

KOCHEN IN KUPFER

MATERIAL

REZEPTE

GENUSS



KOCHEN IN KUPFER

MATERIAL · REZEPTE · GENUSS

TEXTE: STEPHANIE ARLT · THOMAS A. VILGIS

REZEPTE: GABRIELE HUSSENETHER

REZEPTFOTOS: DANIEL DUVE

ARS VIVENDI



Originalausgabe Konzept und Idee: Norbert Treuheit
Erste Auflage 2021 Lektorat: Stephanie Arlt
© ars vivendi verlag GmbH & Co. KG Umschlaggestaltung: FYFF, Nürnberg
Bauhof 1, 90556 Cadolzburg Innenlayout und Satz: ars vivendi
Alle Rechte vorbehalten Gesetzt aus der Neuton
www.arsvivendi.com Druck und Bindung: Impress, Mönchengladbach
Gedruckt auf säurefreiem, chlorfrei gebleichtem Papier
Druck: PBtisk, Tschechien
Printed in the EU
ISBN 978-3-7472-0090-2

Inhalt	
Vorwort – Nicht immer, aber immer öfter	8
Kochgeschirr im rot-goldenen Gewand	12
Überall findet sich Kupfer ...	16
Der Wert von Kupfer	18
7 Gründe für Kochgeschirr aus Kupfer	20
Was ist beim Kochen mit Kupfer zu beachten?	22
Das Kochgeschirr. Eine Übersicht	26
Die richtige Anwendung	32
Die richtige Pflege	35
Noch ein paar kurze, wissenswerte Fakten zu Kupfer	37
»Steinpilzrisotto aus dem Kupfersautoir« – Ein Interview mit Marc Weyersberg	38
»Ich bin mit Kupfergeschirr aufgewachsen.« – Ein Interview mit Gennaro Contaldo	42
Rezepte	45
Ansichten aus dem Inneren des Kupfers – Ursachenforschung eines kochenden Wissenschaftlers	159
Rezept- und Zutatenregister	188
Kurzbios	191
Dank, Bildnachweis	192



A close-up photograph of a copper pot pouring a thick, dark liquid, likely chocolate, into a clear glass. The liquid is captured mid-pour, creating a smooth, continuous stream. The background is dark and textured, with several pieces of chocolate scattered on the surface, some appearing to be broken or melted. The lighting is dramatic, highlighting the metallic sheen of the copper and the glossy texture of the chocolate.

Kochen in Kupfer

7 Gründe für Kochgeschirr aus Kupfer

Kochgeschirr aus Kupfer ist in der Anschaffung nicht günstig, besticht in der Küche aber mit vielen positiven Kocheffekten und macht auch optisch einiges her. So wird die Hobby- ganz schnell zur Profiküche! Und auch im Sinne der Nachhaltigkeit glänzt das Material und ist damit aktueller und gefragter denn je. Warum Kupfergeschirr zu besten Kochergebnissen und schönsten Kocherlebnissen führen kann, lässt sich mit Blick auf die Eigenschaften des Materials zusammenfassen.

Beste Wärmeleitfähigkeit

Das Metall Kupfer weist gegenüber anderen Materialien eine deutlich erhöhte Wärmeleitfähigkeit auf (20 Mal höher als die von Edelstahl). Dadurch steigert sich die Kochgeschwindigkeit und durch konstante Temperaturen im gesamten Topf wird sehr punktgenaues Garen möglich. Kochen in Kupfer ist demnach schonend und energiesparend. Das Spiel mit der Schnelligkeit in der Küche will gelernt sein, aber die präzisen Bratergebnisse überzeugen.

Herausragende physikalische Eigenschaften

Reines Kupfer hat eine starke antibakterielle und antivirale Wirkung, die sich bei unbeschichtetem Kupfergeschirr zeigt und weniger im häuslichen als vielmehr im industriellen Bereich bei der Joghurt- oder Käseproduktion zum Tragen kommt (siehe Seite 176). Außerdem dient Kupfer als Katalysator und bedingt bei der Herstellung von Marmeladen eine ver-

besserte Gelierfähigkeit und Konservierung der Farbe von Früchten sowie eine verlängerte Haltbarkeit. Auch Eischnee wird in der Kupferschüssel schneller fest und bleibt es auch länger.

