

Freß & Sauf

Über den Tellerrand geschaut ... und ein vielfältiges Universum entdeckt

Manchmal muss man seinen Blickwinkel – oder den Bewegungsradius – erweitern, um Überraschendes zu finden. So geschehen, als wir auf Vorschlag des Reaktionsteams zum ersten Mal im Café „Über den Tellerrand“ in der Volkshochschule, Einsteinstraße 28, einkehrten. Die kulinarische Reise in den Mittleren Osten hat sich gelohnt. Ohne Tests, Aufbruchhektik oder Kofferpacken sind wir für ein paar Stunden dem Alltag entflohen.

Einen „Herzensort“ nannte die Abendzeitung das im Juli 2018 eröffnete Lokal. „Eine Bereicherung mit Potenzial zu Größe“ schwärmten andere Blätter. Nüchtere Schreiber*innen befanden: „Ein Beispiel wie Integration wirklich funktioniert“. Selbst wenn man ohne große Erwartungen hingeht, findet man in dem bescheidenen „Café“ genannten Lokal eine reiche Auswahl, ist ausgezeichnet und verabschiedet sich reich an Eindrücken, mit dem schönen Gefühl, beschenkt worden zu sein.

Beginnen wir von vorn: Das letzte Mal betrat ich die Räume der Volkshochschule dieses Frühjahr, mit klopfendem Herzen, durch den Vordereingang. Seit 27 Jahren habe ich keine schriftliche Prüfung mehr abgelegt. Nun, vor dem Einbürgerungstest, zwickte es mich im Bauch. Es klappte, nach sieben Minuten hatte ich die 33 Kreuze richtig gesetzt. Dennoch war mir der Appetit vergangen. Ich trat auf direktem Weg den Heimweg an, statt wie zu Studienzeiten mit Leidenschaft*innen im nächstgelegenen Café über die Thementauswahl, die Fragen und die Profs zu lästern sowie – je nach Tageszeit und persönlicher Verfassung – mit Kamillentee oder Hochprozentigem anzustößen.

Dieses Mal war die Hinfahrt entspannter, der Magen knurrte und ich wählte den Hintereingang des neuen Bildungszentrums. Den Weg zu „im Einstein 28“ wiesen ein hellblaues Werbe-Trikot sowie zahlreiche Schilder. Man konnte das Ziel nicht verfehlen: quer durch das Foyer, der Nase nach und schon stand man mittendrin, im kulinarischen Geschehen. Trotz der einladenden Terrasse im Innenhof entschieden wir uns für einen Tisch im Innenbereich. Die moderne helle Einrichtung wirkte weder steril noch kalt. Vielleicht wegen der lila-grünen Accessoires, bestimmt aber wegen der farbenfrohen Gerichte und der lebendige Atmosphäre.

Vegan-vegetarisch; Fischgerichte oder Fleisch

Jede*r bestellte etwas Anderes – und kostete vom Teller der Kolleg*innen. Alles wusste ausnahmslos zu gefallen, vom Salat über die Hauptgerichte bis zum Dessert. Sei es die ofengebackene Aubergine mit Joghurt, Sesamsauce, Rucola und Feta, serviert auf Couscous („köstlich“ lautete das einhellige Urteil). Oder das Halloumi-Sand-



Mohammad, auch „Moh“ genannt,

präsentiert die Tageskarte.

wich, ein Wrap gefüllt mit zypriotischem Grillkäse und Humus. Dazu wurden knusprige Brotchips, Essiggurke, Rotkraut, Minze, Joghurt-Sesam-Soße und Fladenbrot gereicht. „Interessant gefüllt und gewürzt“, befand der Testesser. Die Falafel-Platte bestach zunächst optisch. Die fünf Bällchen überzeugten zusammen mit dem Tabouleh-Salat und der hausgemachten Dip-Variation indes auch den Gaumen. „Prima Mischung, variabel, sehr gut und ebenso sättigend“, meinten wir übereinstimmend. Reihum auf Begeisterung stieß ebenso Ghormi Sabzi, ein persischer Eintopf garniert mit Spinat, vielerlei Kräutern (Petersilie, Bockshornklee, Ackerlauch, Dill, Koriander und Schnittlauch), Frühlingszwiebeln, Kidneybohnen, Champignons und Reis.

