



Michael Sicher

Bespricht man mit Michael Sicher vier Produkte für ein Buchprojekt, ist es sinnvoll, ein Lebensmittellexikon neben das Telefon zu legen. Oder über einen Internetzugang zu verfügen, um heimlich zu googeln. – Man möchte ja nicht als gastronomischer Laie wirken! Vor allem nicht in den Vorbesprechungen, bei denen wir den Kärntner davon überzeugen, dass wir die Titel seiner Gerichte zumindest fehlerfrei aussprechen möchten und ohne danach einen Knoten in der Zunge zu haben. Man kann also von Glück sagen, dass der Koch und Fischbauer auch handelsübliche Waren verarbeitet.

Was jetzt nicht heißt, dass Michael Sicher multikulturellen „Lebensmittel-Fanatismus“ betreibt und ein grenzenloses Tohuwabohu zusammenköchelt. Vielmehr liegen seine Grenzen direkt um den Familienbetrieb herum: in den Teichen, im Garten und dem kleinen Stall rings um das *Fischhaus Sicher* in Österreich. – Regionaler kann kaum gekocht werden: Kaviar etwa wird in seiner Küche durch selbst produzierten Saiblingstrogen vertreten. Als Ersatz für Gänseleber lässt er lieber ein herzhaftes Bällchen aus Forellenleber servieren. Statt mit Hummer wird die Suppe eben mit Flusskrebse angesetzt: „Ich könnte nie in einer Stadt kochen. Ich brauche den Bezug zur Natur.“

Über 200 verschiedene Kräuter, exotische Gemüse und Früchte kultiviert der Koch im eigenen Küchengarten – viele davon hat er von seinen weltweiten Reisen mitgebracht. Da kann selbst ein gemischter Salat, zu einer sehr komplexen Angelegenheit werden: In dem fein marinierten Grün findet sich manch unbekannte Würzigkeit, die so manchen Kenner ins Schleudern bringt. Und eine botanische Führung endet durchaus mit einer leichten olfaktorischen Benommenheit. „Ich brauche die fremden Kräuter und Gemüse, um unseren Fisch so vielseitig wie möglich zu präsentieren“, erzählt der Sternekoch.

Fleisch verarbeitet er verhältnismäßig wenig. Obwohl er schon darüber nachdachte, Hochlandrinder anzusiedeln. „Dort drüben, bei der Rehherde“, sagt er und zeigt auf eine Wiese, die sie kürzlich vom Nachbarn gekauft haben. – Nein, nein! – Die Familie Sicher züchtet zwar Hennen, Perlhühner und Wachteln, aber Wild domestizieren sie nicht – die Rehe stehen einfach so in der Gegend rum, als ob sie schon mal probegrasen wollen! – Rindviecher werden wohl doch nicht Fuß fassen in dem österreichischen Kleinod, der Vater schlug nämlich bei jener Idee nur die Hände überm Kopf zusammen: „Du spinnst doch! – Nicht das auch noch!“

Wobei er von seinem Sohn mittlerweile schon einiges gewöhnt sein sollte: In Venezuela saß er zwei Tage im Knast, weil er kein Schmiegeld an die Polizei zahlen wollte. – Prinzipien. – In Kolumbien kam er an einer Ampel in eine Schießerei und im Amazonas-Regenwald nähte er eine Beinwunde selbst zusammen. Mit Nadel, Faden und Hochprozentigem – nicht nur für die Wunde, auch für den Rachen. „Tat saumäßig weh“, sagt Michael Sicher und schmunzelt verlegen. – Jugendsünden.

