

Little Zurich Kitchen

Swiss food traditions explained, one dish at a time

Interview: Nicole von Alltagskoller (deutsch)

Posted on March 1, 2017



[English version here](#)

Alltagskoller ist das innovative Kochbuch aus der Schweiz für alle, die nicht viel Zeit haben und trotzdem täglich variantenreiche Gerichte auf den Tisch zaubern müssen (oder dürfen). Die Rezeptsammlung ist gross und variantenreich, und das Besondere an diesem ungewöhnlichen Kochbuch ist, dass die Rezepte in 'Handgelenk mal Pi' niedergeschrieben sind, das heisst konkret: ohne genauen Mengenangaben. Dies ist die perfekte Art zu kochen für Leute die bereits gut kochen können und nicht auf genaue Mengenangaben angewiesen sind, und demnach mit dieser Methode viel Zeit sparen können. Eine weitere Besonderheit ist, dass die Rezepte nicht in Hochdeutsch, sondern in Züridütsch verfasst sind. Wir von Little Zurich Kitchen haben das Buch getestet und als sehr wertvoll befunden und wollten noch etwas mehr von der Autorin Nicole erfahren und haben mit ihr ein Interview geführt.



Liebe Nicole, erzähle uns etwas über Dich

Mein Name ist Nicole Koller und ich wohne zusammen mit meinem Mann und unseren zwei Jungs in einer Gartenwohnung im Zürcher Oberland. Wir sind gerne im Wald oder am See hier, oder mit unserem Camper in naher und weiter Ferne unterwegs. Ich bin Anfang 40, unsere Jungs gehen ab Sommer beide zur Schule und ich arbeite noch Teilzeit als Medizinische Praxisassistentin.

Wie kamst Du auf die Idee für das Buch Alltagskoller?

Auf die Idee für mein Buch „am Alltagskoller äs Schnäppli schla“ kam ich, als ich mit Wocheneinkäufen begann. Ich sass jeweils „brütend“ vor der Einkaufsliste und auf „die Schnelle“ kamen mir nicht genügend Ideen in den Sinn was ich für Menus zaubern könnte. Und dann gibt’s ja noch diese Tage: Man kommt zu spät nach Hause weil es so „läss“ auf dem Spielplatz war, ein Krippen-Tag oder weil der Vereins-Tag war... Die Zeit ist knapp, die „Raubtierfütterung“ muss schnell gehen, satt machen und lecker sein. So habe ich begonnen, mir Menus aufzuschreiben für jegliche „Eventualitäten“. Daraus ist die Idee geboren, gleich „etwas Grösseres“ zu verwirklichen.

Wie lange hattest Du am Buch gearbeitet?

Wir brauchten 1 Jahr. Viele Freunde und Nachbarn „mussten“ „mit-essen“ und meine Kinder lernten „Geduld haben“ bis das Foto im Kasten war und wir mit dem Essen beginnen konnten. Das Projekt „Menu-Buch“ konnte ich nur Dank der riesen Hilfe von meinem Bruder, res-design.ch, realisieren: er brachte meine Ideen, Fotos und Texte ansprechend und übersichtlich auf Papier und gestaltete liebevoll mein Buch.

Wo holst Du Dir Inspiration für Deine Gerichte?

Es sind viele Ideen und Menus aus meiner Kindheit, von Freundinnen, Verwandten, verschiedensten Kochbüchern, TV-Sendungen, Internet und manchmal einfach so entstanden.

Welche regionalen Spezialitäten haben Dich durch die Kindheit begleitet?



Ich bin im Zürcher Oberland aufgewachsen. Früher kam der Bauer noch mit seinem Traktor-Anhänger vorbei mit saisonalem Gemüse, Früchte, Brot, Eiern oder je nach Jahreszeit auch mit Most. Wir hatten einen kleinen Garten und kein gekauftes Rüebli schmeckt so gut wie das, welches frisch aus der Erde gezogen und kurz abgewaschen wird. Oder ein Rabarber-Stängel, soeben von den grossen Blättern und Haut befreit, in Zucker getaucht und mit „verzogenem Gesicht“ genossen. Mein Grossvater war Pilzkontrolleur und wir durchstreiften stundenlang die Oberländer-Wälder und sammelten Pilze ein. Danach gabs meistens „Gfüllti Pastetli mit Pilz-Rahm-Sauce“ oder panierte und frittierte Pilze. Ich probiere solche Erlebnisse meinen Jungs weiter zu geben.