Wandlungsfähig

Aufgrund verschiedener Beschichtungen ist Kupfergeschirr heute sehr wandlungsfähig: Eine dünne, auf das Kupfer aufgedruckte Schicht Edelstahl macht das Geschirr besonders pflegeleicht sowie robust und verhindert die Bildung von Kupferacetat im Topfinneren. Eine Keramikversiegelung hingegen bringt hervorragende Antihafteigenschaften mit. Außerdem wird das Geschirr mit Beschichtung kratzfest.

Für alle Herdarten geeignet

Dank neuer Herstellungsmethoden und innovativer Technologien bei der Mischung der Materialien haben es Hersteller wie de Buyer aus Frankreich, Weyersberg aus Deutschland, Spring aus der Schweiz und Alessi aus Italien geschafft, mithilfe einer dünnen Eisenschicht im Topfboden, moderne Kupfertöpfe und -pfannen ferromagnetisch und damit induktionsfähig zu machen. Kupfergeschirr ist damit für alle Herdarten geeignet.



Stilleben mit Marmeladentopf

Nachhaltig und umweltschonend

Bei richtiger Anwendung und Pflege weist Kupfergeschirr eine sehr lange Lebensdauer auf und ist auch als Wertanlage (siehe Seite 18) zu betrachten. Zugleich ist Kupfer zu fast 100 % recyclebar. Wegen der sparsamen und effizienten Energieausbeute ist Kupfer in der Küche langfristig als umweltfreundlich zu bezeichnen.

High End

Kupfergeschirr in der Küche ist wegen seiner edlen und warmen Optik ein absoluter Blickfang und darf gerne stolz präsentiert werden. Es steht außerdem für höchste kulinarische Ansprüche und die Liebe zum Kochen. Am meisten Spaß macht das Kochen in Kupfer - wie auch mit jeder anderen Materialart - natürlich mit hochwertigen Lebensmitteln und saisonalen Produkten aus der eigenen Umgebung. Schließlich gilt: Wer in den Topf investiert, sollte auch beim Inhalt nicht sparen!

Sehr im Trend

Viele Spitzenköche wie Eckart Witzigmann, Gennaro Contaldo oder Jacqueline Amirfallah wollen sie nie missen und schwärmen immer wieder von ihren Töpfen und Pfannen aus Kupfer. Lange Zeit waren sie in Vergessenheit geraten und galten als Relikte einer Vergangenheit, ja als Kochutensilien einer Zeit, in der man damit vor allem in Frankreich professionelles Kochen mit Prestige in Verbindung brachte. Inzwischen wird Kupfergeschirr aber immer beliebter und die extrem ästhetischen Küchenutensilien feiern ein glänzendes Revival und sind sehr im Trend.

Was ist beim Kochen mit Kupfer zu beachten?

Ganz besondere Eigenschaft von Kupfer ist dessen hohe Wärmeleitfähigkeit. So nimmt das Metall Hitze unmittelbar auf und reagiert auf jede noch so kleine Temperaturänderung. Konkret heißt dies, dass Kochen mit Kupfertöpfen grundsätzlich bessere Ergebnisse als Kochen mit anderen Materialien liefern kann, denn eine punktgenaue Regulierung der Temperatur und eine gleichmäßige Wärmeverteilung im Topf ermöglichen ein besonders schonendes Garen. Mehr noch bringen Kupfertöpfe beim Kochen eine nicht zu vernachlässigende Energie- und Zeitersparnis: Die Kochplatte heizt nicht unnötig die Umgebung auf und das Kochwasser braucht nicht so lange, bis es sprudelnd kocht.

Dass Kupfer die Wärme wirklich sehr gut leitet, zeigt sich beim Kochen schließlich auf noch viel unmittelbarer und auch spürbarer Weise. Wer nicht aufpasst, verbrennt sich schon kurz nach dem Einschalten des Herdes am Topf die Finger. Und wer einen Topf oder eine Pfanne mit besonders hohem Rand verwendet, wird merken, dass dieser durchaus einiges an Hitze abstrahlt. So kann man in der Küche beim Kochen mit Kupfer auf die etwas andere Art ins Schwitzen kommen.

