



Asiatisch deftig:
Schweinebauch mit Pak
Choi, Aubergine und
Salzpfleume

Fett sorgt fürs Aroma

Verbindung aus regionaler Bodenhaftung und fernöstlichen Zutaten:
Christian Binder von Steinheuers Restaurant Zur Alten Post schlägt Schweinebauch mit Pak Choi, Sesam, Aubergine und Salzpfleume vor

VON CHRISTIAN BINDER
& BARBARA FROMMANN (FOTOS)

Seit mehr als 20 Jahren gehört Schweinebauch zu den Lieblingsstücken von mir. Kaum ein anderes Stück Fleisch ist so vielseitig einsetzbar und zugleich so dankbar in der Zubereitung. Ob knusprig gebraten, langsam geschmort oder sanft gegart – Schweinebauch entwickelt immer wieder neue Facetten. Sein hoher Fettanteil sorgt dafür, dass er

feine Bitterkeit von Pak Choi und den sanften Geschmack von geschmorter Aubergine sehr gern eingesetzt. Die Salzpfleume setzt schließlich einen spannenden, leicht säuerlich-salzigen Akzent.

Für mich ist das Gericht eine Verbindung aus regionaler Bodenhaftung und fernöstlicher Inspiration – kraftvoll, aromatisch und voller persönlicher Erinnerung.

Schweinebauch mit Pak Choi, Sesam, Aubergine und Salzpfleume

Rezept für 4 Personen

Zutaten Schweinebauch

500 g Schweinebauch vom Schwäbisch-Hällisches Landschwein, 1 l Wasser, 50 g Pökelsalz, 2 Sternanis, 1 TL Koriandersaat, 1 TL Szechuan-Pfeffer, 1 Lorbeerblatt

Zubereitung

Alles zusammen aufkochen und 30 Minuten ziehen lassen.

Schweineschwarte einschneiden und über Nacht in die Pökellake legen.

Zutaten Soja-Marinade

500 ml Sojasoße (Kikkoman), 400 ml dunkler Balsamico (einfach), 400 g Zucker, 10 Sternanis, 5 TL Koriandersaat, 5 TL Szechuan-Pfeffer

Zubereitung

Zucker karamellisieren, mit Essig ablöschen, Sojasoße und die restlichen Zutaten dazugeben.



Der marinierte Schweinebauch:
Zuletzt die Schnittflächen anbraten



Kulinarische Erinnerung an seine Zeit in Shanghai: Christian Binder

Alles aufkochen, 30 Minuten ziehen lassen und dann den Schweinebauch darin einlegen. Nun abgedeckt bei 80°C für 12 Stunden im Ofen garen.

Nach dem Garen in Stücke schneiden und die Schnittfläche anbraten.

Zutaten Aubergine

2 Auberginen

Zubereitung

Auberginen halbieren, einschneiden und mit der Schweinebauchmarinade bepinseln. Nun abgedeckt bei 180°C 50 Minuten in den Ofen geben, auskratzen, klein hacken und nochmals mit Sojamarinade abschmecken.

Zutaten Pak Choi

1 Pak Choi

Zubereitung

Pak Choi vierteln und in Öl anbraten und mit etwas Sojamarinade glasieren.

Zutaten Garnitur

Gerösteter Sesam, Salzpfleume Umehoshi werden auch Salzpfleumen genannt, doch eigentlich handelt es sich dabei um die noch unreif geernteten und würzig eingelegten Ume-Früchte; erhältlich im Asia-Laden oder online bei japanischen Delikatessenshops

Info: Christian Binder ist Küchenchef in Steinheuers Restaurant „Zur Alten Post“ in Bad Neuenahr-Heppingen, www.steinheuers.de

Verlosung: Charity-Küchenparty

Die Jeunes Restaurateurs Deutschland (JRE) laden zur dritten „JRE & Friends Charity Küchenparty“ ein – einem kulinarischen Highlight, das Genuss und gesellschaftliches Engagement vereint. Es findet am 1. März 2026 in der „Redoute“ in Bonn statt. Zwei Leser oder Leserinnen des General-Anzeigers können mit von der Partie sein: Boulevard verlost 1 x 2 Tickets für den Abend.

Den Jeunes Restaurateurs Deutschland gehören national und international bekannte und angesehene Spitzenköche aus deutschen Gastronomiebetrieben an. Ziel der Vereinigung ist es, die Tradition der Ess- und Trinkkultur in Deutschland zu pflegen, zu erhalten und weiterzuentwickeln. Seit 1991 sind sie als Teil der europäischen Vereinigung mit diesem besonderen Qualitätsversprechen in Deutschland aktiv. Derzeit gehören den JRE in Deutschland 70 Mitglieder an.