Heute ist er wesentlich ruhiger. Seine Freiheit sucht er auf dem Surfbrett oder sonntags am Steuer eines seiner drei Oldtimer-Fahrzeuge. Oder in der Kreativität. „Mit 14 Jahren wollte ich Koch werden“, sagt der Sternekoch, „und nichts anderes.“ – Falsch! Geschummelt! – „Frisör, Möbeldesigner oder Fotograf wollte er werden“, ruft Mutter Sicher, die nebenbei Zeitung liest und sich kurzerhand in die Unterhaltung einklinkt. – „Ich wollte nur nichts Alltägliches machen. Nicht jeden Tag das Gleiche tun. Es musste etwas Kreatives sein“, erwidert Michael Sicher. Und einen kreativen Koch hat die Welt bestimmt nötiger als einen kreativen Haarfachmann!



■ Zur Person

Michael Sicher wurde 1968 in Klagenfurt geboren. Seine Kochlehre absolvierte er in den Jahren 1984 bis 1986 im *Bleibergerhof* in Villach. Weitere Erfahrungen sammelte er in Australien, in Italien, in der Schweiz bei Eduard Hitzberger im *Haus Paradies* in Ftan (Engadin) sowie in Österreich bei den Gebrüdern Obauer in Werfen im Salzburger Land. Seit 1989 ist Michael Sicher Küchenchef im elterlichen Betrieb, dem *Fischhaus Sicher* in Tainach, das mit einem Stern im Guide Michelin und mit 17 Punkten im Gault Millau ausgezeichnet ist. Zusammen mit seiner Familie betreibt der Sternekoch auch eine erfolgreiche eigene Teichwirtschaft: Besonders der selbst produzierte „Kärnten Kaviar“ ist hier hervorzuheben, welcher bei internationalen Verkostungen bereits zahlreiche Preise gewonnen hat.



„Ich brauche keinen Hummer, Gänsestopfleber oder Jakobsmuscheln. Ich versuche das Heimische so in den Vordergrund zu bringen, dass es irgendwann einen ähnlichen Stellenwert bekommt.“
Michael Sicher



Saiblingskaviar auf gepressten Kartoffeln und Wachtelei

KAVIARRÖLLCHEN Kartoffeln mit der Schale kochen, schälen, durchpressen. Kartoffelmasse in 4 Metallringe füllen, festdrücken. Metallringe abnehmen und die Kartoffelkreise mit den Zucchinischeiben umwickeln. In die Mitte eine löffelgroße Mulde herausstechen und mit einem pochierten Wachtelei füllen. Mit zerlassener brauner Butter beträufeln.

ANRICHTEN Je 1 Esslöffel Sauerrahm auf die Röllchen setzen und je 10 Gramm Kaviar darauf anrichten. Mit den Kartoffelchips garnieren.



- KAVIARRÖLLCHEN**
- 320 g speckige Kartoffeln
 - 4 dünne Zucchinischeiben
 - 4 pochierte Wachteleier
 - 50 g braune Butter
- ANRICHTEN**
- 4 EL Sauerrahm
 - 40 g Saiblingskaviar
 - 4 Kartoffelchips



Zucchini-Blüten mit Ziegenfrischkäse und Baumschokolade

GEFÜLLTE ZUCCHINI-BLÜTEN Den Ziegenfrischkäse samt Brösel mit einem Schneebesen verrühren. In einen Spritzbeutel geben und die Zucchini-Blüten damit füllen. Die gefüllten Blüten in einen Bambuskorb legen und etwa 3 Minuten über Dampf garen.

APFELESSIGGLACE Apfelessig, Demarazucker und 60 Milliliter Wasser aufkochen und reduzieren lassen, bis die Masse eine honigähnliche Konsistenz aufweist.

PFIFFERLINGE, ZUCCHINI UND BAUMTOMATE Die Zucchini in dünne Scheiben schneiden und in Olivenöl mit den Pfifferlingen kurz ansautieren, salzen und pfeffern. Die Baumschokolade schälen und in dünne Scheiben schneiden.

ANRICHTEN Die Baumschokoladenscheiben, die Zucchini-Scheiben und die Pfifferlinge kreisförmig auf 4 Teller legen. Die Zucchini-Blüten daraufsetzen. Alles mit Apfelessigglace beträufeln. Mit den Lavendelblüten und Ananassalbei-Blüten garnieren.

