





ZUM  
SCH  
EISSEN  
EICH  
RTS

Dieses Buch gehört

---

---

ISBN: 978-3-986601331

© 2023 Kampenwand Verlag

Raiffeisenstr. 4 · D-83377 Vachendorf

[www.kampenwand-verlag.de](http://www.kampenwand-verlag.de)

1. Auflage 2023

Versand & Vertrieb durch Nova MD GmbH

[www.novamd.de](http://www.novamd.de) · [bestellung@novamd.de](mailto:bestellung@novamd.de) · +49 (0) 861 166 17 27

Autoren: Franz Zwerschina & Rafael Bettschart

Printed in Czech Republic

FINIDR, s.r.o. · Lípová 1965 · 737 01 Český Těšín







ZUM  
SCH

EIßEN

EICH

RTS



Franz Zwerschina & Rafael Bettschart

# ZUM SCHEIßEN REICHTS\*

Das etwas andere Kochbuch



Jetzt erst recht

\*Kann Spuren von Erdnüssen enthalten

W  
I  
D  
M  
U  
N  
G

Dieses Buch ist Gérard Depardieu gewidmet.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Der raubeinige Schauspieler und Lebemann repräsentiert wie kein anderer zeitgenössischer Schauspieler den alternden, pöbelnden Saufbock, der sich die letzten Lebensjahre hemmungslos den lukulischen Genüssen hingibt.

# IN HA LT

<b>VORWORT</b>	S. 14
<b>VORSPEISEN</b>	S. 18
Spaghetti alla Puttanesca	S. 20
Vegane Wraps	S. 24
<b>MESSE- &amp; FESTIVALFRASS</b>	S. 28
Der Wacken-Riegel	S. 30
<b>APROPOS BIERKONSUM</b>	S. 33
Katerfrühstück	S. 34
<b>DER SCHNELLSTE ESSER DER WELT</b>	S. 36
Maurerforelle	S. 38
<b>HAUPTSPEISEN</b>	S. 44
Bohneneintopf nach Bud-Spencer-Art	S. 46
Arielle, das Meerfischmahl	S. 50
Fleisch im Körbchen	S. 54
<b>ÜBERLEBEN IN DER WILDNIS</b>	S. 57
Die Henkersmahlzeit	S. 58
<b>DAS SIEHT ABER NICHT AUS</b>	
<b>WIE AUF DEM BILD</b>	S. 62
Käsefondue bei den Schweizern	S. 66
Der Kinderschreck	S. 70
Polenta	S. 74
Grenadiermarsch	S. 78
<b>EUPHEMISMUS AUF DEM SCHLACHTFELD</b>	S. 82
Frikadellen mit Kartoffel-Stampf	S. 85
Grillen	S. 88
Die vegane Lust	S. 90

# IN HA LT

<b>IM ALL HÖRT DICH NIEMAND KACKEN.</b>	S. 92
Bärlauch Knödel	S. 93
<b>FÜR ZWISCHENDURCH? EINEN SCHLECHTEN WITZ!</b>	S. 96
<b>ESSEN IN BITS UND BYTES</b>	S. 97
<b>VERSTECKTER HUNGER</b>	S. 98
Gulaschkanone Schwammerlgulasch	S. 100
<b>INSIGHT: DIE GULASCHKANONE</b>	S. 104
<b>DIE GEHEIME ZUTAT</b>	S. 106
Bizarro-Burger	S. 108
<b>FASTEN</b>	S. 112
<b>ALL FOR THE FAME</b>	S. 114
<b>NACHSPEISEN</b>	S. 116
Pofesen	S. 118
Der gemeine Pfannkuchen	S. 122
<b>EINMAL MIT FETTNÄPFCHEN, BITTE</b>	S. 126
Reismilchreis	S. 128
Nicht original wiener Sacher-Torte	S. 132
<b>KURIOSES</b>	S. 136
<b>LISTE VON MÖGLICHEN RESTAURANTNAMEN</b>	S. 138
<b>HUNDE, WOLLT IHR EWIG LEBEN?</b>	S. 139
Mohnnudeln	S. 140
Birne, Helene!	S. 144
<b>KUHFLADEN</b>	S. 146
<b>DAS SINNLOSE GIMMICK</b>	S. 147

**VOR**

**WORT**

## VORWORT

Aufgrund der überwiegend positiven Resonanz<sup>2</sup> auf unseren Erstling „Zum Scheißen reichts – das etwas andere Kochbuch“, haben wir uns erneut zusammengesetzt, um Sie zu einem weiteren Streifzug in die Welt der lukullischen Genüsse mitzunehmen.

Zweite Teile gelten im Kino seit jeher als ambivalent – kaum eine Fortsetzung, die auch nur annähernd an das Original heranreicht. Ausnahmen sind etwa die großartigen Sequels „Krieg der Sterne: Das Imperium schlägt zurück“, „Terminator: Judgement Day“ oder der epochale „Kings of the Hill 2“. Was im Klartext heißt: Bei uns kriegen Sie mehr Rezepte, mehr Witze, mehr launige Anekdoten.