Am Sonntag, 1. März, werden die Mitglieder der Vereinigung, außerdem renommierte Gewinnerinnen und Gewinner sowie ausgewählte Partner mit ihren Gästen in Bonn einen außergewöhnlichen kulinarischen Sonntag verbringen und dabei zugleich Gutes tun können. Der Erlös der Veranstaltung fließt in Bildungsprojekte der JRE-Deutschland Foundation. In diesem Jahr profitieren erneut Schulen, darunter die Realschule Calvarienberg in Bad Neuenahr-Ahrweiler. Im vergangenen Jahr legte der Erlös der JRE & Friends Charity Party mit einer Spende von 13.000 Euro den Grundstein für das Schulprojekt „Handwerk & HochGenuss“ an der Realschule Calvarienberg, das sich auf nachhaltige Landwirtschaft und

handwerkliches Arbeiten konzentriert.

Gastgeber Matthias Pietsch vom Restaurant Redütchen erwartet als Unterstützung JRE-Deutschland Präsident Oliver Röder (Burg Flammersheim, Euskirchen), Ruben Baumgart (Rubens, Düsseldorf), Christoph Schmah (Landhaus Halferschenke, Dieblich), Nicolai Wiedmer (Eckert, Grenzach-Whyhlen) und Alexander Wulf (Troyka, Erkelenz). Ergänzt wird das Event durch Genuss-Stationen ausgewählter Partner wie beispielsweise das Altonaer Kaviar Import Haus, FrischeParadies oder Original Beans.

Für die Weinbegleitung sorgen sechs Winzer, darunter Geschwister Köwerich, Meyer-Näkel, Kühling-Gillot und Battenfeld-Spanier, Oliver Zeter und Gute Weine Lobenberg. Für die musikalische Begleitung sorgt DJ Nycco. mac

Info: Tickets für die JRE & Friends Charity Küchenparty in Bonn kosten 195 Euro pro Person. Mehr Info und Tickets erhältlich unter jre.eu/de/jre-and-friend-charity

Wenn Sie an der Verlosung teilnehmen möchten, rufen Sie bitte unsere Hotline an: 01378/786040 (0,50 €/Anruf aus allen dt. Netzen). Oder senden Sie eine SMS an die Kurzwahl 99699 unter Angabe „GA40“. Bitte geben Sie Ihren Namen und Ihre Adresse an. Teilnahme erst ab 18 Jahren möglich; ausgeschlossen sind Mitarbeitende der General-Anzeiger Bonn GmbH oder verbundener Unternehmen. Das LOS entscheidet. Die Gewinner/innen werden schriftlich oder telefonisch benachrichtigt. Unsere Teilnahme- und Datenschutzbedingungen finden Sie unter www.ga.de/teilnahme. Die Hotline ist bis Sonntag, 1.3., 24 Uhr, freigeschaltet.



Beeindruckendes Ambiente: Die Jeunes Restaurateurs Deutschland feiern ihre Charity-Küchenparty in der Godesberger Redoute



Mehr zum Thema? Im GA-Newsletter „Bonn Appetit“ – präsentiert von Pasta Sassella – können Sie unter anderem leckeres Essen, schnelle Rezepte für den Feierabend, Neues über regionale Erzeuger und die Gastronomie in Bonn und der Region entdecken. Jetzt abonnieren! Der QR-Code, den Sie mit Ihrem Smartphone einscannen können, führt Sie direkt auf die Anmeldeseite. Oder geben Sie in der Adresszeile des Internetbrowsers www.ga.de/bonnappetit.



Aromen besonders gut aufnimmt, ohne dabei den charakteristischen Eigengeschmack des Fleisches zu verlieren. Genau diese Balance macht ihn zu einer tollen Grundlage für kreative Würzungen.

Bei meinem Gericht trifft der saftige Schweinebauch auf asiatischen Aromen. Den Umgang damit habe ich während meiner Zeit in Shanghai kennen und lieben gelernt. Bereits dort habe ich die Finesse von Sesam, die

Frisch entdeckt

Stadtköchin eröffnet Kochschule

„Ich wollte keine Gastronomie-küche, sondern eine gemütliche Wohnküche, aber mit allen modernen technischen Gimmicks.“ Das sagt Astrid Kuth über ihre neue Kochschule, die sie an der Römerstraße im Bonner Norden vor drei Wochen eröffnet hat.

In der ehemaligen Backstube, im Souterrain einer früheren Bäckerei, teilt die Bonner Stadtköchin (so ihr Beiname) nun ihr Wissen und Können mit kochbegeisterten Menschen – oder solchen, die es erst noch werden wollen. Der Bereich mit weinrot gestrichenen Wänden und dem Esstisch mit Vintage-Stühlen bietet zehn Personen Platz, das ist entsprechend auch die maximale Teilnehmerzahl pro Veranstaltung.

