

Kochbuchrecherche in Shiraz, Isfahan und Teheran

6. September bis 6. Oktober 2102

Teil 2/3 Isfahan

In Isfahan wohnen wir bei **Mashid und Mahmoud**. Mashid heisst übersetzt Mondlicht. Sie ist eine alte Schulfreundin von Iran Riahi, meiner Reisebegleiterin, Organisatorin und Dolmetscherin. Wir werden mit Dolme (gefüllten Peperoni) empfangen und Mashid erzählt aus ihrem Leben: „Nach der Revolution fühlten wir uns nicht groß unter Druck. Die Mädchen und jungen Frauen gingen kurzärmlig und ohne Kopftuch zur Schule. Im dritten Jahr nach der Revolution, nach dem Beginn des Krieges mit Irak begannen nach und nach die Einschränkungen für die Frauen. Zuerst war der Krieg nur im Süden, dann fielen auch Bomben auf Isfahan. 1986 zogen wir mit den drei kleinen Kinder über Frankreich nach Kanada und blieben für 19 Jahre in Vancouver.“ Aber vor allem Mahmoud zog es in seine Stadt Isfahan zurück. Er ist ein guter Architekt, der in Isfahan und Vancouver viel gebaut hat. Zusammen mit Freunden haben sie in Isfahan immer wieder Kontakte zur Zürcher Kunstszene gepflegt und Ausstellungen organisiert. Wer weiss, wenn mein Buch fertig ist, stelle ich vielleicht in Isfahan aus:-)



Mashid und ihr Werk



Die Frauen können sich sehr gut untereinander vergnügen.

Am nächsten Tag kocht **Fati**. Sie weiss viel über die gesundheitlichen Wirkungen des Essens und berücksichtigt auch die Zusammensetzung der Zutaten mit kalter oder warmer Wirkung.



Fati macht Karottenhelva



Junge Frauen im Garten des Hotel Abbasi

Am Abend spazieren wir ins berühmte und wunderschöne **Hotel Abbasi** und essen Bastani, das iranische Safraneis mit Salep (Stärke einer Orchideenwurzel) und trinken Zimttee. Unterwegs zu einem der Schönsten und grössten Plätzen der Welt, dem **Meidan-e-Naghsh-e-Jahn (Platz vom Bild der Welt)** heute Meidan-e-Imam und früher Meidan-e-Shah genannt, kommen wir durch den **Acht-Paradiesgarten (Hasht Behesht)**. Hier sitzen Gruppen, Paare, Einzelne auf Tüchern oder Teppichen. Es wird gepicknickt, gedöst, Schach gespielt, Wasserpfeife geraucht, der Samowar auf einem Gasfeuer erhitzt oder einfach geplaudert.



Tourismus

Beim Platz angelangt beginnt es schon zu dämmern. Auch hier picknicken überall die Iraner. Der Bazar ist geschlossen, da wieder einmal einer der vielen Trauerfeiertagen ist, der des sechsten Imams. Wir gehen rund um den Platz und setzen uns eine Zigarette lang hin. Ich sehe ausser mir keine Fremden. Eigentlich müsste es hier von Touristen wimmeln. Es hat zwar viele Leute, aber das sind Einheimische und Iraner, die ihr eigenes Land bereisen.

Ein Schweizer Reiseleiter, den ich in Teheran mit seiner Gruppe treffe, sagt mir: Das Land ist einmalig, fast möchte man hoffen, dass es nie von Touristenströmen überrannt wird und ein zweites Ägypten wird. Aber das ist egoistisch. Den Leuten dort wünscht man selbstverständlich bessere Umstände! Ich habe auf dieser Reise nie Angst gehabt. Es gibt Bestimmungen, wie zum Beispiel, dass Frauen in der Öffentlichkeit ein Kopftuch tragen, die Blusen und Mäntel langärmelig und den Po bedecken müssen. Es darf nicht überall fotografiert werden. Aber die Leute sind freundlich, interessiert, hilfsbereit und neugierig. Ich habe keinen Grund gefunden, der gegen eine Iranreise spricht und viele Iraner freuen sich über den Kontakt mit Ausländern. Ich möchte allen Iran-Interessierten Reisen von **Sadegh und Iran Riahi „Riahi Travel“** und **Werner van Gent „Treffpunkt Orient“** empfehlen. Genauere Angaben stehen am Ende des Newsletters.



