

“MISCHA KOCHT” STELLT SICH VOR

Wer steckt eigentlich hinter “Mischa kocht”?

Jede Woche präsentiert Mischa Schär in der Rubrik “Mischa kocht” auf Instagram und Facebook ein neues, feines Menü. Natürlich mit vielen Frischpunkt-Produkten. Saisonal, biologisch und nachhaltig. In diesem Beitrag stellt sich der Hobbykoch ausnahmsweise nicht hinter den Herd, sondern vor die Kamera und gibt Auskunft über “Mischa kocht”, den Frischpunkt und sich selbst.



Mischa, erzähl uns von einer Episode im Frischpunkt, die dich nachhaltig geprägt hat.

Als ich aus gesundheitlichen Gründen begann, mich mit der nachhaltigen und tierlosen Ernährung auseinanderzusetzen, begegnete ich dem Frischpunkt und war vom ersten Einkauf an begeistert. Fortan erledigte ich meine Einkäufe im Frischpunkt in Madiswil. Am Anfang noch mit Einkaufsliste. So kam es, dass ich an einem Winternachmittag mit meiner Einkaufsliste in den Frischpunkt ging und bei Raphael Blatt nach Blumenkohl und Brokkoli fragte. Erst als Raphael mir erklärt hat, dass die beiden Gemüsesorten eigentlich nicht Saison haben, entwickelte ich ein Verständnis für die Saisonalität unserer Produkte. Was für mich heute

unvorstellbar klingt, war damals gar nicht selbstverständlich. Schliesslich ist im Grossverteiler fast jederzeit alles verfügbar.

Nun arbeitest du seit etwas mehr als einem Jahr als Geschäftspartner von Raphael Blatt im Frischpunkt, kennst dich mit der Saisonalität und der Herkunft der Produkte bestens aus und gibst kompetent Auskunft auf alle Fragen der Produktion. Wie bist du zum Frischpunkt-Team gekommen?

Ich habe Raphi beim Einkaufen im Frischpunkt kennengelernt und wir sind sofort ins Gespräch gekommen. Was er mir jeweils zu erzählen hatte über die Landwirtschaft, unser Ernährungssystem oder die verschiedenen Produkte hat mich extrem interessiert. Aus den Gesprächen beim Einkaufen entstand eine schöne Freundschaft und schliesslich der Schritt zum Geschäftspartner. Mit dem grossen Interesse für unser Ernährungssystem und den Anbau unserer Lebensmittel steigt auch mein Wissen stetig.

Was zeichnet deine Arbeit beim Frischpunkt aus?

Ganz besonders gut gefällt mir an meiner Arbeit, dass der Frischpunkt eine sehr einfache, unkomplizierte und kollegiale Geschäftsstruktur pflegt. Von den Produzenten zu den Mitarbeitenden und den Kunden können alle ganz sich selbst sein. Wir kennen einander und gehen kollegial miteinander um. Ausserdem ist es einfach toll, die frischen Produkte zu verkaufen. Ich will den Menschen, welche bei uns einkaufen, zeigen, welche Produkte zu welcher Saison verfügbar sind und wie aus wenigen Zutaten ein hervorragendes Menü entsteht.

Ich habe den Eindruck, dass ich mit meiner Arbeit auch einen wichtigen Beitrag zur Entwicklung eines nachhaltigen Ernährungssystems leiste und auf dieser Welt einen Fussabdruck hinterlasse, welchen ich gut vertreten kann.

Jeweils am Mittwoch läuft mir das Wasser im Mund zusammen, wenn ich die Rezepte von "Mischa kocht" in den Sozialen Medien entdecke. Was verbindest du mit Kochen und Essen?

Essen ist etwas Elementares und etwas vom Wichtigsten im Leben. Ich glaube fest an das Sprichwort: "Man ist, was man isst". Darum nehme ich mir gerne die Zeit, um aus guten Zutaten ein feines Menü zu kochen, um mich dann Hinzusetzen, alle Ablenkungsquellen wegzulegen und das Gericht in Ruhe zu geniessen. Am liebsten in einer geselligen Runde mit einem Glas Wein. Ich glaube, dass unsere Lebensmittel noch zu günstig sind und wir darum leider etwas verlernt haben, dem Essen den Stellenwert einzuräumen, welchen es eigentlich verdient hätte. Wir leben in der Schweiz im Luxus und haben von allem mehr als genug. Darum wünsche ich mir mehr Wertschätzung für unsere Lebensmittel und für die Tatsache, dass wir frei entscheiden können wie wir uns ernähren wollen.

Was ist das Besondere an deinen “Mischa kocht”-Beiträgen?

Da gibt es drei nennenswerte Tatsachen. Erstens bereite ich alle Gerichte ohne tierische Produkte zu. Wer mag, kann die Menüs mit einem feinen Stück Fleisch ergänzen oder mit Milchprodukten verfeinern. Das stelle ich mir ebenfalls sehr lecker vor. Zweitens teile ich keine Rezepte. Denn es ist mir ganz wichtig, dass man die Gerichte möglichst einfach zubereiten kann und mit saisonalen Produkten kocht. Die Menüs lassen sich, wenn man zu Hause die Grundzutaten wie Mehl, Teigwaren oder Reis lagert, ganz einfach dem anpassen, was der Küchen- und der Kühlschrank hergeben. Drittens koche ich vorwiegend mit Zutaten aus dem Frischpunkt. Das lohnt sich, denn die Produkte sind frisch, biologisch und qualitativ hochwertig, ich weiss, woher sie kommen und ich kann genau die Menge kaufen, welche ich benötige. So verhindere ich ganz nebenbei auch noch das Wegwerfen übriggebliebener Lebensmittel.



Toll! Was ist denn dein Geheimtipp für Produkte aus dem Frischpunkt?

Unser Kräutersalz kann ich wärmstens empfehlen. Das ist so eine feine Mischung, dass ich damit fast alles würze. Ausserdem mag ich das Olivenöl zum Verfeinern von Salaten oder zum Braten. Schön ist auch, dass der Frischpunkt ein unkompliziertes Basissortiment führt. Das macht das Auswählen einfacher und wenn dann jeweils zu Saisonbeginn endlich Erdbeeren, Kirschen, Tomaten oder Zucchini im Laden sind, freut man sich ganz besonders.

Heute isst du bis auf Pilzgerichte fast alles gerne. Was war denn als Kind dein Lieblingsessen?

