

UNSERE HOBBYKÖCHE

Edelsteine aus Zucker und Likör

Freitags schauen wir im Wechsel Wirten und Hobbyköchen über die Schulter. Heute sind wir zu Gast bei Karin Wiebalck-Zahn in Holzkirchen. Sie hat ein edles Hobby: Likörpralinen.

VON SONJA GIBIS

Auf dem Küchentisch steht ein Holzkasten, gefüllt mit schneeweißem Puder. Dann vergraben Edelsteine. Karin Wiebalck-Zahn taucht mit den Fingern hinein, ganz langsam, ganz vorsichtig. Die verborgenen Kostbarkeiten sind zerbrechlich. „Ich nenne das Pralinen-Archäologie“, sagt sie, während ihre Finger fündig werden. Sie halten einen himmelblauen Schatz, matt glänzend wie von Meerwasser geschliffenes Glas.

„So etwas Schönes – das können Sie nicht kaufen“, schwärmt die Mutter von vier Kindern. Ihre Augen strahlen vor Begeisterung über ihr Hobby, das sie am liebsten mit allen Liebhabern von Likörpralinen teilen möchte. Denn das ungeschliffene Juwel zwischen ihren Fingern besteht aus Zucker, Wasser und Blue Curaçao. Überzogen mit Schokolade und garniert mit einer Lavendelblüte wird es später neben anderen Schätzen liegen. Wer ihre zarte Schoko-Schale mit den Zähnen knackt, dem strömt das Aroma von Rosenwasser über den Gaumen, von Honig oder Orangenblüten.

Doch noch ist es nicht so weit. Wer Likörpralinen herstellen will, braucht ausgewählte Zutaten, Akkuratresse – und die richtige Ausrüstung. „Den Holzkasten kann man leicht selbst bauen“, sagt Wiebalck-Zahn. Vor fünf Jahren besuchte die Leiterin der Holzkirchner Sprachenschule ihren ersten Patisserie-Kurs – und kam sofort auf den Geschmack. Inzwischen hat sich dieser verfeinert. „Mein Gaumen ist verwöhnt“, gesteht die 53-Jährige. Etwa von weißen Schoko-Ostereiern, aromatisiert mit Rosmarin, oder dunklen Pralinen mit Orangenblüten-Creme. Ihr Wissen über die hohe Kunst der Likörpralinen-Herstellung gibt Wiebalck-Zahn heute auch an andere weiter, in Kursen. Ein Buch – noch unveröffentlicht – hat sie ebenfalls bereits verfasst.

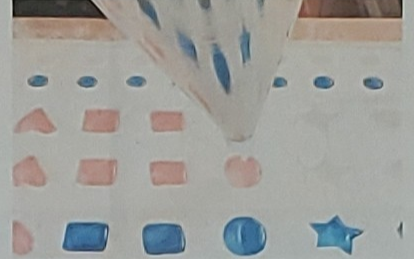
Die Holzleisten sind rasch zu einem Kasten verklebt. Er ist der Geburtsort des Likörkerns. Karin Wiebalck-Zahn füllt den Kasten mit Weizen- und Maispuder, getrocknet und gesiebt, und presst Stempel hinein. Die Mulden geben der Praline später ihre Form. Auch die Stempel sind selbst



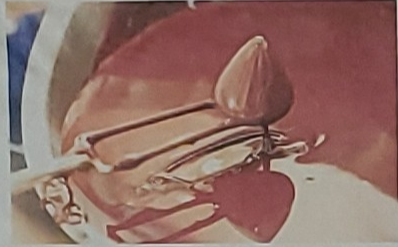
Pralinen-Kunst: Auf einem Spiegel arrangiert, strahlen die Rohlinge der Likör-Pralinen doppelt schön. FOTOS (B) OLIVER BOEMER



Aufgeklebt: Die Formen für die Pralinen-Stempel sind aus Modelliermasse geformt – oder am Strand gefunden.



Eingefüllt: Ein Likör-Trichter hilft, die bunte Flüssigkeit tröpfchengenau in den Weizenpuder zu gießen.



Aufgetaucht: Das Herzstück aus Likör wird mit einer Pralinen-gabel rasch in der flüssigen Schokolade gewendet.



Ausgegraben: Die Pralinen-Archäologie im Weizenpuder macht Spaß – auch der Redakteurin Sonja Gibis.

gebastelt: Aus dem Küchenschrank holt die Hobby-Patisserie Holzleisten. An ihnen kleben Sterne aus Modelliermasse, Kegel aus Gips, bunte Spielhütchen – sogar Steine. „Wenn ich im Urlaub am Meer entlanggehe, sehe ich Pralinen am Strand liegen“, erzählt sie – und drückt eine Leiste in den Puder, ganz gerade von oben, Reihe für Reihe.