Welche Gerichte hatte Deine Mutter am meisten gekocht?

Ihre „Alltags-Küche“ war einfach, bodenständig und fein. Wir mussten alles probieren – ausser die „Leberli“ und „Kutteln“. Am Wochenende oder wenn wir Besuch hatten, gab es jeweils ein „grösseres Geköch“ das heisst, es gab meistens Braten mit verschiedenen Beilagen. Das war sehr aufwändig und geschmackvoll. Das „exotischste Gericht“ in den 80er waren „Chinesische Nüdeli“. Den legendären „Griessbrei mit frisch-gepresstem Orangensaft“ bekamen wir immer wenn wir krank waren.

Wie sahen in Deiner Kindheit Zmittag und Znacht aus?

Als Kind war bei uns der Zmittag immer warm und stand bereit wenn wir hungrig aus der Schule nach Hause kamen. Der Znacht war meistens kalt. Es gab oft „Gschwelti“, „Wienerli im Teig“, „Wähe“, „Birchermüesli“, „Wurscht-Chäs-Salat“, „Schinke-Gipfeli“ oder „Chäs-Chüechli“ – alles Menus die es jetzt auch in meinem Rezept-Buch gibt.

Wer hat Dir das Kochen beigebracht?

Meine Mutter – und wir durften schon früh selber kochen und experimentieren. Mein liebstes Spielzeug in der frühen Kindheit war mein elektrischer „Chöcherliherd“.

Hattet Ihr Kochen als Schulfach?

Ja, wir hatten ab der 1. Oberstufe Kochen als Schulfach. Ich erinnere mich, dass es oft „Riz Cazimir“ gab und dass man sich strikt an das Kochrezept halten musste. Ich fand es eher langweilig und ich war nicht gerade der Liebling der Lehrerin.

Was sind Deine beliebtesten schweizer Gerichte?



Natürlich „Züri-Gschnätzlets“ und „Chäs-Fondü“ und „Ghackets und Hörnli“ und „Birchermüesli“. Ich habe mich aber auch ein wenig in „Capuns“ verliebt und nichts geht über ein herrliches „Tessiner-Plättli“ mit frischen Sachen direkt vom Markt. Ich habe an vielen schweizer Gerichten Freude und ich koche gerne „Schwiizer-Chuchi“.

Wie hat sich die schweizer Küche verändert seit Deiner Kindheit?

Leider geraten viele „alte“ Gerichte in Vergessenheit oder man „getraut“ sich nicht mehr an ein aufwändiges Rezept. Und trotzdem merke ich, wenn Besuch kommt und zum Beispiel „Suuri Möckli“ oder ein „gespickter Rindsbraten“ mit Spätzli und Rotkraut auf dem Tisch stehen, dass sich alle zurück erinnern und Freude haben.

Was sind Deine Lieblings-Produkte von Coop und Migros?

Coop: Bruno’Best-Salat-Sauce, Thai Satay-Spiessli-Sauce, Bio Vanille-Joghurt und die grosse Auswahl an Produkten/Gewürzen vom Ausland. Migros: Delizio-Kaffi, Blevita, frische Chäs-Fondü-Mischung, Schoggi-Dessert mit Rahm und der Couscous-Salat aus der Packung.

Du verkaufst nun Dein Kochbuch. Was sind Deine weiteren Pläne für Deine Marke Alltagskoller?

Wir sind in den Vorbereitungen am 2. Menu-Buch: „Runde 2“ und wir sind am Ideen verwirklichen für eine zusätzliche Hilfe bei der Menu-Planung...

Vielen Dank, liebe Nicole!

[Hier gehts zur Buchbestellung](#)



Photos: Nicole Koller