Die gegenüber anderen Materialien deutlich erhöhte Wärmeleitfähigkeit von Kupfer stellt einen sehr entscheidenden Vorteil dar und ist auch wesentliches Argument für die Anschaffung von Kupferkochgeschirr. Gerade dieser Aspekt verleitet aber auch zu der Frage, welche Bedingungen in

der hauseigenen Küche für ein optimales Ausschöpfen dieser besonderen Eigenschaft notwendig sind. Wo von wärmeleitenden Stoffen die Rede ist, muss daher auch immer das wärmegebende Element miteinbezogen werden.

In der hauseigenen Küche sind als Wärmequellen grundsätzlich Herd und Backofen zu identifizieren. Dabei wirkt der hier installierte Herdtyp beim Kochen immer direkt auf den Kochprozess ein, die Effekte der verschiedenen Herdarten sind aber im Alltag wegen fehlender Vergleichswerte nicht zu spüren und meist handelt es sich bei der Entscheidung für eine spezielle Herd-Backofen-Kombination um individuelle Vorlieben. Gerade im direkten Nebeneinander zeigen sich aber beim Kochen in Kupfergeschirr auf Elektro-, Induktions- oder Gasherddoch ganz wesentliche Unterschiede, denn die ausgeprägte Wärmeleitfähigkeit von Kupfer legt die Stärken und Schwächen der Herdtypen offen.

Der Gasherdd

Gasherde kommen häufig in Großküchen, seltener in privaten Küchen zum Einsatz. Dabei erfolgt die Versorgung der Kochplatten meist über Gassteckdosen, in vereinzelt Fällen mit Flüssiggas aus Gasflaschen und bei Befuerung liegt die Flamme frei. Daher rührt auch das häufig zu vernehmende Vorurteil, ein Kochen mit Gasherdd wäre gefährlicher als mit



Die richtige Anwendung

Da Kupfergeschirr in der Anschaffung nicht günstig ist, sollte mit den edlen Töpfen und Pfannen beim Kochen sorgsam umgegangen werden. Dabei gilt: Werden ein paar wenige Punkte beachtet, ist das Kochvergnügen langfristig gewahrt!

Das empfindliche Material

Kupfer ist ein relativ weiches Metall, das für die Herstellung von Kochgeschirr gut formbar und zäh ist. Beim Kochen ist gerade deswegen aber Vorsicht geboten, denn das Material erweist sich als sehr kratzempfindlich. Daher auf die Verwendung metallischer Bratenwender verzichten und auch nicht mit Messer oder Gabel in Topf oder Pfanne arbeiten.

Die Hitzeentwicklung

Das Metall Kupfer leitet die Wärme ausgesprochen gut (siehe Seite 163). Durch die schnelle Hitzeübertragung ist es ratsam, den Herd nicht sofort auf höchster Stufe zu verwenden und die Wärme feinfühlig zu regulieren. Denn meist reicht schon geringe Hitze für sehr gute Brat- und Kochergebnisse aus. Das Kochgeschirr außerdem nie ohne Kochgut erhitzen, damit sich Pfanne oder Topf nicht verzieht oder wölbt und auch weiterhin flach auf der Herdplatte aufliegt.

Da das Kupfergeschirr beim Kochen sehr heiß wird, besser mit Topfhandschuhen arbeiten und Topf oder Pfanne nie mit bloßen Händen anfassen.

Die Verwendung im Backofen

Bei lang anhaltend starker Hitze verzieht sich Kupfer. Das Material darf daher keinen Temperaturen über 250 °C ausgesetzt werden und auch längere Garzeiten von 1 Stunde und mehr im Backofen ab 200 °C gilt es zu vermeiden. Wird in Kupfergeschirr gebacken, können sich infolge der hervorragenden Wärmeverteilung verkürzte Gar- und Backzeiten ergeben.

