

Gute Stimmung hinterm Deich

mein ZauberTopf zu Gast bei neuen Freunden
in St. Peter-Ording. Hier wird mit modernen
Ansätzen und Thermomix® gekocht

Text: Vivien Koitka

StrandGut Resort

DAS STRANDGUT IM NETZ Infos und
Angebote unter www.strandgut-resort.de

 @strandgutresort

Am Kurbad 2 | 25826 St. Peter-Ording



Fotos: David Schmitz (1): Strandgut (2)

Meerblick Suite mit
Dachterrasse und Sauna

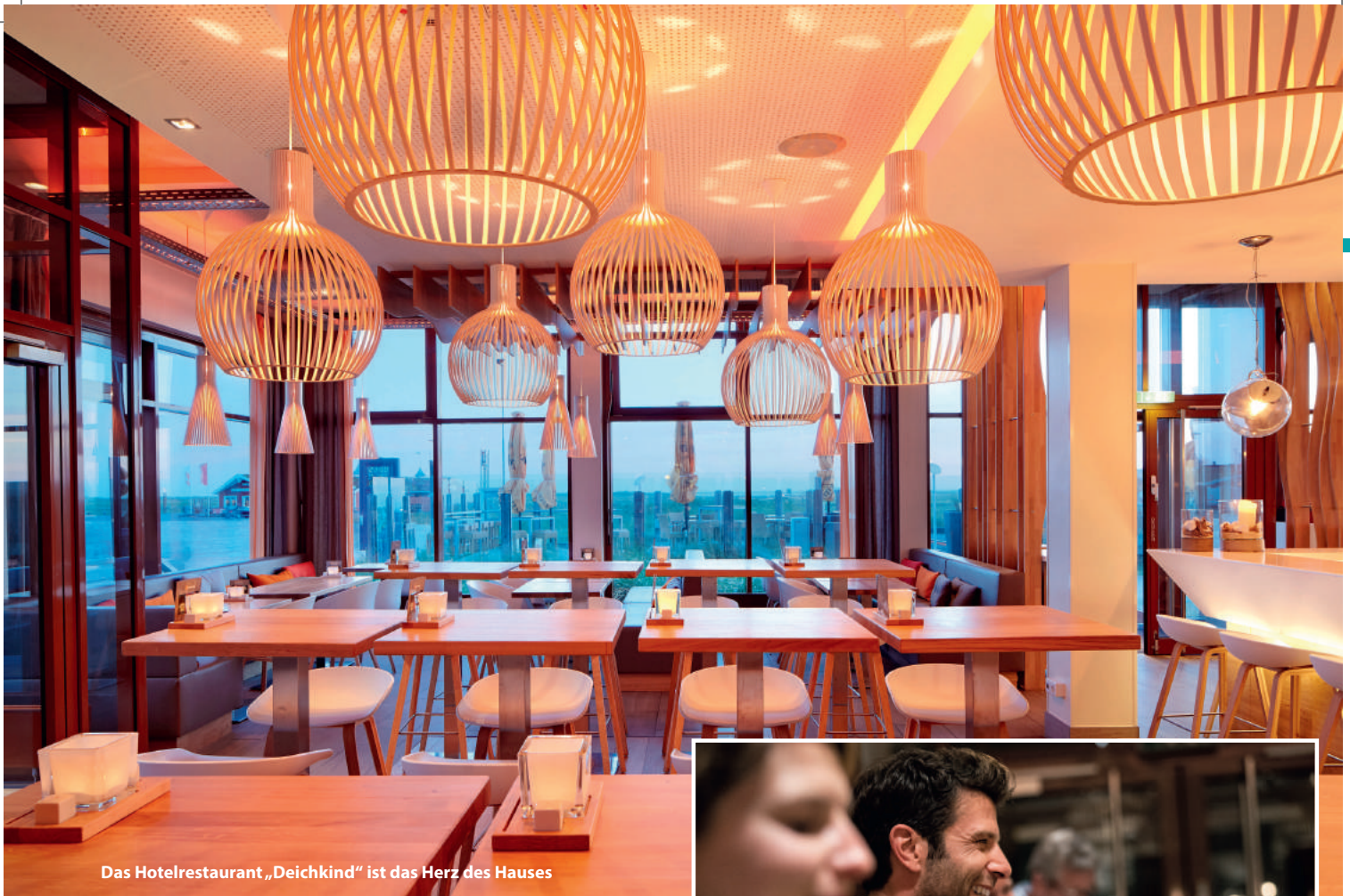
DIE NORDSEESLUFT MACHT APPETIT AUF DIE GUTE KÜCHE IM STRANDGUT



Küchenchef
Markus
Friederici

Die **mein ZauberTopf**-Redaktion erhielt die spannende Meldung, dass im Hotelrestaurant des StrandGut Resort in St. Peter-Ording – dem „Deichkind“ – ein junger, talentierter und sehr kreativer Küchenchef arbeite, der obendrein auch noch ein riesiger Fan des Thermomix® sei und diesen täglich im Einsatz habe. Ob wir ihm beim Kochen mal über die Schulter schauen wollten, lautete die Frage. Und ob! So machten wir uns mit vier Kollegen aus den Teams Redaktion, Rezeptentwicklung, Fotografie und Video auf den Weg, um das StrandGut und den Koch Markus Friederici einmal live zu erleben.

Der Sand knirscht unter unseren Füßen und die bereits sehnsüchtig erwartete Nordseebrise streift uns, als wir nach einer Fahrt über die Deiche in St. Peter-Ording aus dem Auto steigen. So hatten wir es uns vorgestellt, als wir die Einladung des StrandGut Resort erhielten.



Das Hotelrestaurant „Deichkind“ ist das Herz des Hauses



„UNSERE GÄSTE
LIEBEN ES,
SICH VON UNS
VERWÖHNEN
ZU LASSEN“

