

## Scharf, lecker, gesund

Bernhard Rosa aus Lindenberg hat ein Kochbuch mit thailändischen Rezepten geschrieben

Von Manfred Sendlinger

LINDENBERG - Etwas essen und Nahrung zu sich nehmen – das sind für Bernhard Rosa aus Lindenberg zwei grundverschiedene Dinge. Erstgenanntes fängt bei ihm bereits beim Einkauf sowie bei der generationenübergreifenden Zubereitung der Speisen an der Arbeitsplatte und am Herd statt – und findet seinen Höhepunkt beim gemeinsamen Mahl, bei dem geredet, gelacht und Zusammengehörigkeit gelebt wird. „In meinem Elternhaus stand nicht nur meine Mutter am Herd. Auch mein Vater hat viel und sehr gut gekocht, sodass meine Geschwister und ich mit einer für uns enorm wichtigen Esskultur groß geworden sind“, erinnert sich Rosa.

Der 1963 geborene und in Lindenberg groß gewordene waschechte Westallgäuer („ich bin mit Kässpätzle und Rindsrouladen aufgewachsen“) hat dann aber schnell über den Teller-

rand der Allgäuer Spezialitäten hinausgeblickt. Als er Mitte der 1980er-Jahre erstmals nach Thailand geflogen ist, hat ihn die dortige Küche auf Anhieb begeistert. „Lecker, abwechslungsreich, gesund, scharf und ohne ein Völlegefühl zu hinterlassen“, beschreibt Rosa seine ersten Erfahrungen mit der Thai-Küche.

Von damals bis heute hat sich viel getan. Während der zahlreichen weiteren Thailand-Urlaube wurde der Kontakt zu einer einheimischen Familie immer herzlicher. „Diese Familie in Thailand gehört zu den Koryphäen der unverfälschten, authentischen thailändischen Küche. Jeden Morgen wird um 5 Uhr aufgestanden, dann werden mehrere Gerichte gekocht, in Edelstahltöpfe gefüllt und zum Verkauf an den Marktstand gefahren“, sagt der Hobbykoch.

Über diesen Familienanschluss ist Rosa auch zum Großteil seiner Rezepte in seinem Buch „Geheimnisse

der Thai-Küche“ gekommen: „Ich kenne in Thailand etwa 20 Köche, von denen ich viel Wissenswertes und vor allem Authentisches erfahren habe.“ Dass er mittlerweile was von der Materie versteht, bewies der Westallgäuer, als er als bisher einziger Europäer in einer thailändischen Koch-Show auftreten durfte. Außerdem hat er aufgrund eines Notfalls sogar kurzfristig die Küche eines kleinen Thai-Restaurants geführt – zur vollen Zufriedenheit der Gäste, wie er sagt.

„Ich finde es spannend, nicht bloß mit Salz, Pfeffer und Zwiebeln zu arbeiten. Die Verwendung von Zitronengras, Kardamom, Korianderwurzel, Kurkuma und Muskatblüten macht eine Mahlzeit erst zum Erlebnis“, sagt Rosa. Dass aus dem Hobby Kochen – Rosa ist gelernter Fotograf – nun ein Buch entstanden ist, war so nicht geplant. Der Lindener gibt seit etwa drei Jahren Kochkurse zwischen Friedrichshafen, Ravensburg

und dem Westallgäu. 500 Schüler weilt er dabei jährlich in die Kunst der Thai-Küche ein. Und so ergab sich, dass er immer wieder auf Rezepte angesprochen worden ist. Diese hat er nun in gebündelter und übersichtlicher Form zusammengefasst: „Es gibt auch viele Infos, die übers Kochen hinausgehen wie etwa Kräuterkunde, die Fabrikation von Mörsern und Woks oder Eindrücke vom Besuch eines Betriebs der Fischsoße herstellt.“

Alle bisherigen Aufenthalte zusammengerechnet hat Bernhard Rosa mittlerweile vier Jahre in dem südostasiatischen Königreich verbracht. Für Ostern 2018 ist sein nächster Aufenthalt mit Familienanschluss und Koch-Abenteuern geplant. Sein Erfolgsrezept in Thailand, um bei jedem Urlaub an neue, „geheime“ Rezepte zu kommen: „Respekt zeigen für die dortige Kultur, Religion und im Umgang mit Einheimischen.“



Bernhard Rosa hat viele leckere Rezepte gesammelt.

FOTO: SENDLINGER

PR-ANZEIGE



# Stoffwechsel-Tag

In den easylife-Therapiezentren Memmingen und Ravensburg

am Freitag,  
15. September,  
10-18 Uhr