

Thema: Jetzt wird's feierlich! – Die ultimativ schönsten und festlichsten Weihnachtsrezepte von Jamie Oliver

Beitrag: 1:42 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Weihnachten ist das Fest der Liebe – und es gibt nichts Schöneres als die schönste Zeit des Jahres mit der Familie zu feiern. Am besten natürlich mit tollen Geschenken, einem handgeschmückten Weihnachtsbaum und einem leckeren Festessen für Groß und Klein. Helke Michel hat sich dafür extra vom britischen Starkoch Jamie Oliver ein paar gute Tipps geben lassen.

Sprecherin: Fernsehkoch und Buchautor Jamie Oliver freut sich riesig auf das Fest der Liebe:

O-Ton 1 (Jamie Oliver, 0:30 Min.): „Weihnachten ist für uns eine großartige Zeit im Jahr. Wir arbeiten das ganze Jahr über sehr hart, also nimmt sich die ganze Familie für ungefähr zehn Tage frei. Die Weihnachtswoche, Heilig Abend und das Essen ist alles sehr, sehr wichtig. Ich feiere mit meiner Familie, die mittlerweile ziemlich groß ist – ich habe fünf Kinder – und mit meiner angeheirateten Familie, meinen Eltern, meinen Geschwistern und meinem Schwager. Wir sind ungefähr 25, also ist bei uns ziemlich was los. Es ist ziemlich laut – und natürlich erwartet jeder, dass das Essen sehr gut ist.“

Sprecherin: Deshalb steht er natürlich auch wieder mal selbst am Herd und kocht. Genau das übrigens, was alle von ihm verlangen:

O-Ton 2 (Jamie Oliver, 0:28 Min.): „Von unserer Familie würde niemand kommen, wenn ich keinen Truthahn hätte. Also gibt's gebratenen Truthahn mit allem Drum und Dran. Aber ich mache auch das traditionelle, britische Weihnachtessen – also Gans. Die essen die meisten das ganze Jahr über ja eher nicht, das ist also eher seltenes Fleisch. Aber es ist so lecker und unglaublich einfach zuzubereiten. Und dann ist der Kontrast zwischen dem eher mageren Truthahn und der viel fetteren Gans mit der knusprigen Haut auch wirklich eine wunderbare Kombination. Also gibt's beides.“

Sprecherin: Und sollte danach der Ranzen spannen, ist das egal, sagt der Autor des Buches „Genial Gesund – Superfood for Family & Friends“:

O-Ton 3 (Jamie Oliver, 0:27 Min.): „Denk gar nicht drüber nach! Lass es Dir gut gehen! Und wenn Du es dann zu sehr genossen hast, dann landest Du halt - wie jeder andere auch – ein bisschen früher im Bett und fühlst Dich eben mal nicht gut. Was soll's! Ich denke, das Wesentliche von ‚Superfood‘ ist, dass es Dich fit hält, wenn Du arbeitest. Und das Wesentliche am Genuss ist, dass es ein wunderbares Ritual ist und dass es dir vor allem Spaß macht, weil Du es nicht jeden Tag hast.“

Abmoderationsvorschlag: Wenn Sie mehr über Jamie Oliver, seine Familie und seine Rezepte wissen wollen: Sein neues „Weihnachtskochbuch“ ist gerade frisch im Dorling Kindersley Verlag erschienen und natürlich auch super als Geschenk geeignet. Mehr dazu und viele weitere gute Anregungen finden Sie im Netz unter www.dorlingkindersley.de.

Thema: Jetzt wird's feierlich! – Die ultimativ schönsten und festlichsten Weihnachtsrezepte von Jamie Oliver

Interview: 4:25 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Weihnachten ist das Fest der Liebe – und es gibt nichts Schöneres als die schönste Zeit des Jahres mit der Familie zu feiern. Am besten natürlich mit tollen Geschenken, einem handgeschmückten Weihnachtsbaum und einem leckeren Festessen für Groß und Klein. Jede Menge gute Tipps dazu gibt's jetzt von einem der beliebtesten Fernsehköche der Welt und Großbritanniens erfolgreichstem Exportschlager in Sachen Essen: Jamie Oliver, hallo.