Wir verlassen den Platz und das Gebimmel der Pferdekarren und gehen über die erste Brücke **Si-o-Seh-Pol, die 33 Bogenbrücke**. Die Brückenbögen bieten Nischen für Liebespaare oder Leute, die einfach ruhen wollen. Der Fussweg entlang des Flussbettes ist 30 km lang und mit wunderschönen grossen Steinplatten belegt. Er wird jeden Tag gefegt. Isfahan ist sehr sauber. Das Flussbett ist zum Leidwesen der Bewohner aus Isfahan trocken, weil der Fluss für die Landwirtschaft und nach Yazd umgeleitet wird. In kleinen Drahtgitterschalen, die an einem beweglichen Draht befestigt sind, schwingen junge Männer glühende Kohlen und zeichnen Feuerkreise in die Luft - ähnlich dem Feuerpoi. Wir spazieren zur zweiten und schönsten Brücke, der **Khajou Brücke**. Bei dieser Brücke wird jede Nacht, aber vor allem an den Wochenenden bis drei, vier Uhr gesungen und getanzt. Ab 5 Uhr wird dem Fluss entlang Aerobic, Yoga, Tai Chi u.a. gemacht. Von 5-6 Uhr die Männer und 6-7 Uhr die Frauen. Dafür wäre ich gerne eine Nacht länger in Isfahan geblieben.



Auf dem Nachhauseweg gibt es noch einen **frisch gepressten Karottensaft** und zu Hause einen iranischen Zeichentrickfilm am Fernseher. Über Satellitenschüsseln können alle internationalen Sender empfangen werden. Obwohl illegal haben die Leute Satellitenschüsseln. Die Regierung verdient trotz dem Verbot mit.



Mahmoud hat in den BBC-Nachrichten gehört, dass in Libyen der US-Botschafter und weitere Diplomaten wegen einem kritischen Mohammedfilm ermordet wurden. Wir warten auf weitere Nachrichten und essen Früchte, die Mahmoud in seinem Garten ausserhalb von Isfahan geerntet hat. Grüne saftige Pfirsiche, die innen ganz rot sind. Er hat einen Teil eingekocht. Sie schmecken so süß, dass ich nicht glauben kann, dass kein Zucker beigefügt ist. Auch die kleinen Pflaumen sind göttlich. Dazu gibt es **Falude**, neben Bastani das zweite typische Eis im Iran. Ein uraltes Rezept. Falude sind Reisnudeln in einem Rosenwassersirup gefroren, die halbgefroren mit frischem Zitronen- oder Sauerkirschensaft gut schmecken.

Am nächsten Tag zeigt uns Mahmoud zwei Häuser, eines von ihm und eines von einem befreundeten Architekt gebaut.



Mahtab kocht für uns. Sie ist eine wunderschöne 32 jährige Frau und bereitet uns als professionelle Köchin ein wunderbares Essen zu. Ich kann nicht fassen, was sie alles aufischt. Ihre Schwester Marveh ist eine gute Gemüseschnitzerin. Beide Schwestern sind noch unverheiratet, für Isfahaner Verhältnisse ungewöhnlich. Nahid, ihre Mutter, Psychologin und Dozentin an der Uni erzählt mir die Gründe. Sie sind eine intellektuelle Isfahaner Familie, die eine standesgemässe Heirat für ihre Töchter wollen. Nun gibt es aber einen großen Männermangel. Im Irak-Irakkrieg sind viele Männer, die heute 35-45 Jahre alt wären, umgekommen und viele gut ausgebildete Männer gehen, wenn sie irgendwie können ins Ausland. Das bedeutet für viele Frauen der Generation von Mahtab und Marveh, dass sie mit 30 Jahren und älter noch zu Hause wohnen und keine Beziehungen mit Männern leben können.



Aufnahme der Rezepte

Ich habe im ersten Newsletter geschrieben, dass ich wegen dem dichten Programm und dem Vorteil der genaueren Rezeptaufnahme auf das Zeichnen verzichtet habe. Iran und ich haben trotzdem mehr als genug zu tun. Hier ein Beispiel wie ein Kochtag ablaufen kann:

