

Kochbuchrecherche in Shiraz, Isfahan und Teheran

6. September bis 6. Oktober 2102

Teil 1/3 Shiraz

Liebe Freundinnen, Freunde und Bekannte,
ich bin glücklich und vollbepackt mit vielen feinen Rezepten und Geschichten zurückgekommen. Die Besuche in den privaten Küchen waren, neben dem Kulinarischen, eine einmalige Gelegenheit Einblicke in die schwierige Lage der Iranerinnen und Iraner zu bekommen. Möglich war das nur dank Iran und Tooka, meinen zwei wunderbaren und kompetenten Begleiterinnen und Dolmetscherinnen. Das Vertrauensverhältnis zu vielen Köchinnen wurde nur Dank ihren persönlichen hervorragenden Kontaktnetzen möglich. Ich habe auf meiner Reise ein Iranbild erlebt, das in den westlichen Zeitungen nicht zu lesen ist.



Ankunft in Shiraz

Morgens um vier Uhr klopfen wir an die Türe des kleinen **Hotels Golshan** im Zentrum von Shiraz. Die Gasse zum Hotel ist wunderschön mit Gedichten berühmter iranischer Poeten, wie Saadi, Hafez oder Rumi bemalt. Die iranische Sprache ist Farsi und hat arabische Schriftzeichen.



Wochenende ist am Donnerstag und Freitag

Am Freitag unserem Ankunftstag sind wir für ein **iranisches Picknick** in einem großen Garten außerhalb von Shiraz eingeladen. Dem Besitzer gehört ein Privatspital mit MRI-Apparaten. Wer hätte gedacht, dass ich am ersten Tag mit Männern und Frauen Wasserball im dazugehörigen Hallenbad spiele. Die Frauen sind in ihren Blusen und Leggings ins Wasser gestiegen. Die Männer mit Unterhose. Es wird sehr lustig. Beim anschließenden Spaziergang sehen wir überall große Picknickgruppen mit Samowar und Wasserpfeifen unter den Bäumen. Ich schreibe die ersten **Rezepte** auf:

Kabab Kubide, ein dünner, würziger Hackfleischspieß und

Kabab-e-Bal, Pouletflügelspieß an Zitronen- Safranmarinade auf dem Holzfeuer gegrillt.

Ich bekomme trotz des Alkoholverbotes einen **Wodka** mit Sauerkirschensaft offeriert.

Im Iran ist alles erhältlich, wenn man genug Geld hat. Das Geschäft aber macht die Regierung.



Am zweiten Tag kocht **Jila Etemad Jalali** und ihre Freundin **Badri Kamyar**, die Ehefrau des bekannten Schriftsteller **Shahriar Mananipour** für uns. Die Frauen behalten im Iran ihren Mädchennamen.

Am Abend haben wir einen zweiten Kochtermin mit **Hussein**, dem Koch unseres kleinen Hotels.

Unsere Kochtermine sind sehr gedrängt. Ich realisiere, dass **das Skizzieren** neben dem Rezeptaufnahme der Zutaten, Kochzeiten und Temperaturen, den Interviews führen und dem Fotografieren uns beide überfordert. Ich verzichte auf das Zeichnen und werde die Bilder im Nachhinein aufgrund der Fotos machen. Der Vorteil ist, dass die Rezepte sehr genau aufgenommen sind :-)

Niemand wird mir glauben, dass ich in Shiraz war, ohne Persepolis gesehen zu haben. Dafür besuchen wir unter anderem die wunderschönen Mausoleen der berühmten Poeten Saadi und Hafez. Früher haben die Besucher bei den Grabstätten musiziert und gesungen. Heute sehen wir einen Vorbeter mit einem großen Teppich voll betender Männer Präsenz markieren.



Halva von Jila



Mausoleum von Hafez

Am dritten Tag besuchen wir die Wohltätigkeits-Organisation **Reihane** (Basilikum), die geschiedenen und verwitweten Frauen Arbeit gibt. Eine der großen Religionsstiftungen hat das Projekt übernommen. Es werden Kräuter entstielt, Gemüse gewaschen, getrocknet, Gerichte und Halbfertigprodukte gekocht und in einem Laden verkauft. Wir werden freundlich begrüßt, dürfen fotografieren und Fragen stellen. Als ich auch im Laden fotografiere und ruft eine Frau eine leitende Person an. Plötzlich wird uns verboten zu fotografieren. Ich muss alle Bilder auf der Kamera löschen und die Rezepte erhalten wir auch nicht. So schade!

Der restliche Tag verläuft glücklich.

Wir besuchen unter der Führung von Herrn Fatemi

- die bekannteste Süßbrotbäckerei in Shiraz,
- ein Ash-Take-Away
- ein Take-Away mit iranischen Gerichten
- eine Presserei für unreifen Traubensaft und Limonen
- eine Distillerie für Pflanzenauszüge
- Behnaz und Hojjat kochen am Abend nordiranische vegetarische Gerichte für uns.



Hojjat ist Ingenieur und hat einen offenen **Lift mit hydraulischer Ölpumpe** von der Küche in den oberen Stock gebaut. Die Familie liebt die Erfindung.

Ash sind dicke persische Suppen. Der **Take-Away** ist ein Familienbetrieb. **Reza**, einer der Söhne begrüßt uns in perfektem Englisch und lädt uns ein, alle Suppen zu probieren. Reza hat in Mailand den Master in Fashion Design gemacht. Zurückgekehrt ist er, weil er hier etwas bewirken will. Er plant Destillatoren für die Süßwasserherstellung und andere Technologien zu importieren. Exportieren will er iranische Heilkräuter nach Europa. Er ist voller Ideen und sieht ein großes Potential im Iran.





Der **unreife Traubensaft** hat eine feine Säure und wird in der **Presserei** aus einer besonderen Traubensorte gepresst. Die **iranischen Limonen** sind klein und haben einen wunderbaren Geschmack. Shiraz kennt viele Rezepte mit Limonen- oder unreifem Traubensaft. Die Stadt ist berühmt für ihr moderates Klima und wird **die Gartenstadt** genannt. Hier wachsen Dattelpalmen und Bitterorangen nebeneinander. Die berühmten Shiraztrauben sind wunderbar saftig mit einer feinen Haut. Trotzdem warmen Klima ist man in nur 11/2 Stunden in einem bekannten Skigebiet bei Sepidan.

In der **Distillerie** gibt es Dutzende von Kräutern und Blumen, die alkoholfrei destilliert werden. Die bekanntesten sind **Rosen- und Orangenwasser**. Der Kräuterduft ist überwältigend. Ich fühle mich im Paradies. Zu jedem Destillat ist die medizinische Wirkung beschrieben. Die Iraner wissen allgemein viel über die gesundheitlichen Aspekte der Lebensmittel. Die Leute bringen die gesammelten Kräuter, Blätter und Blumen aus den Bergen. Gerade kommt eine Frau, die Walnussblätter bringt.



Shiraz, Nasir-al-Molk Moschee



Die historische persische Küche

Mit dem Vip-Bus fahren wir in 6 Stunden **nach Isfahan**. Unterwegs nehme ich die Landschaft und bei einem Stopp, die diversen alkoholfreien Biersorten auf. Unsere erste Verschnaufpause. Wir kommen wohlbehalten in Isfahan an, wo schon das nächste Nachtessen auf uns wartet.



Die Fortsetzung **Isfahan** folgt im Newsletter 2/3, Gabi Kopp, 12.9.12