Vor Ort gibt es für uns Gäste einen herzlichen wie auch köstlichen Empfang. Mit Blick auf Dünengras und Promenade sitzen wir im Deichkind bei heißem Latte Macchiato in gemütlich modernem Ambiente, das Ruhe ausstrahlt und den Besucher unmittelbar ausatmen und entspannen lässt. Auch das Personal trägt dazu bei: Mit nordischer Gelassenheit wird man hier bestens umsorgt und – als würde man sich seit Jahren kennen – ganz persönlich geduzt. Das gefällt uns gut.

Küchenchef Markus Friederici, der uns gemeinsam mit Mitinhaber Karsten Werner freudig in Empfang nimmt, ist auch direkt beim Du. Seit über zwei Jahren kocht sich der 33-Jährige nun bereits in die Herzen der StrandGut-Gäste. Inspiriert von Stationen auf Sylt, in Südafrika, auf den Malediven und der MS Europa findet man in seiner sachlich-regionalen Küche viel Abwechslung und hier und da exotische Einflüsse. „Ich liebe es, vegetarisch und vegan zu kochen, obwohl ich selbst gern Fleisch und Fisch esse. Ich finde es schön, Gerichte aus regionalen und saisonalen Lebensmitteln zu kreieren“, erklärt Markus mit einem Lächeln.

Als Sohn eines Landwirts hat er ein klares Credo in der Küche des Hotelrestaurants etabliert: „Kochen muss nicht kompliziert sein, wenn es einfach sein kann. Würze kommt durch Salz, Pfeffer, Zucker und Zitrone. Mehr braucht es nicht, wenn das Produkt ausgezeichnet und gut zubereitet ist.“ Dass dieses Konzept alle Tageszeiten bestimmt, stellen wir während unseres Aufenthalts immer wieder fest. Hier kommen keine Zusatzstoffe in die Gerichte. Das beginnt beim reichhaltigen Frühstücksbuffet, zieht sich durch die kleine aber feine Mittagskarte sowie die Kaffeezeit und trifft auch auf die hochwertigen