GEFÜLLTE ZUCCHINI-BLÜTEN

- 200 g Ziegenfrischkäse
- 2 EL Semmelbrösel
- 8 Zucchini-Blüten

APFELESSIGGLACE

- 1/4 l alten Apfelessig
- 125 g Demarazucker

PFIFFERLINGE, ZUCCHINI UND BAUMTOMATE

- 1 kleine Zucchini
- Olivenöl
- 40 g kleine Pfifferlinge
- 1 Baumschokolade

ANRICHTEN

- Lavendelblüten
- Ananassalbei-Blüten



Baumtomate

Zwar ist die Tamarillo oder Baumschokolade ein Nachtschattengewächs wie die Tomate, hat aber mit dem Gemüse ansonsten keine Gemeinsamkeiten. „Das merkt man nicht nur geschmacklich. Die Pflanze hat einen ganz anderen Wuchs und die Blätter erinnern eher an Tabak als an Tomatenblätter“, sagt Michael Sicher. Das Fruchtfleisch schmeckt süßlich-säuerlich bis süßlich-herb. Unreife Früchte können gekocht werden. Die vollreifen Früchte sind auch im Rohzustand genießbar und halten sich im Kühlschrank bis zu zwei Wochen. Tamarillos wachsen an baumartigen Sträuchern und stammen ursprünglich aus Südamerika, werden aber heute vorwiegend in Neuseeland und weltweit in tropischen Gebieten angebaut. Je nach Sorte unterscheiden sie sich in Form, Größe oder Farbe (von Gelb bis Dunkel- purpur und Bräunlich-Rot). Die harte, ledrige oder glatte Schale ist verzehrfähig, wird aber wegen ihres hohen Bitterstoffgehalts und der herben Note meist entfernt.

HINWEIS Baumschokoladen sind auch im reifen Zustand relativ hart und dürfen auf Finger- druck nur wenig nachgeben.





■ Rucola / Rauke

In den letzten Jahren hat sich der Rucola als Salat-, Gewürz- und Gemüsepflanze bei uns fest etabliert. Der charakteristische Geschmack des Kreuzblütlers ist nussig, würzig-bitter, mit einer pfeffrig-scharfen Note, die umso stärker wird, je später die Blätter geerntet werden. Auf dem Markt unterscheidet man zwei Sorten: die wilde Rauke, die über schmale, lanzettförmige, dunkelgrüne Blätter verfügt, und die gezüchtete Gartenrauke, die etwas heller aussieht, milder schmeckt und eher rund geformte Blätter aufweist. „Der Japanische Rucola heißt ‚Mizuna‘ und ähnelt geschmacklich der Gartenrauke, er sieht nur etwas krauser aus“, berichtet Michael Sicher. Aus den Samen der Rauke können Saucen und Senf zubereitet werden. In Russland und Indien werden sie zur Produktion von Rauken- oder Jambaöl verwendet, das als Speiseöl, aber auch als Brenn- oder Arzneiöl genutzt wird.

HINWEIS Rucola enthält besonders in den Stielen viel Nitrat. Diese sollten deshalb vor der Verarbeitung entfernt werden. Vor kontinuierlichem Verzehr wird abgeraten.