Hand aufs Herz: Die Menge an Kochbüchern auf dem Markt sprengt alle Grenzen und wird höchstens noch von den unterschiedlichen Frisuren übertroffen, die Nicolas Cage im Laufe seiner Karriere schon feilgeboten hat. Kochbücher gleichen einander wie eineiige Zwillinge und unterscheiden sich allein durch ihre Buchtitel und den Stock-Fotos auf dem Cover.

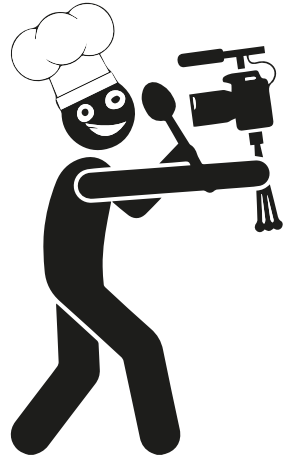
Heutzutage wird man regelrecht zugemüllt mit Food-Blogs, Zeitschriften, Büchern, Youtube-Kanälen und Kochshows von selbsternannten Foodie-Influencern, die ihre Daseinsberechtigung allein dem Nahrungsmittelverzehr verdanken.

<sup>2</sup> Wenn Sie zu den Beißhoden gehören, die unserem Erstlingswerk eine negative Rezension auf Amazon gegeben haben, hier nochmal zur Erinnerung: Bei dem großen Online-Versandhändler gilt nicht das Schulnotensystem! 1 Stern bedeutet dort „ungenügend“!

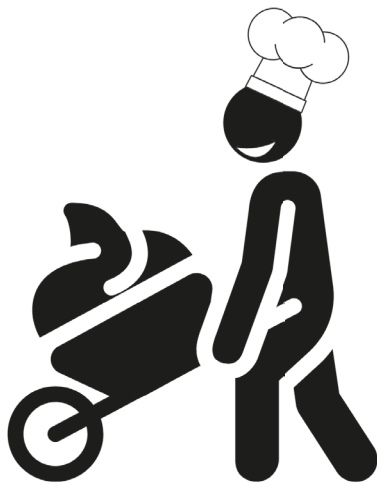
Dabei ist die Wahrheit hinter diesem Metier banal und simpel: Kochbücher beschränken sich auf die immer selben Anleitungshinweise und können in 90% auf einen Satz herunter gebrochen werden: Mischen Sie alle Zutaten zusammen und ab damit in die Pfanne bzw. ins Backrohr. Da mit einer solchen Anleitung aber kein Kochbuch zu füllen ist, werden die immer gleichen Zubereitungsprozedere in gebetsmühlenartiger Gleichförmigkeit durchexerziert.

Wir machen es in diesem Buch ähnlich. Nur lustiger. Und ohne Glutamate! Sollten die Speisen nicht zu ihren persönlichen Favoriten zählen, werden Sie eines einmal mehr mit Bestimmtheit feststellen:  
Zum Scheissen reicht's immer noch – jetzt erst recht.





VORR



SSPEI  
SEN

# SPAGHETTI ALLA PUTTANESCA

**DAUER:** „Anette halbe Stunde“ (25 min.)

**SKILLS:** kann jeder (auch Sie)

## SPAGHETTI ALLA PUTTANESCA

Es gibt drei Dinge, die jeder Mensch in seinem Leben zumindest einmal gemacht haben sollte:

- sich nüchtern durch das filmische Oeuvre von Nicolas Cage zu arbeiten
- seinen eigenen Namen auf ein Reiskorn zu schreiben
- und Spaghetti selbst zuzubereiten

Spaghetti gelten als relativ einfaches Rezept und können in unterschiedlichsten Variationen zubereitet werden. Bei unseren Spaghetti alla Puttanesca handelt es sich um eine besonders geschmacksintensive Variante. Aus dem italienischen übersetzt bedeutet der singende Titel: Spaghetti nach Hurenart. Italienische Bordsteinschwalben aßen sie – so die Legende – mit reichlich Knoblauch, um – so die Legende weiter – den Geschmack der Freier aus ihrem Mund zu bekommen und durch die intensiveren Aromen des Knoblauchs zu ersetzen.<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Vielleicht sollten Sie diese Informationen beim gemeinsamen Kochen mit Ihrem Lebenspartner aussparen.