Begrüßung: „Hallo Leute, geht's euch gut? Schön, hier zu sein!“

1. Herr Oliver, wie wichtig ist Weihnachten für Sie und mit wem werden Sie feiern?

O-Ton 1 (Jamie Oliver, 0:30 Min.): „Weihnachten ist für uns eine großartige Zeit im Jahr. Wir arbeiten das ganze Jahr über sehr hart, also nimmt sich die ganze Familie für ungefähr zehn Tage frei. Die Weihnachtswoche, Heilig Abend und das Essen ist alles sehr, sehr wichtig. Ich feiere mit meiner Familie, die mittlerweile ziemlich groß ist – ich habe fünf Kinder – und mit meiner angeheirateten Familie, meinen Eltern, meinen Geschwistern und meinem Schwager. Wir sind ungefähr 25, also ist bei uns ziemlich was los. Es ist ziemlich laut – und natürlich erwartet jeder, dass das Essen sehr gut ist.“

2. Wie sieht's aus mit Weihnachtsbaumschmücken und anderen Dekorationen: Wer macht das bei Ihnen zuhause?

O-Ton 2 (Jamie Oliver, 0:40 Min.): „Wir lieben das und sind immer sehr aufgeregt, wenn es darum geht, einen schönen Baum zu finden, in den Wald zu gehen und einen auszusuchen und ihn nach Hause zu bringen. Jools, meine Frau, macht dann die Hauptarbeit beim Schmücken, aber mit den Kindern basteln wir auch eine Menge für unsere Dekoration. Wir machen Plätzchen, wir schneiden schöne, kleine Figuren aus Papier und hängen sie auf. Wir kaufen auch welche und wir haben welche, die wir jedes Jahr benutzen. Aber es ist eine verrückte Zeit. Da wird eine Menge geweint und geschrien und der eine oder andere tritt auch mal auf eine Christbaumkugel. In der Regel herrschte eine Stunde lang totales Chaos. Aber wenn alles erledigt ist und alles schön aussieht, machen wir mit den anderen Vorbereitungen weiter.“

3. Was für ein Essen kochen Sie dieses Jahr zu Weihnachten?

O-Ton 3 (Jamie Oliver, 0:280 Min.): „Von unserer Familie würde niemand kommen, wenn ich keinen Truthahn hätte. Also gibt's gebratenen Truthahn mit allem Drum und Dran. Aber ich mache auch das traditionelle, britische Weihnachtessen – also Gans. Die essen die meisten das ganze Jahr über ja eher nicht, das ist also eher seltenes Fleisch. Aber es ist so lecker und unglaublich einfach zuzubereiten. Und dann ist der Kontrast zwischen dem eher mageren Truthahn und der viel fetteren Gans mit der knusprigen Haut auch wirklich eine wunderbare Kombination. Also gibt's beides.“

4. Sie sind natürlich Profi-Koch und allen Herausforderungen gewachsen: Aber was empfehlen Sie ganz „normalen“ Hobbyköchen, damit sie beim Weihnachtessen-Kochen nicht durchdrehen?

