



David Zilber

"Fermentieren ist wie Nachtclub, nur die coolen Bakterien dürfen rein"

Egal, ob Blumenkohl, Blaubeeren oder Gurken – der Koch David Zilber hat Einmachen wieder hip gemacht. In seiner Masterclass zeigt er, wie jeder das zu Hause machen kann.

Von Eva Biringer
26. September 2019, 16:33 Uhr

"Dreißig Minuten sind ziemlich wenig für ein Phänomen, das es seit zweieinhalbtausend Jahren gibt", sagt David Zilber, während er vor einem Versuchstisch mit Beeren und Blumenkohl auf- und abschreitet. Er erinnert dabei an einen Physiklehrer, der das Experiment kaum abwarten kann, bei dem es raucht, knallt und pufft. Vor einer Flipchart bleibt Zilber stehen und fragt ins Publikum des Food-Festivals: "Okay, wer von euch kann mir sagen, was Fermentation ist?" Jemand ruft "Säure", jemand anderes

"Bakterien", eine dritte versucht es mit "kontrollierter Verrottung". Zilber füllt derweil die Flipchart mit Skizzen von Sauerstoffmolekülen und Milchsäurebakterien, die irgendwie an Spiegeleier erinnern. Und dann geht es von der Theorie in die Praxis, mit einem halben Kilo Blaubeeren.

Überall gärt es. Fermentation ist einer der wichtigsten Foodtrends überhaupt und gleichzeitig uralt. Jede Kultur hat ihre eigenen Techniken entwickelt, um Obst und Gemüse haltbar zu machen, die vergorene Würzsoße Garum gab es bereits im antiken Rom. In Deutschland isst man Sauerkraut, in Korea Kimchi, ohne Sojasoße wäre die chinesische Küche sehr viel ärmer dran. Dass kontrolliertes Gären gerade jetzt so beliebt ist, kommt nicht von ungefähr. Es passt perfekt zur Nova-Regio-Bewegung, die ihren Fokus auf lokale, saisonale Produkte legt. Und ist, nebenbei bemerkt, ausgesprochen praktisch für all jene mittel- und nordeuropäischen Gegenden, die nicht ganzjährig mit üppiger Vegetation gesegnet sind.

Dass etwas derart Selbstverständliches plötzlich so viel Aufmerksamkeit bekommt, hat maßgeblich mit René Redzepi zu tun. Dessen Noma, ein Kopenhagener Zwei-Sterne-Restaurant, das viele für das beste der Welt halten, gönnt sich ein eigenes Fermentationslabor [<https://www.zeit.de/zeit-magazin/essen-trinken/2018-10/fermentieren-einmachen-kombucha-miso-new-nordic-cuisine-sauerteig>]. Dort tüfteln vier Menschen in Vollzeit an japanischen Schimmelpilzen, römischen Fischsoßen und der Frage, wie man mit diesen Hilfsmitteln Lebensmitteln zu völlig neuer Form und Geschmack verhilft.

Einer davon ist David Zilber. Nachdem er 2014 zum Noma-Team stieß, arbeitete er zunächst als Chef de partie, bevor ihn Redzepi ins sogenannte Fermentation Lab beorderte, das er seit 2017 leitet. Gemeinsam haben die beiden ein Buch verfasst, *The Noma Guide to Fermentation*, zu Deutsch *Das Noma-Handbuch Fermentation*, das bereits ein Jahr nach Erscheinen als Grundlagenwerk in den Regalen vieler Restaurants und so manchem Hipsterapartment steht. 450 Seiten stark, aufgeteilt in acht Kapitel von Kombucha über Miso bis hin zu schwarzen Früchten. Fermentieren ist Geduldssache, das gilt oft auch für die Herstellung: Allein das Rezept für Laktopflaumen erstreckt sich über zwölf Seiten.



Fermentier-Profi David Zilber © Eva Biringer

Mit dem Buch im Gepäck wird Zilber zu Vorträgen auf der ganzen Welt eingeladen – jetzt gerade etwa nach Stockholm. Ende August findet hier, auf der Insel Fjäderholmarna, zum ersten Mal das Foodstock Festival statt, das einen Überblick geben will über die New Nordic Cuisine, also jenen saisonal-regionalen Stil, der gerade die Küchen von Berlin bis Barcelona prägt.

In einem sehr skandinavisch wirkenden Holzhaus findet die Masterclass Fermentation statt. Schon eine halbe Stunde vor Beginn ist der Andrang groß, den Nachzüglern bleibt nur die Warteliste. Im Inneren ist die Luft ein wenig staubig, der Raum mit Ausnahme des mit Einweckgläsern, einer Küchenwaage und einem Exemplar des *Fermentation Guide* bestückten Tisches und der Flipcharts komplett leer.

Kurz nach zwölf bahnt sich David Zilber seinen Weg durch die Menge. Was für eine Erscheinung: Zum erdbraunen Zweiteiler trägt er tannengrüne Socken und Turnschuhe mit Farbspritzern, die goldene Brille passt zum Ohrring. Seine geflochtenen Haare hat er zum Dutt gebunden, und dann sind da noch seine Tattoos, ein Dreieck am Hals, die Milchstraße und chemische Formeln auf beiden Handrücken. "Ich wette, viele von euch hatten zum Frühstück schon etwas Fermentiertes", ruft er mit kanadisch gefärbtem Akzent. Na klar, Brot, Käse, Joghurt, und hier außerdem das aus getrockneten Sojabohnen hergestellte Tempeh.