Auf Kupfer verzichten?

Manchmal ist es sinnvoll, nicht auf Kochgeschirr aus Kupfer, sondern auf Töpfe und Pfannen aus anderen Materialien zurückzugreifen. Denn nicht jedes Gericht erfordert genau die Brateigenschaften, die Kupfer mitbringt. So eignet sich Kupfer nicht für schnelles Anbraten und demzufolge auch nicht für Kurzgebratenes bzw. Steaks oder Ähnliches. Darüber hinaus reagiert das Metall mit säurehaltigen Stoffen und demnach mit allen Lebensmitteln: Werden reine Kupfertöpfe verwendet, dürfen die zubereiteten Speisen also nie im Kupfergeschirr verbleiben, sondern müssen – vor allem zum Abkühlen und um der Bildung von giftigem Kupferacetat vorzubeugen – umgefüllt werden. Kupfertöpfe und -pfannen mit Innenlegierung können dagegen bedenkenlos auch zum Servieren auf den Küchentisch gestellt werden und dienen hier wunderbar als Blickfang. Schließlich hat Kupfergeschirr in der Küche viel zu bieten und insbesondere bei der Zubereitung von Marmeladen, Eintöpfen, Reisgerichten und Saucen kommen positive Kocheffekte zum Tragen. So sollte in jeder gut ausgestatteten Küche auch Kochgeschirr aus Kupfer zur Ausrüstung zählen.



Schokoladenkuchen mit Birnen in einer Kupferpfanne gebacken

Geschmorte Sellerieknolle mit Joghurtsauce

Für 2 Personen · Zubereitungszeit: 40 Minuten

ZUTATEN

Für die Joghurtsauce:

250 g griechischer Joghurt

1 EL Walnüsse

1 TL Selleriesaat

Selleriesalz

1 TL Walnussöl

frisch gehackte Petersilie oder
Estragon

Für den Sellerie:

2 junge Knollensellerie

2 Knoblauchzehen

100 g Butter

1 TL Selleriesaat

ein paar grob zerstoßene Wachol-
derbeeren

ein paar Pfefferkörner

Selleriesalz

etwas Abrieb und Saft von

1 Bio-Zitrone (nach Belieben)

Zubereitung

Für die Joghurtsauce ein Sieb mit einem Mulltuch auslegen. Den Joghurt darin über Nacht abtropfen lassen.

Für den Sellerie die beiden Knollen gut waschen und achteln. Den Knoblauch schälen und mit einem Messer zerdrücken. Die Butter in einer Sauteuse zerlassen und Selleriestücke, -saat, Wacholderbeeren und Pfefferkörner darin schwenken. Einen Deckel auflegen und etwa 30 Minuten sanft schmoren lassen. Dabei den Sellerie gelegentlich wenden. Sobald die Stücke weich sind, mit Selleriesalz und nach Belieben mit Zitronenabrieb sowie -saft abschmecken.

Die Walnüsse für die Sauce in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Selleriesaat kurz mitrösten. Den abgetropften Joghurt mit Selleriesalz mischen und mit Walnussöl abschmecken.

Den Joghurt auf Schalen verteilen, den geschmorten Sellerie darauf anrichten und mit Walnüssen, Selleriesaat und frischer Petersilie bestreut servieren.

GUT ZU WISSEN

Einige Gemüse schmecken aromatischer, wenn sie ungeschält zubereitet werden, so z. B. Rote Bete, Karotten und Knollensellerie – dann aber gut waschen!

