

# DIE HAUPTSTADT DER GARKÜCHEN

Bangkok ist eine hektische Großstadt. Doch wer es klug angeht, kann hier die größte Auswahl an Gerichten der vielfältigen Thaiküche an einem Ort genießen.

TEXT & FOTOS: Bianca Gusenbauer



Eine gefühlte Ewigkeit war ich nicht mehr in Thailand. Die Angst, dass eine neue Reise mich aufgrund der heute viel weiter entwickelten touristischen Infrastruktur enttäuschen und meine guten Bilder zerstören könnte, hatte mich 15 Jahre lang an einem Besuch gehindert. Schließlich überzeugte mich aber eine japanische Kollegin, die seit ein paar Monaten in Bangkok lebt und bereit war, gemeinsam mit mir die Metropole kulinarisch zu erobern. Der Flug war schnell gebucht, und ich war mindestens genauso schnell wieder begeistert unterwegs.

Tatsächlich polarisiert die Hauptstadt Thailands die BesucherInnen, die mehrheitlich auf der Suche nach Ruhe und traumhaften Stränden sind. Denn mit mehr als acht Millionen EinwohnerInnen erscheint sie, durch die europäische Brille betrachtet, im Chaos zu versinken. Die Stadtviertel

werden von mehrspurigen Straßen durchkreuzt, an denen Garküchen und Geschäfte fliegender Händler sich ihren Platz suchen. Hier wird gelebt, gegessen und vor allem während der Stoßzeit gehupt und gestanden. Zusammen mit der hohen Luftfeuchtigkeit und Hitze machen diese Eindrücke vielen europäischen BesucherInnen zu schaffen, und die meisten sehnen ihre Abreise herbei.

## SPANNUNG DER GEGENSÄTZE

Auf den zweiten Blick ist aber zu erkennen, dass Bangkok eine spannende Stadt der Gegensätze ist, die traditionelles Leben und Supermoderne verbindet. Sie bietet sozusagen eine Reise gleichzeitig in die Vergangenheit und die Zukunft. Für Menschen mit Entdeckergeist und einer gesunden Portion Gelassenheit hat Bangkok tatsächlich viel zu bieten. Ruhe ist das garantiert nicht, aber dafür begeistert die Weltstadt mit authentischen

Märkten, vielfältigen Restaurants, beeindruckenden Bauwerken und mit der Möglichkeit, relativ einfach mit ThailänderInnen ins Gespräch zu kommen, auch außerhalb der Tourismusindustrie.

Wenngleich die Fläche Bangkoks mit 1.600 Quadratkilometern zu Beginn vielleicht erschreckend groß erscheint (Wien hat im Vergleich 415 Quadratkilometer), konzentriert sich das für BesucherInnen interessante Leben auf wenige Stadtteile, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder Taxis gut verbunden und erreichbar sind. Strategisch ratsam ist jedoch, ein Hotel in Gehdistanz zu einer Zugstation zu buchen, um zur Stoßzeit Autofahrten zu vermeiden. Das schont die Nerven. Generell gilt es, sich leicht antizyklisch zum lokalen Alltagsleben zu verhalten und die Mittagshitze am besten mit einer Massage oder einer kleinen Ruhepause im Hotel zu überbrücken. >>





## Bangkok: Kulinarische Reisetipps

Ein Aufenthalt in Bangkok beginnt am besten entspannt mit einem Abendessen im **Restaurant Issaya Siamese Club**. Das leicht versteckte Restaurant im gepflegten Kolonialstil erweckt den Eindruck einer Großstadtoase. Küchenchefin Surangkana Sub-Anan überwacht die Qualität gemeinsam mit dem bekannten thailändischen Koch Ian Kittichai. Hierher sollte man durstig und hungrig, aber auch mit ausreichend Kleingeld kommen.

Besuchen Sie unbedingt den verwinkelten **Straßenmarkt rund um das Krankenhaus Siriraj** bei der Bootsanlegestelle „Wang Lang“. In Asien garantieren Krankenhäuser die größte und beste Auswahl an Garküchen, da sowohl das Personal, teilweise die PatientInnen und auch die begleitenden Familienmitglieder versorgt werden müssen. Auf diesen Markt verirren sich nur wenige TouristInnen, obwohl er wirklich einladend ist. Am besten vor 18.00 Uhr hierherkommen, da die Geschäfte und kleinen Restaurants teilweise früh schließen.