O-Ton 4 (Jamie Oliver, 0:38 Min.): „Ganz ehrlich, wenn Du für 10 oder 15 Familienmitglieder kochst, verwandelt sich Dein Haus an dem Tag in vielerlei Hinsicht sofort in ein kleines Restaurant. Und je organisierter Du bist, desto mehr Spaß wirst Du haben. Und wenn Du nicht organisiert bist, wird's definitiv ein Chaos. Also auch, wenn Du Dich normalerweise nicht hinsetzt und einen Zeitplan machst, wann es das Essen geben soll, wann das Fleisch aus dem Ofen muss, das hilft doch sehr. Und außerdem: schmeiß einfach für einen Tag alles aus der Küche, was da nichts zu suchen hat. Schaff Dir also genügend Platz. Und dann, denke ich, wirst Du es viel einfacher haben, für so viele Leute zu kochen.“

5. Worauf sollte man unbedingt achten, wenn man für die ganze Familie kocht?

O-Ton 5 (Jamie Oliver, 0:23 Min.): „Ich denke, das Tolle am Weihnachtsessen ist, dass für jeden was dabei ist. Ich kenne niemanden, der das Weihnachtsessen nicht liebt. Gebratenes Fleisch, Bratkartoffeln, viel Gemüse. Dir muss nicht alles schmecken, aber normalerweise ist genügend dabei, das jeder liebt. Ich denke, die Tatsache, dass sich jeder aussuchen kann, was er will, ist brilliant.“

6. Weihnachten wird oft viel Süßes und Fettiges gefuttert. Wie stehen Sie als Autor des Buches „Genial Gesund – Superfood for Family & Friends“ eigentlich zu dieser Tradition?

O-Ton 6 (Jamie Oliver, 0:45 Min.): „Im Buch ‚Superfood‘ und in der Fernsehshow geht's darum, einen Platz zu schaffen, wo jede Wahl eine gute Wahl ist. Es ist auf jeden Fall super wichtig, sich auch mal was zu gönnen bei Festessen und das zu genießen – egal ob nun zum Geburtstag, auf irgendwelchen Feiern oder zu Weihnachten. Ich persönlich würde sagen: Denk gar nicht drüber nach! Lass es Dir gut gehen! Und wenn Du es dann zu sehr genossen hast, dann landest Du halt - wie jeder andere auch – ein bisschen früher im Bett und fühlst Dich eben mal nicht gut. Was soll's! Ich denke, das Wesentliche von ‚Superfood‘ ist, dass es Dich fit hält, wenn Du arbeitest. Und das Wesentliche am Genuss ist, dass es ein wunderbares Ritual ist und dass es dir vor allem Spaß macht, weil Du es nicht jeden Tag hast.“

7. Wer mal was anderes als Gans oder Ente zum Fest zubereiten will, der findet leckere Ideen in Deinem neuen Weihnachtskochbuch. Was für Rezepte stehen denn da drin?

O-Ton 7 (Jamie Oliver, 0:42 Min.): „Als ich das Buch geschrieben habe, ‚Jamie Oliver's Weihnachtskochbuch‘, wollte ich, dass am Ende nur die größten Hits drinstehen. Ich wollte jede Menge Auswahl bieten, einen guten Aufbau und leicht nachkochbare Rezepte, die auch wirklich jedem gelingen. Es gibt dort also jede Menge Auswahl von Schwein bis Rind. Genauso gibt es dort aber auch Rezepte mit Truthahn und Gans und natürlich auch Fisch und besonders, welche göttlichen Gerichte man mit Fisch zaubern kann. Und natürlich durften auch vegane und vegetarische Rezepte nicht fehlen. Ich wollte es halt so umfassend wie möglich machen. Und ich werde dieses Buch ja auch nur einmal in meinem Leben schreiben. Also musste es gut werden – richtig gut!“

Starkoch Jamie Oliver war das mit seinen Tipps für ein gelungenes Weihnachtsfest. Besten Dank für das Gespräch!

Verabschiedung: „Dankeschön!“

Abmoderationsvorschlag: Wenn Sie mehr über Jamie Oliver, seine Familie und seine Rezepte wissen wollen: Sein neues „Weihnachtskochbuch“ ist gerade frisch im Dorling Kindersley Verlag erschienen und natürlich auch super als Geschenk geeignet. Mehr dazu und viele weitere gute Anregungen finden Sie im Netz unter www.dorlingkindersley.de.