische Züchter die Roscoff inzwischen als geschützte Herkunftsbezeichnung AOC eintragen lassen.

WUNDERWAFFE MIT SPÄTFOLGEN: KNOBLAUCH

Eine Sonderstellung bei den Zwiebelgewächsen nimmt der Knoblauch ein. Hier besteht die Knolle aus einzelnen, jeweils von einer Hautschicht umhüllten Zehen. Der hohe Anteil an Senfölen macht Knoblauch hocharomatisch bis hin zu beißender Schärfe und dem Nachhall im Atem bei rohen Knoblauch- und Würzsaucen wie Aioli, Tsatsiki, Mojo de Ajo, Harissa, Tarator, Ajilimojili oder Pesto. Bei Verarbeitung im Rohzustand ohne Erhitzung ist es besser, die Zehen mit einem scharfen Messer fein zu hacken und nicht durch eine Presse

zu drücken. Beim Braten oder Dünsten spielt das keine Rolle, sofern zügig gearbeitet wird. Durch den vergleichsweise hohen Fructose-Gehalt verbrennt Knoblauch beim Braten viel schneller als Zwiebeln und wird bitter – deshalb bei Saucenansätzen immer erst die Zwiebeln braten und dann den Knoblauch zugeben. Allerdings ist dessen Würzkraft so stark, dass es – vor allem bei sahnigen Saucen – oft ausreicht, eine mit dem Messer leicht angedrückte Zehe kurz mitzukochen und sie dann wieder zu entfernen. Noch stärker aromatisieren die Zehen von geräucherten Knollen, bevorzugt, um veganen oder vegetarischen Saucen ein rauchiges Aroma zu geben – im Gegensatz zum fermentierten schwarzen Knoblauch mit seinem süß-säuerlichen, an Balsamico-Essig erinnernden Geschmack und der weichen Konsistenz. Letzterer eignet sich perfekt für Dips, Asia-Marinaden und Pastasaucen – ohne Knoblauch-Fahne. Für den Magen bekömmlicher wird Knoblauch, wenn man die Knolle bei 140 °C drei Stunden backt und nach dem Abkühlen das Innere der Zehen herausdrückt.

Der in Schale oder als Zehen fermentierte schwarze Knoblauch ist mild, die kleinen chinesischen Knollen mittelscharf, der herkömmliche kann beißende Aromen haben.



Geschmackskonzentration durch Reduktion

Viele Saucen gewinnen durch vergleichsweise neutral schmeckende Zutaten Substanz und Fülle. Für den Geschmack sorgen dann oft stark konzentrierte Essenzen.

Mit Reduktionen ist es ähnlich wie mit allen Konzentraten: Pur gekostet zieht es einem den Mund zusammen. Diese adstringierende Wirkung verliert sich natürlich, sobald die Substrate ihrer eigentlichen Bestimmung zugeführt werden. Als wahre Geschmacksbomben bringen sie in allerlei Saucen von Béarnaise bis hin zu Begleitungen für kurzgebratenes Fleisch erst so richtig Aroma und Raffinesse. Das funktioniert am besten in einer kleinen Kasserolle oder Sauteuse, deren Wände

eine hohe Wärmeleitfähigkeit besitzen. Dadurch verdampft die Flüssigkeit schneller und gleichmäßiger, weitere Inhaltsstoffe neigen aber dazu, am Topfrand anzubrennen. Hier ist vor allem im letzten Drittel des Reduziervorgangs Aufmerksamkeit angebracht. Daher am besten mit dem Schneebesen, den man ohnehin zum Rühren braucht, ab und zu auch mal an den Topfwänden entlang schaben. Die 2 bis 3 Esslöffel, die am Ende übrig bleiben, sind konzentrierte Aroma-Booster.

WEISSWEINREDUKTION



1. Weißwein, Schalottenringe, Wermut und den Fond in einer Kasserolle mit Lorbeerblatt, Kräutern, Pfeffer und Zitronenzesten aufkochen.



2. Diese Reduktion verträgt hohe Kochtemperaturen. Flüssigkeit auf 2 bis 3 Esslöffel reduzieren. Das erfordert am Ende hohe Aufmerksamkeit.



3. Die Weißweinreduktion wird durch ein Feinsieb – hier genügt auch ein Teesieb – passiert. Sie eignet sich zum Beispiel als Basis für Hollandaise.

ROTWEINREDUKTION



1. Schalotten in Butter hell anschwitzen. Mit dem Rotwein ablöschen und auf ein Drittel reduzieren. Lorbeerblatt, Kräuter und Gewürze zufügen.



2. Die Kalbsjus angießen und alles offen bei starker Hitze auf 2 bis 3 EL einkochen lassen, dabei in der Schlussphase häufig umrühren.



3. Die Rotweinreduktion durch ein feines Sieb passieren und nach Belieben weiterverwenden. Sie passt als Saucenbasis zu dunklem Fleisch.