In St. Peter-Ording ist immer Strandwetter

„KOCHEN MUSS NICHT KOMPLIZIERT SEIN, WENN ES EINFACH SEIN KANN“

ge und vielseitige Abendkarte zu. „Bei uns kommt nach Möglichkeit nichts weg. Durch die Erfahrungen aus der Landwirtschaft weiß ich, wie schwer es ist, Produkte herzustellen. Und aus nahezu allen Lebensmittelbestandteilen lässt sich etwas Leckeres zaubern. Ein Beispiel: Pressen wir Karottensaft, bereiten wir aus dem Trester mit Mehl und Eiern einen saftigen Reibekuchenteig zu. Man muss erfinderisch sein. Das spart Geld und schont die Ressourcen.“

ERFOLGREICHE FREUNDSCHAFT

Der Nachhaltigkeitsgedanke ist für den engagierten Profi eine Grundvoraussetzung im Planungs- und Kochalltag. Diese persönliche Einstellung war auch einer der ausschlaggebenden Aspekte, die Karsten Werner und Markus Friederici als Partner zusammenbrachte. „Uns verbindet nicht nur der Beruf“, erklärt Karsten im Gespräch, „sondern auch eine Freundschaft.“ Diese ganz persönliche Verbindung auf Grundlage ähnlicher Interessen und dem gemeinsamen Ziel, Gutes mit einfachen Mitteln zu schaffen, ist wohl der Grundstein ihres Erfolgs.

„Markus hat viele innovative Ideen, kennt sich gut in der Welt der Gastronomie aus und sorgt mit seiner Energie und seiner Neugier für spannende Trends dafür, dass wir uns mit unserem kulinarischen Angebot immer weiterentwickeln. Das wollen wir auch!“, erklärt Karsten zufrieden. „Denn unsere Gäste lieben es nicht nur, hier in St. Peter am Strand spazieren zu gehen, sondern genießen es vor allem, sich von uns verwöhnen zu lassen. Dazu gehört neben einem Besuch in der Dünen-Therme und erholsamen Stunden auf unseren Zimmern vor allem auch unsere Genuss-Vielfalt.“ Die Gäste des StrandGut kommen von überall her. Sie sorgen für eine bunte Mischung aus nach Entspannung suchenden Pärchen oder Alleinreisenden, Familien mit Kindern, Großeltern mit Enkelkindern oder Gruppen von Freunden. Auch Hundehalter gehören zum Publikum und sind willkommen. Sie alle fühlen sich hier wohl und genießen die freundliche Atmosphäre, in der man so wunderbar entschleunigen kann.

EIN BLICK IN DIE PROFIKÜCHE

Natürlich nimmt uns Markus auch mit in seine Küche und zeigt uns seine aktuellen Lieblingsrezepte, die er mit dem Thermomix® zubereitet. „Wir nutzen hier den TM31, davon haben wir gleich zwei im Haus. Der Thermomix® ist für uns der perfekte Assistent. Mit ihm geht vieles schneller, das ist in der Profiküche natürlich immens wichtig.“ Als Markus für uns mixt, staunen wir über seine raffinierten und zugleich simplen Gerichte, die sensationell schmecken, und genau so nachzumixen sind. Sobald Markus über seine Zutaten und das Kochen spricht, kommt er immer wieder auf das Thema „Selbermachen“. „Ich bin der Meinung, dass Jeder Lebensmittel wie Ketchup und Mayonnaise selbst herstellen kann – wer einen Thermomix® besitzt, hat es dabei umso leichter. Bei Selbstgemachtem weiß man, was drin ist und es schmeckt einfach super!“ Auch in seinem Privatleben hat diese Einstellung Gültigkeit. „Meine Frau kocht zu Hause mit dem TM5® für unsere zwei sechs- und acht-jährigen Kinder und mich. Sie ist übrigens eine begeisterte Leserin der **mein ZauberTopf** und hat sich mit mir gefreut, dass ihr uns in St. Peter-Ording besuchen kommt!“, verrät er uns.


