FRISCHES VOM MARKT. Kochbuchautor Julian liebt es, die Zutaten für seine Gerichte und Kochkurse frisch am Markt zu besorgen.

DER *südsteirische* JAMIE OLIVER

woma1708_Living01_Gourmet Julian Kuttos.indd 142 05.04.17 14:04

PANE PUGLIESE IM TOPF

1 BROTLAIB

Schwierigkeitsgrad: ✱✱✱✱

ZUTATEN: Sauerteig: 100 g Weizenmehl T 550, 100 ml Wasser; Brotteig: 700 g Weizenmehl, 250 ml Wasser, 150 g Sauerteig, 15 g Fleur de Sel, 20 g frischer Germ, 1 TL Kristallzucker

ZUBEREITUNG: Für den Sauerteig 4 Tage einrechnen. Am 1. Tag 25 g Mehl und 25 ml Wasser mischen, bei Raumtemperatur stehen lassen. An Tag 2 die gleiche Menge hinzufügen, durchkneten. Am 3. Tag 50 g Mehl und 50 ml Wasser hinzufügen, kneten. Am 4. Tag kann der Teig verarbeitet werden. Die Zutaten für das Brot mischen, 10 Min. kneten. **(1)** Teig in eine Schüssel geben, mit Folie bedecken, 3 Std. gehen lassen. Einen gusseisernen Topf in den Ofen stellen, 30 Min. bei 250° erhitzen. **(2)** Topf mit viel Mehl bestäuben. Aus dem Teig einen Laib formen. **(3)** Teig in den Topf geben, mit einem Messer einschneiden. Mit Deckel 20 Min. backen. Hitze auf 220° reduzieren, nach weiteren 20 Min. herausnehmen. **(4)** Brot aus dem Topf nehmen, weitere 20 Min. im Ofen backen. Auf die Unterseite klopfen. Wenn das Brot hohl klingt, ist es fertig.

Was die Briten können, können wir schon lange! Koch, Blogger und Autor **JULIAN KUTOS** zeigt in seinen Kochbüchern, wie „simpel" Kochen sein kann. Uns verriet er, wie alles begann und wer sein größtes Idol ist.

Man nehme einen jungen Mann aus der „Toskana Österreichs" – der Südsteiermark –, eine große Portion Talent und eine gewaltige Menge Kochleidenschaft, und heraus kommt Julian Kutos. Der 29-jährige Steirer lebt nach mehreren Jahren im Ausland in Wien, wo er seiner großen Liebe, dem Kochen und Genießen, nachgeht. Begonnen hat alles mit einem (Food-)Blog, den der Koch nach wie vor betreibt. Doch mittlerweile gibt Kutos auch Kochkurse und schreibt Kochbücher. Wir haben den Wahlwiener, der bei uns als „der steirische Jamie Oliver" gefeiert wird, zum exklusiven WOMAN-Talk getroffen und uns ein paar köstliche Rezepte aus seinen beiden Büchern „Simply Pizza, Pasta & Co." und „Simply Veggie" für zu Hause geschnappt.

„HÜHNERFOND, ÄPFEL, FLEUR DE SEL UND WEIN HABE ICH IMMER ZU HAUSE!"

WOMAN: *Wie kam die Leidenschaft zum Kochen und zum Essen?*

KUTOS: In frühester Kindheit wurde ich durch die Kochkünste meiner Oma geprägt, die mir die Liebe zu Geschmack und Genuss mit ihrer steirischen Küche beigebracht hat. Im Laufe meines Lebens wurde diese Liebe immer größer, bis ich mich nach meinem Marketing-Studium doch entschlossen habe, Koch zu werden.