- Wenn wir kommen wird immer zuerst ein Tee, Sirup oder Fruchtsaft serviert.
- Nach der Vorstellung und Kennenlernen, schreibe ich zuerst den Namen, die Adresse und die Gerichte auf, um einen Überblick zu erhalten. Die Rezeptnamen schreibt Iran auf Farsi in arabischer Schrift und diktiert mir den Namen in Farsi in lateinischer Schrift. Diese schreibe ich direkt in den Laptop und suche nach einem deutschen Namen für das Gericht. Manchmal findet sich ein passender Rezeptname erst nach dem Essen.
- Viele der Köchinnen haben einen Teil der Gerichte vorgekocht. Nicht immer zu meiner Freude, da ich Mengen, Temperaturen und Zeiten während des Kochprozesses aufnehmen möchte.
- Ich suche mit meiner Kamera eine gute Perspektive - eine Ansicht mit viel Arbeitsfläche und wo ich die Köchin nicht nur von hinten sehe. Das soll dann die Perspektive für die Küchenzeichnung sein. Nun können wir im Verlauf des Kochprozesses immer wieder Bilder vom selben Punkt aus machen.
- Die Köchin bestimmt den Ablauf. Da die Gerichte parallel gekocht werden, wechsle ich beim Schreiben immer wieder zwischen den Rezepten hin und her. Nicht nur Zutaten, auch Kochzeiten und -temperaturen müssen festgehalten werden. Iran dolmetscht zwischen der Köchin und mir hin und her. Wir fotografieren beide.
- Wenn es Wartezeiten gibt, stelle ich schon die ersten Interviewfragen. Das beginnt immer mit der Altersfrage, was regelmässig zu Lachen gibt. Nachdem die große Bedeutung, des Duftes in der iranischen Küche realisiert habe, frage ich jede Köchin nach ihrem Lieblingsduft und alle können ihn und ihr Lieblingsgewürz ohne zu zögern angeben.

- Köchinnen zu Hause sind nicht gewohnt die Zutaten abzumessen und kochen wie bei uns auch meist nach Augenmass und mit abschmecken.
Es wird nachgewürzt, Flüssigkeit beigegeben, Angaben werden verändert und wir müssen sehr achtgeben, damit uns nichts entgeht.
- Da es in kaum einem Haushalt Waagen gibt, nehmen wir einen Reisbecher zur Hilfe.
Zu Hause rechne ich diese Masse dann von Becher oder Mililiter in Gramm um, indem ich alles nachwäge.
- Kräuter oder Gewürze, die wir nicht kennen oder den richtigen Namen nicht wissen, schreiben wir auf, um sie zu Hause zu recherchieren.
- Dann wird das Essen angerichtet. Das Werk der Köchin wird schön aufgetischt und es gibt ein großes Fotoshooting. Die Gerichte einzeln, alle beisammen, mit der Köchin und mit allen Gästen. Manchmal werden die Speisen dabei kalt.
- Häufig wird es 15.00, 16.00 Uhr bis das Mittagessen auf dem Tisch steht. Endlich wird geschmeckt, geplaudert und Komplimente verteilt. Meistens ist das ein Frauenanlass. Die Iranerinnen können sich sehr gut ohne Männer vergnügen.
- Nach dem Essen räumen die Gäste ab und wir könne die Köchin interviewen. Ich stelle die Fragen und Iran dolmetscht. Ich schreibe die Notizen nach Möglichkeit direkt ins Laptop. Das dauert eine gute Stunde oder mehr. Die interessanten Geschichten kommen häufig gegen das Ende.
- Und dann vor dem Verabschieden wird noch einmal ein Tee getrunken.



Beryani

Am letzten Tag in Isfahan besuchen wir ein **Beryani-Lokal**. In kleinen Pfännchen wird gekochtes Lammfleisch gebraten, und wiederholt mit Brühe übergossen. Mit Zimt und Safran gewürzt werden sie auf einem Fladenbrot zur Brühe mit frischen Zitronen, Basilikum, Frühlingszwiebeln und Fladenbrot serviert.

Bei der Kasse steht auf einem Schild: Essen sie nach einem Beryan, wegen seinem Fettgehalt keine Wassermelonen, Gurken oder unreifen Pflaumen, da dies kalte Lebensmittel sind. Im Iran wird werden Lebensmittel und Menschen in kalte und warme Typen geordnet. Wichtig ist es eine Balance zwischen warm und kalt zu halten.



Reisen in den Iran



Riahi Travel“ von Sadegh und Iran Riahi

www.riahi-travel.ch

Perlen des Orients (Teheran, Kashan, Yazd, Shiraz, Isfahan)

Frühjahrsreise, Iran

14.-16. Apr. 2012 (13 Tage)

Perlen des Orients (Teheran, Kashan, Yazd, Shiraz, Isfahan)

Herbstreise, Iran

6.-18. Okt. 2012 (13 Tage)

Riahi Travel bietet auch Individualreisen nach
gewünschten Reisedaten und Reiserouten.

Treffpunkt Orient

Werner van Gent

www.treffpunktorient.ch

Iran (Isfahan, Yazd, Shiraz, Kerman):

Das klassische Iran bleibt ein Höhepunkt in unserem Angebot.

Leitung: Werner van Gent (Ko-Autor von: „Iran ist anders“)

19. bis 30. April

Weitere Reisen in Planung (Anfragen)