RUCOLA-TOMATEN-SAVARIN

- 6 Blatt Gelatine
- 150 g Kirschtomaten
- Olivenöl
- 100 g Rucola
- 180 g Sauerrahm
- 180 g Joghurt

FLUSSKREBSE

- 24 Flusskrebse (à 60 bis 80 g)
- 1 Schalotte
- Olivenöl
- Koriander, gehackt
- Limettensaft

ANRICHTEN

- Melone (Wasser-, Zucker- oder Honigmelonen)
- Olivenöl
- Zitronensaft
- essbare Blüten
- Kräuterblättchen

Kärntner Flusskrebse auf Rucola-Tomaten-Savarin

RUCOLA-TOMATEN-SAVARIN Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Kirschtomaten vom Strunk entfernen und mit einem Stabmixer pürieren. Durch ein Sieb passieren, mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken und mit 2 Blatt der eingeweichten Gelatine versetzen. Das erste Drittel von 4 Savarinformen mit der Kirschtomatenmasse befüllen und kurz kalt stellen. Rucola mit Sauerrahm, Joghurt und Olivenöl aufmixen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit ausgedrückter Gelatine (4 Blatt) vermischen. Die Rucolamasse auf die noch nicht ganz angezogene Kirschtomatenmasse in die Savarinformen geben und mindestens für 3 Stunden kalt stellen.

FLUSSKREBSE Die Krebse kurz in kochendes Salzwasser geben. Danach sofort mit Eiswasser abschrecken. Das Krebsfleisch auslösen. Fein gehackte Schalotte in Olivenöl ansautieren und das ausgelöste Krebsfleisch dazugeben. Mit gehackten Koriander, Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

ANRICHTEN Aus dem Melonenfleisch 16 Kugeln ausstechen. Mit etwas Olivenöl und Zitronensaft marinieren. Die Savarina auf 4 Teller stürzen, die Krebse darauf verteilen. Mit Melonenkugeln garnieren. Jeden Teller mit ein paar essbaren Blüten und Kräuterblättchen dekorieren.



MÖNCHSBARTRISOTTO Fein gehackte Schalotten in Butter anschwitzen und den Risottoreis kurz mitschwenken. Mit Weißwein ablöschen und mit einen Teil der Gemüsebrühe aufgießen, leicht köcheln lassen und unter ständigem Rühren immer etwas von der Gemüsebrühe hinzufügen. Kurz vor dem Anrichten die Mönchsbartspitzen untermengen und das Risotto mit einem Schuss Olivenöl und Pernod zu einer sämigen Masse rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4 EL Sauerrahm
40 g Saiblingskaviar
16 Mönchsbartspitzen



Eigentlich bevorzugt Mönchsbarb als Standort die Küsten Mittel- und Südeuropas, Nordafrikas oder Vorderasiens – die Salzpflanze kann aber auch durchaus in nördlicherem Klima gedeihen und wird mittlerweile auch in Italien, der Schweiz und Österreich kultiviert. Der essbare Teil des Wegerichgewächses sind die Blätter, die nicht nur reich an Vitaminen und Mineralien sind, sondern auch über ein dekoratives Aussehen verfügen, das an ein Hirschgeweih erinnert (Mönchsbarb wird deshalb gerne als „Hirschhornsalat“ titulierte). Sein Geschmack ist würzig-nussig, leicht bitter, säuerlich und hat je nach Standort eine mehr oder weniger salzige Note. „Mich erinnert sein Geschmack an Algen. Optimal ist er roh im Salat oder, wie hier, kurz vor dem Anrichten ins Risotto gerührt“, sagt Michael Sicher.

ANRICHTEN Zuerst das Risotto in 4 tiefe Teller verteilen. Die Forellenröllchen in die Mitte setzen, den Sauerrahm und den Saiblingskaviar mit dem Löffel daraufsetzen. Die Röllchen mit je 4 Mönchsbartspitzen garnieren.





■ Pflaume

Weltweit existieren über 2.000 verschiedene Pflaumensorten, die hauptsächlich in den USA, China und Europa (bevorzugt Deutschland) angebaut werden. Die gängigsten Vertreter sind hierbei: Echte und Japanische Pflaume (Susine), Zwetschge, Mirabelle oder die Reneklode.