WOMAN: *Was war der Grund dafür, Ihren Blog zu starten?*

KUTOS: Eine liebe Freundin und Kennerin der österreichischen Gourmet- & Weinszene war immer fasziniert von meinen Kochabenden. Sie meinte, ich müsse unbedingt meine Rezepte und meine Art zu kochen fotografieren, »

ZUCCHINI-LASAGNE

1 AUFLAUFFORM

Schwierigkeitsgrad: ✱✱✱✱

ZUTATEN: 400 g Zucchini, 1 Chili, 3 EL Olivenöl, 3 Zweige Thymian, 2 EL frische Petersilie, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Fleur de Sel, 1 Prise schwarzer Pfeffer, 1 Prise Zucker, 1 l Tomatensauce, 1 l Béchamelsauce, 150 g Pecorino, frisches Basilikum zur Deko

ZUBEREITUNG: 1/2 Zucchini würfeln. Chili hacken. Öl erhitzen, Zucchini, Thymian, Petersilie, Chili und Knoblauchzehe anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Zucker würzen. Thymian und Knoblauch entfernen. Restliche Zucchini in Scheiben schneiden. Mit etwas Öl beträufeln, salzen. Ofen auf 200° vorheizen. Form mit Öl bestreichen, Boden mit Zucchinischeiben belegen, dann Tomatensauce und Béchamel darauf verteilen. Vorgang wiederholen. Mit Pecorino bestreuen. 30 Min. backen. Mit Basilikum garnieren.

FOTOS: WOLFGANGHUMMER.COM

woma1708_Living01_Gourmet Julian Kuttos.indd 143 05.04.17 14:05

»Als Kind wurde ich von den Kochkünsten meiner Oma geprägt, die mir die Liebe zu Geschmack und Genuss beibrachte.«

JULIAN KUTOS, 29,
BLOGGER & KOCHBUCHAUTOR

» festhalten und mit anderen teilen. Darum begann ich zu bloggen.

WOMAN: *Was macht Ihren Blog besonders?*

KUTOS: Ich lege großen Wert auf Qualität statt Quantität. Daher poste ich auch nur wenige Rezepte pro Monat, diese aber mit sehr viel Liebe zum Detail in der Produktion und Ausführung. Die Schritt-für-Schritt-Fotos, die es auch in meinen Kochbüchern zu sehen gibt, erleichtern meinen Lesern das Nachkochen. Ich habe die französische Küche und Patisserie am *Alain Ducasse*-Institut in Paris gelernt. Außerdem war ich längere Zeit in Kalifornien für eine Ausbildung in „Raw Vegan Cuisine". Das alles kombiniert mit jahrelanger Praxis in der Gastronomie ist sicherlich mein USP im Vergleich zu anderen Foodbloggern.

WOMAN: *Sehen Sie sich selbst eher als Blogger, als Koch oder als Gastronom?*

KUTOS: Ich sehe mich als eine Fusion aus allem. Essen ist für mich ein zentraler Punkt im Leben. Als Blogger liefere ich Rezepte, die zum Nachkochen inspirieren sollen, als Koch teile ich meine Expertise in meinen Kochkursen oder Kochbüchern, als Gastronom verwöhne ich meine Kunden beim Private Dinner in ihren eigenen vier Wänden.

WOMAN: *Gibt es etwas, das Ihnen beim Kochen besonders wichtig ist?*

KUTOS: Geschmack! Gutes Essen muss für mich vorrangig sehr gut schmecken und toll angerichtet sein. Ich verwende daher auch immer die besten Öle und hochwertige Fette, weil es nun mal besser schmeckt und Fett ein wichtiger Bestandteil guter Ernährung ist.

WOMAN: *Was war Ihr peinlichster Küchenmoment?*

KUTOS: Bei mir wurde einmal ein Pudding aus dem Packerl zum Zementblock und nicht – wie auf der Packung beschrieben – zum flaumigen Wölkchen. Und meine ersten Macarons ähnelten eher Dominosteinen als den runden Köstlichkeiten.

