



Peter Henzek

FOTO: OLIVER MÜLLER

DAS SAGT DER PROFI

Mit Vorfreude, Interesse und Zeit

Welche kleinen Tipps gibt es, um das Kochen noch ein Tickchen einfacher zu machen, noch ein Tickchen leckerer? Man nehme: Vorfreude, Interesse und Zeit. Zeit, um Gerichte im Vorfeld auszuwählen, die gut vorbereitet werden können, ohne dass man beim Kochen ständig am Herd stehen muss. Ich denke da zum Beispiel an Eintöpfe. Interesse, um Mahlzeiten zum Beispiel mit einem Wochenplan zu planen. Und um wissbegierig im Internet nach Rezepten zu schauen – oder, ganz traditionell, natürlich in Kochbüchern. Vervollständigen Sie Ihr Wissen darüber hinaus auch durch Weiterbildung, etwa in Kochkursen. Wichtig ist zudem die Vorfreude: auf duftende, intensive, schöne, leckere Gemüse, Früchte und Rohstoffe, bei denen Ihnen schon beim Kauf das Wasser im Mund zusammen läuft. . .

Peter Henzek (52) ist Inhaber der Kochschule Ruhrgebiet. Für WAZ und waz.de schreibt er über Kochtrends.