Es folgt eine kurze Einführung inklusive der einfachsten Definition von Fermentation: Verwandlung von Lebensmitteln durch Mikroorganismen. Oder, etwas komplizierter formuliert: das Haltbarmachen durch kontrollierten Luftabschluss unter Einbeziehung von Salz und Säure. Im Unterschied zu einem am Boden verfaulenden Apfel wird diese also immer von Menschenhand gesteuert.

Zilber findet dafür eine anschauliche Metapher: "Stellt euch vor, ihr seid Türsteher in einem Nachtclub. Alle Bakterien würden gerne mitfeiern, aber es liegt an euch, eine Auswahl zu treffen. Nur die *cool kids* dürfen rein, das sind die Laktobakterien."

Anschließend nimmt er sein Buch zur Hand und blättert zum Rezept mit den milchsauer vergorenen Blaubeeren, das sich seiner Meinung nach gut für Einsteiger eignet. Mithilfe der Waage misst er 600 Gramm Früchte ab, vermischt diese mit zwölf Gramm Salz und gibt sie in eins der Weckgläser. Zum Beschweren eignet sich ein mit Wasser gefüllter Ziplockbeutel. Er sorgt dafür, dass die Milchsäurebakterien nicht mit Sauerstoff in Kontakt kommen. "Jetzt sind es salzige Beeren. In sechs bis sieben Tagen wird sich der Zucker der Beeren in Milchsäure verwandelt haben", sagt David Zilber. "Dann haben wir herrliches Umami." Er empfiehlt, das Ergebnis ins Müsli zu mischen oder damit eine Tarte zu backen. Einige Zuhörer nicken begeistert.

Dann wendet sich der 33-Jährige dem hinter ihm liegenden Blumenkohl zu. Viel Zeit bleibt nicht, um ihn zu zerkleinern und zusammen mit einer Salzlake – wieder lautet die Formel: zwei Prozent Salz vom Gesamtgewicht – ins zweite Einmachglas zu geben. Jemand aus dem Publikum meldet sich per Handzeichen: Wie ist das mit der Hygiene? Zilber beruhigt: "Natürlich habe ich mir vorher die Hände gewaschen. Danach allerdings einen Pancake gegessen. Unser Ziel beim Fermentieren ist nicht Sterilität. Zumal es die gar nicht geben kann: Alles ist voller Mikroben." Also auch die Hand, die David Chaim Jacob Zilber, wie er mit vollem Namen heißt, einem nach dem Vortrag reicht.

Er lädt ein, auf der Veranda Platz zu nehmen. Und trinkt Bier – auch ein Fermentationsprodukt. "Ob Sie es glauben oder nicht: In Chemie war ich eine Niete, so wie in allen anderen Fächern auch. Weil meine Noten schlichtweg zu schlecht fürs College waren, absolvierte ich nach der Highschool eine Kochausbildung." Schon als Teenager habe er für seine Mitschüler Apple Pie gebacken und seiner aus der

Dominikanischen Republik stammenden Mutter in der Küche über die Schulter geschaut, erzählt er. Es folgten Stationen in hochklassigen Restaurants in seiner Heimatstadt Toronto und in Vancouver, bevor er sich im Noma bewarb.

Spätestens da war er nicht mehr zu bremsen. "Meine Neugier ist grenzenlos. Mindestens zwei Bücher pro Monat lese ich, alles Fachliteratur. Ganz schön viel bei einer 80-Stunden-Woche." Wie viel ihm die Welt der chemischen Magie und physikalischen Prozesse bedeutet – Kochen ist schließlich reinste Physik! – verraten nicht zuletzt die beiden Tattoos auf den Handrücken: eine Formel des österreichischen Physikers Ludwig Eduard Boltzmann und eine von Erwin Schrödinger (das ist der mit der Katze).

Laien können an so viel Fachwissen erst einmal verzweifeln, das zeigt sich an Zilbers Buch. Es sei aber weniger als Eins-zu-eins-Kochbuch gedacht als vielmehr als Einladung, selbst herumzuexperimentieren. "Go and have fun!", sagt er. "Und sieh es nicht so eng. Obwohl wir uns im Noma den lieben langen Tag mit nichts anderem beschäftigen, schaffen es kaum mehr als fünf Prozent unserer Entdeckungen tatsächlich auf die Karte." Dafür sind das dann aber so verrückte Dinge wie Bienenpollen-Garum oder Heuschreckenbutter, die gut zu Fischrogenrêpes passt.

NÄCHSTE SEITE

"Go and have fun!"

[<https://www.zeit.de/zeit-magazin/essen-trinken/2019-09/david-zilber-koch-noma-kopenhagen-fermentieren/seite-2>]

Artikel auf einer Seite lesen [<https://www.zeit.de/zeit-magazin/essen-trinken/2019-09/david-zilber-koch-noma-kopenhagen-fermentieren/komplettansicht>]