WOMAN: *Was darf bei Ihnen zu Hause nie fehlen?*

KUTOS: Hühnerfond im Gefrierschrank, Äpfel und eine Vorratspackung »

ITALIENISCHES RATATOUILLE MIT POLENTA

4–6 PERSONEN
Schwierigkeitsgrad: ✱✱✱✱

ZUTATEN: Polenta-Fries: 70 ml Vollmilch, 3 Zweige Thymian, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Salz, 175 g Polenta, 2 Dotter, 50 g Parmesan, Öl zum Frittieren; Ratatouille: 1 Zwiebel, 1 Zucchini, 4 große Tomaten, 2 Spitzpaprika, 2 Pfefferoni, 100 ml Olivenöl, 2 Knoblauchzehen, 3 Zweige Thymian, 2 TL Zucker, 1 TL Fleur de Sel, 400 g geschälte Tomaten

ZUBEREITUNG: Milch mit Thymian und Knoblauchzehe aufkochen. Salz und Polenta dazugeben, 20 Min. köcheln lassen. Knoblauch, Thymian entfernen, auskühlen lassen. Kalte Polenta mit Dotter und Parmesan verkneten. Pommes formen und im heißen Öl frittieren. Ofen auf 180° vorheizen. Zwiebel in Ringe, Zucchini und Tomaten in Scheiben schneiden. Paprika und Pfefferoni entkernen, klein schneiden. Dann Öl, Knoblauch und Thymian erhitzen. Zwiebel glasig andünsten, Paprika, Pfefferoni, Tomaten und Zucchini dazugeben. Salzen, zuckern, geschälte Tomaten darübergießen. Aufkochen. Gemüse mit dem Topf im Ofen 30 Min. schmoren.

woma1708_Living01_Gourmet Julian Kuttos.indd 144 05.04.17 14:05

1 _ Frühlingszwiebel, Knoblauch, Petersilie fein hacken. Kreuzkümmel und Koriander in einer Pfanne ohne Öl auf hoher Hitze rösten. Dann in einem Mörser alle Zutaten vermischen. **2** _ Kichererbsen kochen und mit einem Stampfer zerdrücken. **3** _ Die Falafelbällchen bei ca. 170° goldbraun frittieren. **4** _ Lauwarme Pitabrote mit Salat, Hummus, scharfer Tomatensauce und Falafeln füllen.

TEL-AVIV-PITA MIT FALAFEL UND TOMATENSAUCE

8 PERSONEN

Schwierigkeitsgrad: ✱✱✱✱

ZUTATEN: Tomatensauce: 3 Tomaten, 2 EL Petersilie, 1 Knoblauchzehe, 1 Chili, 3 EL Olivenöl, 400 g geschälte Tomaten, 2 TL Zucker, 1 TL Fleur de Sel, 1 Prise schwarzer Pfeffer; Falafel: 50 g Frühlingszwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 1/2 Bund Petersilie, 1 TL Kreuzkümmel, 1 TL Koriander, 400 g gekochte Kichererbsen, 2 EL Mehl, 1 EL Semmelbrösel, 1 Prise Fleur de Sel, 1 l Öl zum Frittieren; 8 Pitabrote, frischer Hummus

ZUBEREITUNG: Für die scharfe Tomatensauce Tomaten hacken, Petersilie, Knoblauch und Chili fein hacken. Öl erhitzen. Petersilie, Knoblauch und Chili glasig andünsten. Gehackte Tomaten kurz anbraten. Geschälte Tomaten dazugeben, ein Mal aufkochen, 30 Min. köcheln lassen, bis die meiste Flüssigkeit verdampft ist. Im Mörser mit Zucker, Salz und Pfeffer mischen. Gewürze (wie oben beschrieben) mit dem Kichererbsenstampf vermischen. Die Masse soll grob und leicht stückelig sein. 30 Min. kühlen. Einen Topf erhitzen. Aus der Masse mit einem Teelöffel kleine Kugeln formen. Nach dem Frittieren Falafel auf Küchenpapier abtropfen lassen. Pitabrote im Backofen bei 50° erwärmen. Einschneiden und füllen.