EQUIPMENT

Gemüsebürste

Sauteuse mit Deckel

Mulltuch

Sieb





Gebratener Fenchel mit Salbei

Für 2 Personen · Zubereitungszeit: 30 Minuten

ZUTATEN

2 große Fenchelknollen, plus
frisches Fenchelgrün zum

Servieren

4 EL Olivenöl

1 TL Fenchelsaat

1 Knoblauchzehe

1 Stängel frischer Salbei, plus
ein paar frische Blätter zum

Servieren

2 EL Puderzucker

3 cl Pastis

Salz

ein paar schwarze Oliven ohne
Stein (in Olivenöl eingelegt)

2-3 getrocknete Tomaten

1 EL Pinienkerne

Burrata zum Servieren

(nach Belieben)

Zubereitung

Den Fenchel waschen, putzen, das Fenchelgrün beiseitelegen und zähe äußere Schichten abziehen. Die Knollen je nach Größe vierteln oder achteln. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und den Fenchel darin 10 Minuten blanchieren. Darauf achten, dass er nicht zu weich wird. Herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Fenchelsaat darin anschwitzen. Den Knoblauch häuten und klein schneiden, die Salbeiblätter abzupfen. Beides zusammen mit den Fenchelstücken zugeben und anbraten. Den Puderzucker darübersieben und unter gelegentlichem Wenden karamellisieren lassen, bis der Fenchel goldbraun ist. Mit Pastis ablöschen und mit Salz abschmecken.

Oliven und Tomaten klein schneiden. Eine kleine Pfanne ohne Fett erhitzen und die Pinienkerne darin anrösten. Darauf achten, dass sie nicht zu dunkel werden.

Den Fenchel mit Oliven, Tomaten und Pinienkernen bestreut und mit Salbeiblättern und Fenchelgrün dekoriert auf einer Servierplatte oder auf Tellern anrichten. Nach Belieben Burrata dazu reichen.

GUT ZU WISSEN

Beim Zerteilen der Fenchelknollen darauf achten, nicht das untere Ende abzuschneiden. So fallen die einzelnen Schichten beim Blanchieren nicht auseinander und holzige Teile können noch im Nachgang entfernt werden.

EQUIPMENT

Kupfertopf

Kupferpfanne

Sieb

Bohnencassoulet

Für 4 Personen · Zubereitungszeit: 50 Minuten

ZUTATEN

2 Frühlingszwiebeln
100 g grüne Bohnen
100 g gelbe Wachsbohnen
100 g frische Saubohnen
100 g frische Erbsen
100 g Zuckerschoten
100 g Butter
200 ml Gemüsebrühe
Salz
1 oder 2 Stängel frisches Bohnenkraut
etwas Salbei zum Anrichten
grob zerstoßener Tellicherry-Pfeffer

Zubereitung

Die Frühlingszwiebeln putzen und vierteln. Die grünen und gelben Bohnen in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen und in gleichmäßig große Stücke schneiden. Die Saubohnen aus den Hülsen lösen und anschließend noch anhaftende grüne Häutchen vorsichtig entfernen. Die Erbsen palen. Die Zuckerschoten waschen, die Enden abschneiden und die Fäden an den Längsseiten abziehen.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Frühlingszwiebeln zugeben und goldgelb anschwitzen, dann die Bohnen hinzufügen und kurz mitbraten. Nach und nach die ganze oder aber nur so viel Gemüsebrühe zugießen, bis die Bohnen bedeckt sind. Mit Salz würzen, das Bohnenkraut hineinlegen und alles zum Kochen bringen. Etwa 10 Minuten leicht simmern lassen. Erbsen und Zuckerschoten zufügen und weitere 5 Minuten köcheln lassen, bis die Erbsen weich sind. Mit Pfeffer würzen und das zerkochte Bohnenkraut entfernen.

Die Suppe in Schalen füllen, etwas Bohnenkraut klein schneiden und darüberstreuen.

GUT ZU WISSEN

Ein guter vegetarischer Hauptgang, aber auch als Beilage zu Lamm ganz ausgezeichnet. Für den Geschmack unbedingt viel frisches Bohnenkraut verwenden.

EQUIPMENT

Sautoirpfanne
Sieb



Kupfer ist edel und nachhaltig, ein Material, auf das Spitzenköche seit jeher vertrauen. Dabei lässt es auch in der Alltagsküche – von Risotto über Eischnee bis hin zu Marmelade – viele Gerichte besonders gut gelingen.

Das erste Überblickswerk zum Kochen mit Kupfer mit über 50 Rezepten, einem großen Informationsteil und einem Essay von Prof. Thomas A. Vilgis (Max-Planck-Institut).