Ein Qualitätszeichen und ein Hinweis auf eine schonende Behandlung ist die natürliche weißliche Wachsschicht, welche einem reifartigen Überzug ähnelt und die Frucht vor raschem Austrocknen schützt. Diese sollte weitestgehend unbeschädigt sein. Außerdem sollten die Früchte fest und prall sein, eine sortentypische, glänzende Färbung haben, am Stielansatz nicht eingetrocknet sein sowie angenehm duften. Unreife Früchte sind hingegen hart und matt: „Man muss nicht immer reife Zwetschgen verarbeiten. In der Vorspeise, kombiniert mit Salat, sind unreife Früchte eigentlich optimal“, sagt Michael Sicher. In Europa haben Pflaumen in der Zeit von August bis Oktober Saison. Japanische Pflaumen sind dagegen ganzjährig als Importware erhältlich. Die Lagerdauer der Frucht ist abhängig von Reifegrad und Sorte – in der Regel sind sie einige Tage im Kühlschrank lagerfähig. Mirabellen und Renekloden verderben rasch und sind nur kurzzeitig – in ein feuchtes Tuch gewickelt oder in einer Plastiktüte – im Kühlschrank haltbar. Besonders hervorzuheben ist der hohe Gehalt an Nähr- und Wirkstoffen. Getrocknete Pflaumen sind ein hochwertiger Ersatz für Süßigkeiten, da sie in konzentrierter Form Kohlenhydrate, Mineralstoffe und Vitamine enthalten.

Zwetschgen-Topfen-Mousse in der Pfeffer-Karamell-Hippe mit Cannabis-Sorbet



CANNABIS-SORBET Alle Zutaten mit 125 Milliliter Wasser im Mixer pürieren, durch ein Sieb streichen und anschließend in der Sorbetière gefrieren lassen.

ZWETSCHGEN-TOPFEN-MOUSSE Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Zwetschgen mit Zucker erhitzen und mit einem Stabmixer pürieren und mit der ausgedrückten Gelatine versetzen. Das Ganze über Eiswasser kalt rühren, den Topfen und die geschlagene Sahne unterheben. Die Masse 2 bis 3 Stunden kalt stellen.

PFEFFER-KARAMELL-HIPPE Alle Zutaten zu einem Teig verrühren (Handmixer). Kurz im Kühlschrank ruhen lassen. Die Masse mit einer länglichen, rechteckigen Schablone (etwa 30 x 10 Zentimeter Seitenlänge) achtmal auf ein Backpapier aufstreichen und bei 150 °C im vorgeheizten Backofen in 5 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und sofort über z.B. einem Schnapsglas in 8 Teigröllchen formen und auskühlen lassen. Trocken lagern. Kurz vor dem Anrichten die Hippen mit der Zwetschgen-Topfen-Mousse füllen.

ANRICHTEN Auf jeden Teller je 1 Linie mit Himbeer- und Brombeersauce ziehen. Die zwei gefüllten Hippen auf die Linien setzen. Mit je 2 Himbeeren und 1 Brombeere garnieren. Zum Schluss 1 kleine Nocke Cannabis-Sorbet auf eine der Hippen setzen und mit einem Kräuterblättchen dekorieren.

CANNABIS-SORBET

- 50 g Hanfblätter (legaler Zuchthanf)
- 400 g Joghurt
- 125 g Sauerrahm
- 500 g Zucker
- 1/8 l Wasser
- Saft von 2 Zitronen

ZWETSCHGEN-TOPFEN-MOUSSE

- 3 Blatt Gelatine
- 200 g Zwetschgen, entkernt
- 150 g Zucker
- 80 g Topfen
- 1/4 l geschlagene Sahne

PFEFFER-KARAMELL-HIPPE

- 50 g brauner Zucker
- 50 g Kristallzucker
- 50 ml Orangensaft
- 50 g weiche Butter
- 100 g Mehl
- 15 g rosa Pfeffer, gehackt

ANRICHTEN

- 8 Himbeeren
- 4 Brombeeren
- etwas Himbeer- und Brombeersauce
- 4 Hanfblättchen