

HIER SCHREIBT DER KOCH

Was in keinem Kochbuch steht

Die farbenprächtigsten Auslagen sind selten die besten: Was man auf einem Marktbummel wissen sollte und lernen kann.



Im Sommer ist es ein erfrischendes, fast meditatives Vergnügen, über die Zürcher Märkte zu spazieren und sich von der herrlichen Gemüse- und Früchtevielfalt inspirieren zu lassen. Jeder der vier grossen Märkte hat seinen typischen Charakter. Der Markt auf dem Helvetiaplatz (Dienstag und Freitag) ist geprägt vom ehemaligen Fremdarbeiter- und Proletarierquartier, jener auf dem Bürkliplatz (ebenfalls Dienstag und Freitag) liegt in Nachbarschaft zu Banken, Goldküste und Zürichberg. Die Märkte auf dem Lindenplatz in Altstetten und beim Sternen Oerlikon (Mittwoch und Samstag) liegen beide am boomenden Stadtrand Zürichs und sind ein Kunterbunt verschiedenster Nationalitäten und Kulturen. Der Markt in Oerlikon ist für mich der lebendigste und anregendste von allen.

Am vertrautesten ist mir jedoch der Markt auf dem Bürkliplatz. Unser Restaurant liegt ganz in der Nähe, so dass wir seit vielen Jahren zweimal die Woche unsere Gemüse und Früchte selber aussuchen und mit dem Veloanhänger in die Küche transportieren können.

Bei aller Begeisterung möchte ich doch auch auf die tückischen Seiten eines Marktbummels hinweisen. Um keine Enttäuschungen zu erleben, muss man die Struktur eines Gemüsemarktes lesen und verstehen. Das ist nicht einfach ein Open-Air-Supermarkt mit gleichem Profil und einheitlicher Qualität,

sondern eine Ansammlung verschiedenster Kleinstläden.

Seit dem Mittelalter ist es Sinn und Zweck des Marktes, die Bauern aus der Landschaft mit den Kunden der Stadt zusammenzubringen. Im Prinzip ist das auch heute noch so. Nur haben sich inzwischen Händler dazugesellt, die das Gemüse um 4 Uhr im Engrosmarkt zusammenkaufen und um 6 Uhr auf dem Bürkliplatz anbieten. Dagegen ist an sich nichts einzuwenden, diese Händler verbreitern das Angebot. Nur gibt es an diesen Ständen eben Supermarktqualität. Das Label «Direkt vom Hof», mit dem wir Frische und bäuerliche Qualität verbinden, ist hier ein Etikettenschwindel.

Aber genau diese Stände ziehen mit ihrer farbenprächtigsten Auswahl an exotischen Früchten und südländischem Gemüse die Aufmerksamkeit des unerfahrenen Marktbummlers auf sich. Die wirklich guten Marktstände sehen weniger spektakulär aus. Da werden nur die eigenen Produkte und vielleicht noch die von einem befreundeten Kollegen verkauft. Die Besten haben sogar eine ausgesprochen beschränkte Auswahl: Äpfel, Kräuter, Zwetschgen – dafür die aromatischsten Fellenberger Zwetschgen.

Im Winter wird dieser Unterschied besonders deutlich, wenn am einen Stand nur Sauerkraut, Rotkohl, Rüben und Kartoffeln liegen, während am anderen grüne Zucchetti, gelbe Peperoni und rote Tomaten leuchten.

Beschränkt sich der Marktbummler beim Einkauf auf die Eigenproduzenten, muss er seine Wünsche erheblich einschränken und die Gegebenheiten unseres Klimas akzeptieren. Er kann nicht ein Angebot wie auf einem Markt in Palermo erwarten.

Ein letzter Aspekt des Marktbummels ist mir besonders wichtig: Auf dem Markt kauft man bei Menschen ein und nicht im anonymen Selbstbedienungsladen. Bauersleute sind zwar manchmal von einer etwas schrulligen Schüchternheit, aber sie wissen enorm viel über ihre Produkte. Mit ihnen zu plaudern kostet zwar mehr Zeit, aber das lohnt sich, denn man erfährt vieles über die Qualität von Grundprodukten und die verschiedenen Zubereitungsarten. Wissen, das man in keinem Kochbuch findet.

Peter Brunner
Lorenz Meier (Illustration)

Dominic, Frederico und Giorgina brauchen Ihre Hilfe. Bitte spenden Sie.



Dominic, 16

Frederico, 13

Giorgina, 15

Cerebral gelähmte Kinder sind von vielem ausgeschlossen. Dank Ihrer Spende können sie dabei sein. Auf www.cerebral.ch erfahren Sie, was Ihr Geld ihnen bringt.



cerebral
Helfen verbindet

Schweizerische Stiftung für das
cerebral gelähmte Kind
Erlachstrasse 14, Postfach 8262
3001 Bern, Telefon 031 308 15 15
Postkonto 80-48-4, www.cerebral.ch