Während unseres Aufenthalts im StrandGut und der Gespräche mit Markus stellen wir fest, dass wir die Grundgedanken, die ihn beim Kochen leiten und die das Haus verkörpert, teilen. Hier findet ihr daher schon ein Rezept, das ihr nachkochen könnt. Und es folgen bald weitere! Denn wir haben Markus zu uns in die **mein ZauberTopf**-Redaktion eingeladen, um vor der Kamera für euch zu mixen. Die Videos seht ihr in Kürze auf der **mein ZauberTopf**-Facebook-Seite!



Entspannt und um etliche Ideen reicher geht es für uns zurück über den Deich in die Redaktion. Ein bisschen Sand haben wir auch noch in den Schuhen.

Fotos: StrandGut (3)

KICHERERBSEN-POMMES

Der Klassiker mal ganz anders

1000 g Wasser mit ½ TL Salz, 1 TL rote Currypaste und 1 TL Cajun Gewürzmischung im  **7 Min.** | **100 °C** | **Stufe 1** aufkochen. 250 g Kichererbsenmehl zugeben, Messbecher aufsetzen, **1 Min.** **Stufen langsam bis 10 hochdrehen**, sodass die letzten **10 Sek.** | **Stufe 10** gemixt wird. Masse auf ein Blech gießen und ca. 0,5 cm hoch verstreichen. 24 Std. kaltstellen.

Für den Dip Korianderstiele von 1 Topf Koriander schneiden, mit den Stielen in den  geben. 500 g Sojajoghurt, ½ TL Salz, 3 Prisen Pfeffer, ½ TL Zucker, 4 EL Terriyakisoße und 1 TL Cajun Gewürzmischung zugeben und **10 Sek.** | **Stufe 6** verrühren. 1 Frühlingszwiebel in Ringen und 1 TL Zitronensaft zufügen, weitere **5 Sek.** | **Stufe 6** mixen. Mit dem  nach unten schieben, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Ggf. erneut **10 Sek.** | **Stufe 1** mixen.

Öl in der Fritteuse oder einem tiefen Topf erhitzen. Währenddessen die Kichererbsenplatte in ca. 1 cm breite Stifte schneiden. In dem Öl frittieren bis sie goldbraun sind, dann mit einem Schaumlöffel herausnehmen und abtropfen lassen. Leicht salzen, mit etwas Terriyakisoße beträufeln und mit dem Korianderdip servieren.

PRO PORTION: 481 KCAL | 12 G E | 34 G F | 39 G KH



Spitzenküche aus dem Thermomix®

DETOX-WOCHE IM STRANDGUT MIT GUTEM AUS DEM THERMOMIX®

Vom **11.–16. November 2018** steht im StrandGut eine Fasten-Woche auf dem Programm!

Wer sich anmeldet, erhält das Rundum-Sorglos-Paket. Gemeinsam mit Ernährungsexpertin Sylke Weigl-Bensch erleben die Teilnehmer vier intensive Tage. Das Thema Fasten wird vertieft, Yoga- und Fitnessseinheiten sind eingeplant und begleitend gibt's täglich frisch gepresste Säfte und Smoothies, samova Bio-Tee, Honig und Wasser

sowie Gemüsebrühe. Außerdem gibt Küchenchef Markus eine Schulung am Thermomix® und erklärt, was eigentlich alles Gutes in einem Smoothie steckt. Nach 5 Übernachtungen erhalten die Teilnehmer zusätzlich ein Lunchpaket mit Obst für die Heimreise!

Teilnahme und Übernachtungen ab 920 Euro p. P. Mehr unter www.strandgut-resort.de Telefonische Anmeldung unter: +49 (0)48 36-99 99-0