Bei den Likören und Bränden gilt: Erlaubt ist, was schmeckt. Nur hochprozentig muss es sein. Der Vorratsraum neben der Küche birgt eine kostbare Sammlung. Aus jedem Urlaub kommen neue, exotische Aromen hinzu. „Die halten jahrelang“, sagt Wiebalck-Zahn. Denn als Liebhaberin geht sie sparsam mit ihren wertvollen Tropfen um. Heute greift sie zu Blue

doch ganz einfach“, sagt die Pralinen-Künstlerin und strahlt wieder. „Jetzt wird's richtig schön“, schwärmt sie – und greift zum Likör-Trichter. Den hat sie im Internet erstanden. Mit seiner Hilfe kann auch eine nicht ganz ruhige Hand das süße Gemisch in sein Puderbett füllen, tröpfchengenau. „Es geht aber auch mit einem Milchkönnchen“, versichert sie. Die noch flüssigen Edelsteine bekommen eine feine Decke aus Weizenpuder – und gehen schlafen. Mindestens sechs Stunden dauert es. Dann hat sich um den flüssigen Likörkern eine harte Schale aus kristallisiertem Zucker gebildet und er kann gewendet werden – wenn alles klappt. Denn selbst der geübten Patisserie kann eine Panne passieren. Mal ist die Kruste nicht erstarrt, mal der Kern fest geworden. Aber gerade das macht für Karin Wiebalck-Zahn die Pralinenproduktion zum Abenteuer. Noch immer schleicht sie am Morgen oft als erstes zu dem Puderkasten, gräbt gespannt nach dem ersten Juwel – und ist stolz, wenn es zwischen ihren Fingern funktelt.

Die Rohlinge legt sie in ein Sieb und befreit sie mit einem Pinsel von Mehresten. Dann kommt die Schoko-Fassung. Hierbei geht es um jedes Zehntel-Grad: Auf der Packung mit mehreren Kilo Schokolade darin ist eine Kurve gemalt. Sie beschreibt, wie man die Süßigkeit am besten erhitzt. „Das muss exakt sein“, erklärt Wiebalck-Zahn. Sonst verbinde sich die Kakaobutter nicht optimal mit der Restmasse. Die Oberfläche wird matt – wie bei einem alten Schoko-Ostereierhasen, der zu lange in der Sonne gestanden hat.

Doch mit Hilfe eines Thermometers lassen sich solche Fehler vermeiden. Im Wasserbad schmilzt die Schokolade, bis die braune Masse richtig temperiert ist – exakt 31,5 Grad muss sie haben. Dann glänzt die Schoko-Fassung der Edelsteine besonders schön. Wiebalck-Zahn lässt einen blauen Kegel in die zähe Masse fallen – mit der Spitze rasch unten. Sie wendet ihn rasch mit einer Pralinen-gabel, streicht die überschüssige Schokolade ab. Den letzten Schliff gibt eine getrocknete Blüte. Schlanke Schachteln machen die Optik perfekt. „Pralinen machen – das ist ein Genuss für alle Sinne“, sagt Karin Wiebalck-Zahn. Doch die Likörpraline – das ist die Königsdisziplin.

Das Team um Davis fütterte die Labormäuse zwei Monate lang täglich mit einer Walnussmenge, die bei einem Menschen 14 Stück entsprechen würde. Kontrolltiere bekamen Sojabohnen-Öl zusätzlich zu ihrer normalen Ernährung vorgesetzt. Am Ende der Untersuchung waren die Prostatageschwüre bei den Mäusen, die Walnüsse geknabbert hatten, im Schnitt um die Hälfte kleiner und entwickelten sich nur ein Drittel so schnell wie die Tumore der sojagefütterten Tiere. „Einem Gesundheitsfahrplan, der die Gesundheit der Prostata mit im Auge hat, sollten Walnüsse angehören“, kommentierte Davis das Ergebnis. Diese Nüsse sollten Teil jeder ausgewogenen Ernährung mit viel Obst und Gemüse sein.

14 Stück pro Tag

Walnüsse können zumindest bei Mäusen Prostata-Krebs bremsen.

Das Team um Davis fütterte die Labormäuse zwei Monate lang täglich mit einer Walnussmenge, die bei einem Menschen 14 Stück entsprechen würde. Kontrolltiere bekamen Sojabohnen-Öl zusätzlich zu ihrer normalen Ernährung vorgesetzt. Am Ende der Untersuchung waren die Prostatageschwüre bei den Mäusen, die Walnüsse geknabbert hatten, im Schnitt um die Hälfte kleiner und entwickelten sich nur ein Drittel so schnell wie die Tumore der sojagefütterten Tiere. „Einem Gesundheitsfahrplan, der die Gesundheit der Prostata mit im Auge hat, sollten Walnüsse angehören“, kommentierte Davis das Ergebnis. Diese Nüsse sollten Teil jeder ausgewogenen Ernährung mit viel Obst und Gemüse sein.