Im Küchenbereich gehen hellblau changierende Wandfliesen harmonisch in die türkise Wandfarbe über. Ausgestattet ist die kleine, gemütliche Kochschule unter anderem mit einem großen Induktionsherd, einem Multifunktions-Backofen zum Braten,

Garen und Dämpfen sowie einem Sous-Vide-Gerät.

Astrid Kuth wurde in Bonn geboren und wuchs in Bornheim-Widdig auf dem Land auf. Dort befindet sich auch heute noch ihr Kräutergarten nebst Freiluft-Küche und sie bietet in diesem Rahmen Pop-Up-Dinner für höchstens 30 Personen an, alternativ auch im



Garen, braten, backen, dämpfen: Stadtköchin Astrid Kuth hat in der Römerstraße eine Kochschule eröffnet

Weingut Pieper in Königswinter und an anderen Orten.

1991 begann sie ihre Ausbildung zur Köchin im damaligen Bonner Sterne-Restaurant Le Marron im Ortsteil Lengsdorf. Nach ihrer Zeit in der Sterne-Küche von Rainer-Maria Halbedel in Bad Godesberg zog es sie ins Event-Catering, wo sie zum Beispiel das Festival R(h)

einkultur in der Bonner Rheinaue und diverse Filmproduktionen kulinarisch begleitete.

Anno 2000 erfüllte sich Astrid Kuth einen lang gehegten Wunsch und eröffnete in der Bonner Altstadt mit dem „Strandhaus“ ihr erstes eigenes Restaurant, welches sie als sie Küchenchefin bis Ende 2023 leitete.

In ihrer neuen Kochschule bietet sie jetzt gemeinsames Kochen an, gestaltet entweder als geselliger und kreativer Kochkurs (Menü aus drei bis vier Gängen mit maximal acht Teilnehmern) über circa vier Stunden oder als Workshop mit höchstens zehn Personen und knapp drei Stunden Dauer. „Ich gebe gerne regionalen Themen den Vorzug, marktfresh mit vielen Kräutern und Gemüse“, sagt Astrid Kuth. „Und ich lege mich nicht auf eine bestimmte Himmelsrichtung fest – ich koche weltweit.“ Hagen Haas

Info: Astrid Kuth – Die Stadtköchin, Kochschule in der Römerstr. 179. Weitere Infos, Termine, Kursthemen, Preise und Anmeldung unter www.astrid-kuth.de.

Im Einkaufskorb: Fleischkäse

Mit Käse hat diese aus dem Süden stammende Wurstspezialität nichts zu tun. Der Name kommt allein von der Kastenform, in der der Fleischkäse zubereitet wird. Eine dicke Scheibe davon, mit brauner Kruste und rosa Fleisch, heiß, in einem Brötchen, vielleicht mit Senf, ist ein klassischer Imbiss am Mittag. In manchen Metzgereien stehen die Leute Schlange, wenn der Fleischkäse frisch aus dem Ofen kommt. In der Kneipe gehört er, gebraten mit einem Spiegelei drauf und Bratkartoffeln, zu den Standards.

Viele sagen auch Leberkäse, doch streng genommen muss der Fleischkäse Leber enthalten, um so genannt zu werden. Erfunden haben die Spezialität die Bayern. Deshalb heißt es eigentlich auch nicht „Brötchen mit Fleischkäse“, sondern „Leberkas-Semmel“. Und dazu kommt kein scharfer, sondern süßer Senf.

Fleisch- oder Leberkäse wird aus gepökeltem Schweine- und Rindfleisch, Speck, Zwiebeln und Gewürzen wie Majoran, Muskat, Piment oder Koriander hergestellt. In der Form wird er dann bei rund

200 Grad Celsius im Ofen gebacken. Für den bayrischen Abend zu Hause gibt es zum Selbstbacken rohen Fleischkäse, in einer Einweg-Aluminiumbackform.

Es war der Hofmetzger des Kurfürsten Karl Theodor von Wittelsbach, der vor rund 230 Jahren in Bayern den Leberkäse erfunden



Hat mit Leber nichts zu tun: Brötchen mit Fleischkäse

hat. Er entstammt der pfälzischen Linie des Adelshauses und soll seinen Metzger mit nach Bayern genommen haben. Dieser hatte die Idee, Brät aus Schweine- und Rindfleisch in Kastenform zu backen. Von Bayern aus verbreitete sich die Spezialität dann bald in andere Teile Deutschlands, nach Österreich und in die Schweiz. Regina Krieger