Ein Feuerwerk für die Geruchs- und Geschmackssinne. Fein abgestimmt für Auge und Zunge!

Mit einem Hauch Exotik versehen war die mediterrane Grillgemüse-Tarte aus Paprika, Aubergine und Zucchini. Der dazu gereichte Salat bestach durch die frische Nana-Minze. Der Beilagensalat verdeutlichte seinen Namen nicht, so reichhaltig wie ihn die Küche ausgestattet hat: eine Komposition in Grün und Rot, bestreut mit knackigen Granatapfelkernen, verfeinert mit einer Balsamico-Senf-Vinaigrette (auf der Zutatenliste wird auf Schwefelverbindungen und Farbstoffe verwiesen).

Kunterbunt ging es weiter: Rfissa, gebratenes Hähnchen, abgerundet mit marokkanischen Linsen, Karotte, Tomaten und einem gekochten Ei. Das „duftende Huhn“ erwies sich (leise Kritik) als zu milde, sprich mitteleuropäisch gewürzt.

Auf Empfehlung des aus Syrien stammenden Kellners probierten wir die Nachspeise Baklavas. Sie fielen erfreulicherweise nicht allzu süß aus: Die kleinen „Blätterteigpasteten“ waren mit Nüssen und Pistazien gefüllt sowie mit einer hauchdünnen, dennoch bissfesten Honig-glasur überzogen.

Unbegrenzter Genuss, Preise nach Wahl

Zum Espresso (heiß und stark, wie in Italien) kamen wir noch rechtzeitig, bevor die Kaffeemaschine ausgeschaltet wurde. Bitter, wenn das Diner nicht abgeschlossen werden kann, die Müdigkeit steigt und die Magensäure ohne das verdauungsfördernde Koffein auskommen muss. An Italien erinnern die Orecchiette, die ein später dazu gestobener Gast orderte. Kein Problem, die „Öhrchen“ kamen wie geflogen, dampfend und in einem vorgewärmten Teller, wie es ihre Erfinder in Apulien gefreut hätte. Angerichtet war die Pasta mit Salsiccia piccante, der würzigen mit Chianti, Fenchel oder Chili verfeinerten dunklen Wurst. Zur italienischen Grillkultur passte das Tomatenragout vorzüglich.

Die Preisstaffellung, die es erlaubt, je nach Budget oder momentaner Spendierlaune mehr oder weniger zuzugeben, hat uns im-

probiert. Die Bezeichnungen „schmaler Taler“, „fairer Deal“ bzw. „Zukunftsfutter“ regen dazu an, sich Gedanken zu den tatsächlichen Kosten eines Menüs zu machen. Leider muss man sich gleich zu Beginn für ein Level entscheiden, das Tablet des Kellners verweigert ansonsten die Bestellannahme. Könnte man erst beim Bezahlen das Preisniveau bestimmen, würde es mit Bestimmtheit höher ausfallen. Aber es gibt ja noch das Trinkgeld, mit dem man seine Zufriedenheit ausdrücken kann.

ve Nachhaltigkeit zeigt sich u.a. im Umgang mit Rohstoffen, Material und Müll. Beispiele: der To-Go-Recup-Kaffee-Becher oder die kostenlose Abgabe von einem übrig gebliebenen Croissant und einer Semmel. Motto: weiterverwenden statt wegwerfen.

Demnächst finden wieder Kochkurse, Kochtreffs und Picknicks statt. Weitere Angebote wie Catering, Brunch, Quiz-Veranstaltungen und Konzerte vgl. die Website <https://ueberdentellerrand.org/satelliten/muenchen/>



Das Netzwerk von „Über den Tellerrand kochen e.V.“ umfasst interkulturelle Communities in 40 Städten, „Satelliten“ genannt. In Deutschland, Österreich, Tschechien und Kolumbien initiieren sie Mitmach-Aktionen über die Gastronomie hinaus (Tandem, Mentoring, Ehrenämter etc.).