- ❑ 4 EL OLIVENÖL
- ❑ 1 ZWIEBEL, FEIN GEHACKT
- ❑ 2 KNOBLAUCHZEHEN,  
IN DÜNNE SCHEIBEN GESCHNITTEN
- ❑ 1 CHILLISCHOTE, ENTKERNT UND  
IN DÜNNE STREIFEN GESCHNITTEN
- ❑ 6 SARDELLENFILETS,  
FEIN GEHACKT
- ❑ 400 G TOMATEN, ZERKLEINERT
- ❑ 1 EL OREGANO, FEIN GEHACKT
- ❑ 100G SCHWARZE OLIVEN,  
ENTKERNT UND HALBIERT
- ❑ 1 EL KAPERN, EVTL. ZERKLEINERT
- ❑ 400G SPAGHETTI
- ❑ SALZ UND PFEFFER

# ZU TAT TEN



# ZUBEREITUNG

1. Wasser aufkochen, ordentlich salzen und die Spaghetti hineingeben.
2. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Chilis auf niedriger Temperatur darin ca. 6 Minuten dünsten, bis die Zwiebel glasig werden. Anschließend Sardellen dazugeben und gut unterrühren.
3. Nun Tomaten, Oregano, Oliven und Kapern zerkleinern, hineingeben und zum Köcheln bringen.
4. Sobald der Topfinhalt brutzelt wie deutsche Touristen am Strand von Jesolo, wird die Hitze reduziert und alles mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt. Profis passen die Menge der Kapern der Anzahl ihrer Schäferstündchen in den letzten 6 Monaten an.
5. Zuletzt die Pasta abgießen, abtropfen, mit der Soße vermengen und sofort servieren. Et voilà: Sie schmecken nun, was bereits zahlreiche Dirnen vor Ihnen geschmeckt haben.

# VEGANE

**DAUER:** „Billy the Mountain“ von Frank Zappa (24:47 min)

**SKILLS:** können sogar Fleischfresser zubereiten

## VEGANE WRAPS

Wraps sind mit einem weichen Fladenbrot ummantelte Füllungen, die im Ranking beliebter Fingerfoods auch hierzulande vordere Plätze einheimen.

Der Wrap lässt sich mit so gut wie allen leckeren Zutaten befüllen, die sich in Ihrem Kühlschrank befinden. Ob Pilze, Paprika, Zwiebeln, Salatblätter oder das verschrumpelte Stück Etwas, das sich im hinteren Kühlschrankfach befindet und durchaus einmal eine Gurke gewesen hätte sein können.

Natürlich können Sie die Wraps auch mit Wurst bestücken, doch dann würde es sich nicht um die titelgebenden veganen Wraps handeln, sondern um befleischte Rollen. Logisch, oder?

# WRAPS



Für den Wrap:

- 1 PCK. GOUDA SCHEIBEN
- 2 TORTILLAS, MEHRKORN
- 8 GROSSE KOPFSALATBLÄTTER
- 4 EL HUMMUS
- 1 PAPRIKA, GESTIFTELT
- 1 GURKE, GESTIFELT
- 1/2 FRISCHER ROTKOHL,  
FEIN GESCHNITTEN
- 1 KAROTTE, GESTIFTELT

Für den Dip:

- 1 PCK. GOUDASCHEIBEN
- 1 EL INGWER, GEPRESST
- 1 KNOBLAUCHZEHE, GEWÜRFELT
- 1/2 TASSE WASSER
- SALZ ZUM ABSCHMECKEN
- LIMETTENSPALTEN ZUM GARNIEREN

ZU  
TA  
TE  
N

# VEGANER

1. Salatblätter, Hummus, Goudascheiben und das Gemüse auf beiden Tortillas üppig verteilen.
2. Tortillas eng zusammenrollen<sup>4</sup> und in kleinere Röllchen schneiden.
3. Für den Dip alle Zutaten zu einer cremigen Konsistenz pürieren.
4. Die Röllchen mit dem Dip beträufeln oder Dip separat servieren.
5. Mit Korianderblättern und Limettenspalten garnieren.

<sup>4</sup>Spät-Hippies und 68er sind hier klar im Vorteil.

# WRAPS

# ZUBER ZEI TUNG

MESSE-

&

FESTIVAL

FRASS

Konzerte und insbesondere Musikfestivals stehen seit jeher auf der Liste jener Orte, die nicht unbedingt mit „gutem Essen“ in Verbindung gebracht werden. Entweder ist der Fraß beim Food-Truck zu kalt, nicht identifizierbar oder schlicht zu teuer – oft genug aber auch alles zusammen. Wackere Naturen essen also vor dem Festivalbesuch eine Ladung Kohletabletten<sup>5</sup> und lachen über anderen Besucher, die sich über die noch schlechteren Hygienestandards der Festivaltoiletten beklagen. Black Metal-Fans gelten dabei als die Robustesten unter den Festival-Gängern und ernähren sich während ihres dreitägigen Aufenthalts in Wacken<sup>6</sup> ausschließlich von Bier.

<sup>5</sup> O-Ton eines Wackenbesuchers: „Da musst du 3 Tage lang nicht auf Klo! Aber wehe, wenn du zu Hause bist! Das ist dann wie eine Geburt!“

<sup>6</sup> ...während sie den obligatorischen Freizeit-Beschäftigungen abseits der Bühnen nachgehen, wie Bibelweitwurf oder Hexenverbrennungen.