

Gesunde Gourmet-Küche

Rezepte aus dem Krankenhaus von Meisterkoch Scherer

Von Frank Tischhart

Arnsberg/Hamburg. Gourmet-Küche und Krankenhaus – das sind zwei Dinge, die scheinbar nicht zusammen passen. Im Israelitischen Krankenhaus in Hamburg wird seit 2014 der Gegenbeweis angetreten. Seit dieser Zeit ist Marcus Scherer der Küchenchef. Und seitdem häufen sich auch die Anfragen von Patienten, Krankenhaus-Mitarbeitern und Besuchern nach den Rezepten. In welchem Krankenhaus gibt es das schon?

Jetzt ist sogar ein Buch daraus geworden: "Ich koche: 90 leckere Rezepte aus der Gourmet-Küche". Scherers kulinarische Kreationen sind am heimischen Herd leicht nachzukochen. Auf die aus der traditionellen Küche bekannten Zutaten Zwiebeln, Knoblauch, Pfeffer oder Chili wird meist verzichtet. "Durch vielerlei Kräuter, Ingwer und Zitronengras lassen die Rezepte sich trotzdem schmackhaft gestalten", sagt Marcus Scherer, der schon für renom-

mierte Restaurants in München, Salzburg und Hamburg gekocht hat.

Einfach und bodenständig

Scherers Gourmet-Küche kommt ohne den Einsatz besonders erlesener, kostspieliger Zutaten aus. Gesundes und leckeres Essen wird aus frischen Produkten der Saison und möglichst aus der Region zubereitet. "Ich lege einen Schwerpunkt auf die abwechslungsreiche Zubereitung von Gemüse", sagt Marcus Scherer. Der gebürtige Frankfurter bezeichnet sich als Verfechter einer einfachen und bodenständigen Küche. Zugleich ist er ein großer Freund der mediterranen Küche.

Das etwas andere Kochbuch "Ich koche: 90 leckere Rezepte aus der Gourmet-Küche" kommt ohne die oft obligatorischen Hochglanzfotos der Gerichte aus.

Scherers Empfehlung: "Seien sie kreativ und nutzen sie die Freiheit meiner Rezepte."