Mohammad, laut Website der Service-Experte, erwies sich als perfekter Gastgeber. Er hat uns freundlich empfangen, gut beraten und aufmerksam bedient und. Das frühere Granteln der bayerischen Kellner gehört erfreulicherweise weder zum Qualifizierungsprogramm noch zum Nachweis für gelungene Arbeitsmarkt-Integration. Man muss nicht alle schlechten Eigenschaften kopieren. Im Gegenteil: Geflüchtete, Menschen mit Migrationshintergrund oder migrationsbedingtem Förderbedarf sind hier nicht nur Angestellte, nein vielmehr Mitgestalter*innen, die ihre eigenen Ideen einbringen, Rezepte aus ihrer Kultur weitergeben und unkompliziert Kontakte knüpfen können.

Räume schaffen, Begegnungen ermöglichen

Die Betreiber, ein in Berlin gegründetes Sozialunternehmen, reinvestieren die erwirtschafteten Gewinne ausschließlich in gemeinnützigen Vereinsaktivitäten. Innovati-

Hinweis: Da die Öffnungszeiten den Besucherfrequenzen der Volkshochschule angepasst werden, variieren sie. Es empfiehlt sich, vor dem Besuch auf der Homepage nachzusehen. Insbesondere zur Ferienzeit, wenn weniger Kurse stattfinden, steht man sonst abends vor verschlossener Tür.

PS: Falls Sie sich über den veränderten Schreibstil wundern: Unsere Kollegin Kathrin Taube weilt im Urlaub. Da wir diese Rubrik nie ausfallen ließen, auch nicht während des härtesten Lockdowns, hat die Redaktion die Eindrücke der Degustation festgehalten. In der nächsten Ausgabe entspringt „Freß & Sauf“ wieder der gewohnten Feder.

Über den Tellerrand Café

Einsteinstraße 28

Telefon: 89 08 19 65

<https://ueberdentellerrand.cafe/>

Anzeigen

notenPunkt ≡
Klassik • Jazz • Unterhaltung
Der Laden für Musikalien
Beratung *con spirito*
Beschaffung *prestissimo*
Atmosphäre *adagio*
Lothringer Straße 5
81667 München
Tel: 089 / 447 15 53
Fax: 089 / 489 13 91
www.notenpunkt.de
notenpunkt@artinform.de

KÄSE-MÜLLER

Wörthstraße 51
► ausgewählte Käsesorten
► hausgemachte Salate
► erlesene Weine
Mo – Fr 7:30 – 18:30 Uhr
Sa 7:30 – 13 Uhr
Telefon: 48 44 47

Haidhauser Buchladen
Weißburger Straße 29
81667 München
Telefon +49 (0)89 / 448 07 74
Fax +49 (0)89 / 480 25 82
info@haidhauserbuchladen.de
Mo – Fr: 9 – 19 Uhr
Sa: 9 – 16 Uhr
www.haidhauserbuchladen.de

Immobilien-Sprechstunde
für Haus-, Wohnungs- und Grundstücksbesitzer
Sie planen Ihre Immobilie zu verkaufen oder benötigen praktische Hilfestellung z.B. für eine Bewertung (u.a. Erbschaft, Scheidung, Privatverkauf, Immobilien-Verrentung) oder Ankaufberatung?
Wir bieten Ihnen eine unabhängige, kompetente Beratung – Erstgespräch kostenfrei.
Fritz N. Osterried • Dipl. Sachverständiger (DIA) für die Bewertung von bebauten und unbebauten Grundstücken, für Mieten und Pachten
Inhabergeführtes ImmobilienSachverständigenbüro seit 1984

35 über JAHRE ERFABUNG
Termin nach Vereinbarung
Immobilien-Sachverständigenbüro Fritz N. Osterried • Tel. 089/419 482-0
Max-Planck-Str. 6 / Am Landtag • www.immobiliien-osterried.de