

Az egészség derűje portál

A konyhaművészet pszichológiája

{mosimage}Kedves Olvasók, egy közönségtalálkozón szembesültem avval a ténnyel, hogy a leírt receptek alapján nehéz elkészíteni az ételeket, amit olvasnak. És arra gondoltam, hogy írok egy kicsit, (és tényleg csak egy kicsit, merthogy órákig tudnék beszélni a témáról) arról, hogyan is főzzünk, és itt most ne konyhatechnikai műveletekre gondoljanak.

□

{mosimage}Először is tisztázzuk azt, hogy senki sem születik szakácsnak, és képzeljük ez velem is így volt. Először azt hittem, hogy érdekeltek az ételek, azért választottam ezt a „hivatást”, aztán amikor benőtt a fejem, már rájöttem, hogy az érdekelt, hogy miként bővílhetem el az embereket, miként adhatok a részükre egy olyan élményt, amit sokáig nem felejtenek el. És látják itt a lényeg. Egy étel elkészítésében az anyaghányad így néz ki:

- □ 50%-ban a megfelelő minőségű friss alapanyagok adják meg az elkészítendő étel végleges harmóniáját.
- □ 40%-ban a „szakács” lelkülete határozza meg
- □ És csak 10%-ban döntő, a hozzáértés

A továbbiakban én most arról a bizonyos 40%-ról szeretnék írni. Nagyon fontos a hozzáállás, és ez minden alkotás egyik kulcsa. Nem mindegy, hogy amikor nekilátunk egy étel elkészítésének, akkor, azt milyen hozzáállással tesszük. Pl. most egy olyan ételt fogok készíteni, ami el fogja varázsolni a vendégeimet, vagy Jaj csak el ne rontsam az ételt, mert mit fognak szólni a vendégeim! Ugye érzik a különbséget. És azt is hozzáteszem, hogy az önbizalom nem feltétel a kiváló ételek elkészítéséhez.

{mosimage}A főzés olyan, mint egy érzéki szeretkezés, amikor ösztönből jön és érezzük, hogy mit szeretnénk. Remélem így már könnyebben tudnak azonosulni a „konyhai filozófiámmal” :)

Az is nagyon fontos, hogy egy ételt szeretettel készítsünk el, mert ez adja meg az energiáját fogásunknak. Minden pillanatban az lebegjen előttünk, hogy milyen gasztronómiai élményt fogunk adni a vendégünknek és, ne az, hogy egy ízletes ételt rakjunk elé. Amikor egy háziasszony a már megszokott ételeket főzi, akkor szerez egy rutint és a kisujjából kirázva elkészíti azt, de itt követi el a hibát, mert nem lesz benne az a plusz (energia), amit a szeretet adhat, amitől olyan csodás volt eddig és a családja el volt ragadtatva. Ekkor szokott az következni, hogy jönnek a kritikák, hogy „ez nem olyan, mint szokott lenni” vagy hasonlóak. És erre a válasz „pedig azokat raktam bele, mint eddig mindig”. Egyet kivéve, a szeretetet!!!

{mosimage}Az egyik nagy vágyam, hogy eljussak japánba és figyelhessem, hogyan készít ételeket egy japán szakács. Nem recepteket szeretnék tanulni, hanem hozzáállást. Japánban valakinek ételt készíteni egy nagy megbecsülésnek örvendő feladat. Nagyon sokáig tanulják, és a mesterek nem csak a konyhatechnikai fortélyokat adják át, hanem megtanítják a tanítványaikat arra, hogy miként vigyenek bele egy érzést az ételekbe. No, de ez az én vágyam...

□

□

{mosimage}A múlt héten sokat néztem a főzőműsorokat, és elborzadtam, hogy ebből egy háziasszony biztos nem fogja elkészíteni az adott ételt. Ha már a TV-s szakácsoknál tatunk akkor szeretném ajánlani Gordon Ramsey-t és Jamie Oliver-t, ők azok, akik nem elsősorban recepteket próbálnak „rátukmálni” a nézőkre. Ramsey aki a kedvencem, megpróbál érzéseket átadni a megmentendő étterem tulajdonosoknak. Elég „határozott” a stílusa, de tudja, hogy mit akar átadni, és én is ezt szeretném elérni Önöknél. Legbelül Önök is érzik, hogy miről beszélek, és akkor már elértem

amit akartam...

□