FOTOS: WOLFGANGHUMMER.COM

» Fleur de Sel. Und natürlich muss auch immer guter Wein im Haus sein.

WOMAN: *Sie geben auch Kochkurse. Was erwartet die Kursteilnehmer?*

KUTOS: Die Teilnehmer erwartet ein unterhaltsamer, inspirierender und auch anspruchsvoller Abend. Egal ob Gemüse waschen, Fleisch schneiden, Gnocchi formen oder abschmecken – meine Gäste sind immer aktiv und müssen ordentlich „hackeln". Vor jedem Kochkurs gibt es einen Aperitif, gefolgt von einer Rezepte-Besprechung. Dann wird gekocht und schließlich gemeinsam mit Weinbegleitung gegessen. Gemäß meinem Motto „Jeder kann kochen!" möchte ich mit den Kochkursen das Handwerk und den Spaß am Kochen erhalten und zum Selberkochen anregen.

WOMAN: *Haben Sie ein Kochidol?*

KUTOS: Ja, Alain Ducasse. Er ist eine Koryphäe im Bereich der mediterranen Küche. Und mit Lorenza De'Medici möchte ich einmal kochen. Sie ist für mich die beste klassische, italienische Köchin.

ELISABETH BRANDLMAIER ■

SPINAT-FEIGEN-SALAT

4 PERSONEN

Schwierigkeitsgrad: ✱✱✱✱

ZUTATEN: 200 g Blattspinat, 1 Birne, 8 Feigen, 1 Chili; Dressing: Zesten von 2 Zitronen, 200 ml Olivenöl, Saft von 4 Zitronen, 4 EL Weißweinessig, 1,5 TL Fleur de Sel, 1 Prise schwarzer Pfeffer, 4 EL Honig

ZUBEREITUNG: Spinat, Birne und Feigen waschen. Feigen vierteln. Birne dünn blättrig schneiden. Chili fein hacken. Zesten abreiben. Zitronen auspressen. Alle Zutaten für das Dressing miteinander gut verrühren. Salzen, pfeffern, mit Honig süßen. Spinat, Feigen, Birnen und Chili in eine große Salatschüssel geben, mit Dressing übergießen, vorsichtig umrühren und servieren.

Tipp: Außerhalb der Feigensaison können auch getrocknete Feigen (3 statt 8 Stück), oder andere frische Früchte wie Beeren, verschiedene Melonensorten oder Granatapfelkerne verwendet werden.

FOTOS: WOLFGANGHUMMER.COM, LÖWENZAHN VERLAG

»Lieblingsgericht? Habe ich nicht! Ich liebe und lebe die Vielfalt.«

JULIAN KUTOS, 29,
BETREIBER EINER KOCHSCHULE, BLOGGER, KOCHBUCHAUTOR

INFO ZU JULIAN KUTOS

Julian Kutos ist in der Südsteiermark geboren und auf einem Bauernhof aufgewachsen. Derzeit lebt der 29-Jährige in Wien. Gemeinsam mit dem *Löwenzahn Verlag* hat der Steirer nun eine **Kochbuch-Reihe** entwickelt, die vor allem „simple" und köstliche Gerichte in den Vordergrund rückt. „Simply Pasta Pizza & Co." gibt es um € 19,90. „Simply Veggie" und „Simply Quick" kommen in den nächsten Monaten auf den Markt. Die **Kochkurse** werden in regelmäßigen Abständen und zu unterschiedlichen Themen veranstaltet. Egal ob Pasta, asiatisches Fingerfood, italienische Klassiker, Streetfood oder französisch Backen – Kutos hat für jeden Geschmack den richtigen Kurs. Die Anmeldung erfolgt online auf *juliankutos.com*