

# Informationen

---

3. Januar 2019

## **Kochbuch des Monats – die Bibliothek Künsnacht empfiehlt**

### **"Salz. Fett. Säure. Hitze"**

Samin Nosrat lernte im berühmten Restaurant "Chez Panisse" kochen, studierte an der Universität Berkeley Schreiben, ist Food-Kolumnistin beim "New York Times Magazine" und hat eine Netflix-Doku-Serie, die auf ihrem Kochbuch basiert.

Sie hat ihre reiche Erfahrung als Köchin und Kochlehrerin zu einem so einfachen wie revolutionären Ansatz verdichtet. Gutes Kochen basiert demnach auf vier zentralen Grundlagen: Salz, Fett, Säure und Hitze.

Salz - das die Aromen vertieft. Fett - das sie trägt und attraktive Konsistenzen ermöglicht.

Säure - die alle Aromen ausbalanciert. Hitze - die die Konsistenz eines Gerichts letztendlich bestimmt.

Wer mit diesen vier Elementen souverän umgeht, kann auch ohne Rezepte exzellent kochen. Mit leichter Hand und gewinnendem Ton führt Nosrat in alle theoretischen und praktischen Aspekte guten Kochens ein, vermittelt Grundlagen und Küchenchemie und verrät jede Menge inspirierender Tipps und Tricks.

In über 100 unkomplizierten Rezepten wird das Wissen vertieft und erprobt: frische Salate, perfekt gewürzte Saucen, intensiv schmeckende Gemüsegerichte, die besten Pastas, 13 Huhn-Varianten, zartes Fleisch, köstliche Kuchen und Desserts. Samin Nosrats Rezepte ermuntern zum Ausprobieren und zum Improvisieren. Angereichert mit appetitanregenden Illustrationen und informativen Grafiken ist dieses Buch ein unverzichtbarer Küchenkompass, der Anfänger genauso glücklich macht wie geübte Köche.

"Salz. Fett. Säure. Hitze.", Kunstmann, 2018, 492 Seiten