Eiweiß wird abgebaut

Der Prostata-schutz von Walnüssen könnte in ihrer Fähigkeit liegen, einen Eiweißstoff abzubauen, der als insulinähnlicher Wachstumsfaktor 1 (IGF-1) bekannt ist. Hohe Anteile dieses Proteins im Blut gelten als Anzeichen für ein erhöhtes Prostatakrebsrisiko. Um die Wirkung der Nüsse sichtbar zu machen, nützten die US-Forscher eine neue Gene-Chip-Technologie, mit der sie Gene-Veränderungen im Tumor und in der Leber der Tiere beobachten konnten. Dabei fanden sie heraus, dass Walnüsse sowohl im Tumor als auch in der Leber positiv auf jene Gene einwirken, die das Wachstum von Krebs mit kontrollieren.

Leider ist uns am Mittwoch in dieser Rubrik ein Fehler unterlaufen. Der Tuberkulose-Erreger wurde dann als „Virus“ bezeichnet. Natürlich handelt es sich bei Mycobacterium tuberculosis um ein Bakterium.

Edle Köstlichkeit: Karin Wiebalck-Zahn kreiert Likörpralinen

Zutaten: 375 g Zucker, 150 ml Wasser, Likör nach Geschmack, 750 g dunkle Kuvertüre, 5 Kilo Weizen- und 3 Kilo Maispuder.

Weizenpuder: Den Puder im Ofen etwa zehn Stunden lang bei 60 Grad trocknen. Holzkasten vollständig mit vermischtem Weizen- und Maispuder füllen (Verhältnis 2:1) und mit einer Holzleiste glatt streichen. Stempel gerade von oben hineindrücken.

Likörfüllung: Für die Likörfüllung Zucker und Wasser vermischen. Möglichst ohne Umrühren auf mittlerer Temperatur zum



Kochen bringen. Exakt bei 108 Grad vom Herd nehmen. 300 ml in eine Babyflasche füllen. Den Rest mit einem nassen Tuch abdecken. In der Babyflasche die **Zuckerdichte messen**. Diese sollte 39 Grad Baumé betragen. Ist sie zu niedrig, die Zuckerlösung zurück in den Topf geben und länger kochen. Ist sie zu hoch, später etwas mehr von der Spirituose hinzugeben.

Nach etwa fünf Minuten den Likör zur Zuckerlösung geben. Auf 300 ml Zuckerlösung etwa 75 ml von der Spirituose geben, wenn diese einen Alkoholgehalt von etwa 40 Prozent hat, bzw. 150 ml bei Spirituosen mit einem Alkoholgehalt von 15 bis 20 Prozent. Erneut die Zuckerdichte messen. Diese muss **32 Grad Baumé** betragen. Die Mulden im Puder mit der Flüssigkeit füllen. Am Ende mit etwas Puder durch ein feines Sieb bestreuen. Den Pralinenkörper nach 6 bis 10 Stunden **wenden**, damit die Kruste an allen Stellen gleichmäßig dick ist. Nach weiteren 6 bis 10 Stunden sind die **Rohlinge fertig**. Diese vorsichtig in ein Sieb legen. Mit einem Pinsel das restliche Mehl abstreifen.



Schokoladenüberzug: Um einen glänzenden Überzug zu erhalten, muss die Schokolade **richtig temperiert** sein. Auf etwa 45 Grad in einer Schüssel im Wasserbad erhitzen, dann auf 31,5 Grad abkühlen lassen. Den Rohling mit dem Boden nach oben in die flüssige Schokolade geben, mit einer **Pralinengabel** rasch in der Masse wenden. Überschüssige Schokolade am Schüsselrand abstreifen und auf eine passende Unterlage setzen, etwa mit einem Relief für Pralinenböden. Die Pralinen am Ende dekorieren, zum Beispiel mit getrockneten Blütenblättern oder Blattgold – und trocknen lassen.

Das richtige Gerät

Die Geräte erinnern an ein Chemielabor. Doch um Likörpralinen herzustellen, sind einige Hilfsmittel unentbehrlich. Dazu gehören hitzebeständige Messbecher. Außerdem braucht man ein Thermometer für Flüssigkeiten, das mindestens den Temperaturbereich von 100 bis 110 Grad abdeckt, und ein Speisethermometer mit einem Messbereich bis 50 Grad. Beide gibt's bereits für weniger als 10 Euro im Handel. Wichtig ist zudem eine Bauméwaage zum Messen der Zuckerdichte. Auch diese ist bereits für etwa 10 Euro zu haben. Ein schmaler Messbecher ermöglicht, dass die Waage tief genug sinken kann. Doch kann man auch eine hohe Babyflasche benutzen. Ein Milchkönnchen oder besser ein Likörtrichter er-



In den Messbechern warten Mai Tai und Blue Curaçao auf ihren Einsatz.

leicht das Einfüllen des Likör-Zuckersud. Der Trichter kostet etwa 100 Euro, Holzleisten für den Puderkasten und die Stempel sowie zum Glätten des Puders gibt's im Bastelshop. Hier erhält man auch Modelliermasse.