

Fleisch schmackhaft

Nicht jeder findet im Alltag die Zeit, um sich lange um die Zubereitung des perfekten Gerichts zu kümmern. Nicht nur Freiberufler, die zuhause mit den Aufgaben im Home Office befasst sind, zeigen sich froh darüber, so wenig wie möglich wertvolle Zeit des Vormittags darauf verwenden zu müssen. Dafür eignen sich einige Rezepte, deren Zubereitung ab einem gewissen Punkt ohne eigenes Zutun von der Hand geht.

Die klassische Gemüsesuppe

Bereits die selbstgemachte Gemüsesuppe bietet die Möglichkeit, während der Zeit der Zubereitung andere Dinge zu erledigen. Dafür wird zunächst ein Topf mit heißem Wasser aufgesetzt, in dem das ersehnte Gemüse einige Zeit lang köchelt. Besonders feste Gemüsesorten, wie die Karotten, sollten dort zuerst ihren Platz finden. Auf niedriger Stufe köchelt das Ganze für etwa zwei Stunden, ehe die perfekte Suppe gekostet werden kann.

Natürlich stellt der stets angeschaltete Herd auf der anderen Seite auch ein Sicherheitsrisiko dar. Selbst auf schwacher Stufe sind Unfälle nicht ausgeschlossen. Wer sich in diesem Zeitraum etwa aus den eigenen vier Wänden aussperrt, sollte sich zügig wieder Zutritt verschaffen. [Passende Lösungen für den Notfall sind auch auf dieser Seite zu finden.](#)

Perfektes Gulasch in zwei Stunden

Auch bei den verschiedenen Rezepten zur Zubereitung von Gulasch ist die eigene Anwesenheit nicht unbedingt erforderlich. Köche wissen um die Bedeutung der langen Garzeit, in der das Gulasch erst sein ganzes Aroma entfalten

kann. Nach dem Anbraten des Fleisches ist es möglich, die gesamte Soße für zwei bis drei Stunden einkochen zu lassen. Wird hierzu ein Deckel verwendet, so reicht in der Tat die niedrigste Stufe aus, um das Gericht langsam zu garen.

Auch bei diesem Rezept ist es nicht notwendig, sich während der Garzeit weiter damit zu befassen. So können die täglichen Pflichten erfüllt werden, ehe das Essen fertig auf den Tisch kommt. Da eine nahrhafte Mahlzeit sich bekanntlich positiv auf die Konzentration der nächsten Stunden auswirkt, lohnt es sich hier gleich aus mehreren Gründen, selbst zur Tat zu schreiten und den Kochlöffel in die Hand zu nehmen.

Die Wurzeln des Bratens

Am bekanntesten ist diese passive Form der Zubereitung jedoch beim Kochen eines Bratens. Aufgrund der langen Garzeit, die für das dicke Stück Fleisch stets notwendig war, etablierte sich sehr früh eine konsequent passive Zubereitung. Experten gehen davon aus, dass dieser Vorteil bereits in den vergangenen Jahrhunderten gerne genutzt wurde. Gleichsam war bekannt, dass es zum geschmacklichen Austausch zwischen dem Fleisch und den Beilagen kommen würde. Aus diesem Grund eignet sich das Gericht ideal, um der vermeintlich langen Zeit der Zubereitung etwas abzugewinnen, während andere die lange Zeit am Herd monieren, die dafür angeblich notwendig ist.

Gerade bei diesen Gerichten wird deutlich, dass das Kochen nicht nur aus aktiver Arbeit am Herd besteht. [Gemüsesuppen](#) wie [Gulasch](#) lassen sich binnen weniger Minuten anrichten, um mit dem eigentlichen Kochvorgang zu beginnen. Aus dieser Perspektive betrachtet handelt es sich um umgemein praktische Gerichte, bei denen es zu empfehlen ist, die verschiedenen Varianten zu erkunden, die bereits von zahlreichen Autoren veröffentlicht und stets weiter verfeinert wurden. Dort findet

sich in jedem Fall der passende Zubereitungsweg.