Im Untergeschoß des **Shoppingcenters Central Embassy** gibt es authentische Straßenküche bei Eat Thai. Gleichzeitig bietet die Issaya Cooking School Kochkurse auf gutem Niveau.

Für einen Aperitif in **Jack's Bar** sollte immer Zeit sein, denn sie befindet sich direkt am Fluss. Die rustikale Bar, in der man in Plastikstühlen auf Holzbrettern sitzt, bietet gerade in der Stoßzeit und bei Sonnenuntergang einen herrlichen Ausblick, bei dem das Treiben am Fluss beobachtet werden kann.

Der **Khlong Toei Market** ist der größte Frischmarkt in Bangkok, den sich Kulinarikbegeisterte und unerschrockene MarktliebhaberInnen nicht entgehen lassen sollten. Haben Sie zu viel Respekt vor einem Besuch alleine oder möchten Sie Erklärungen zu den exotischen Produkten, dann können Sie den Besuch auch mit einem kurzen Kochkurs kombinieren. Cooking with Poo and Friends bietet eine Kombination von Markttour und einem kleinen Kochkurs an.

Vormittags bietet auch der **Kochkurs mit Angsana Andersson** („Thai Home Cooking“) eine gute Möglichkeit, einen kleineren lokalen Frischemarkt zu besuchen und dabei mehr über die exotischen Gewürze und Gemüse zu erfahren. In kleiner Runde werden in Anderssons Wohnhaus dann die Zutaten zu typisch thailändischen Gerichten verarbeitet.



## >> ORGANISIERTE HEKTIK

Insgesamt fünf Stadtteile Bangkoks sind für touristische NeueinsteigerInnen interessant, sie lassen sich entspannt in drei bis vier Tagen großteils auch zu Fuß entdecken. Der Fluss Chao Phraya, der sich mit einigen Nebenarmen durch die Stadt schlängelt, spielt dabei eine wichtige Rolle, vor allem weil er wesentlich zur fantastischen Stimmung abends beiträgt. Denn dann sollte man sich einen Platz auf einer Terrasse suchen und die vielen Passagierboote beobachten, die bei den Anlegestellen auf beiden Flussufern die Menschen geschickt einsammeln und wieder ausspucken. Organisierte Hektik herrscht nämlich abends

auch hier. Ein Besuch des beeindruckenden königlichen Palastes ist quasi ein Muss, aber ansonsten heißt es: sich einfach treiben und keinen Stress aufkommen lassen.

Bangkok erobert das touristische Herz weitestgehend durch die Kulinarik, und daher sollte dem schier nicht enden wollenden und abwechslungsreichen Angebot in der Hauptstadt der Straßenküche viel Offenheit, Appetit und Unerschrockenheit entgegengebracht werden.

## SCHARF, SÜSS, VERFÜHRERISCH

Scharf macht sexy, das behaupten zumindest die Thais. Tatsächlich eilt der thailändischen Küche ein besonde-

rer Ruf voraus, da sie scharf, süß und verführerisch intensiv sowie wohlwollend aromatisch gleichzeitig ist. Typische Aromen der thailändischen Küche, die zu dieser Geschmacksexplosion führen, sind Galanga, der thailändische Ingwer, Chili in rauen Mengen, aromatische Kaffirlimetten und ihre Blätter, Limettengras, Koriander frisch und getrocknet, weißer Pfeffer und fermentierte Fischsauce sowie Palmzucker zum Würzen.

Geben Sie also Bangkok eine Chance und gehen Sie auf kulinarische Entdeckungsreise, denn hier können Sie die größte Auswahl an delikaten Speisen der vielfältigen Thaiküche an einem Ort genießen. \*



## Rotes Curry mit Hühnerfleisch

**Thailändische Currys, egal ob gelb, grün oder rot, bestechen durch ihr intensives Aroma. Das Credo bei der Zubereitung lautet nämlich, durch Rösten den maximalen Geschmack aus allen Zutaten herauszuholen.**

### Zutaten für 4 Personen:

600 g Hühnerfleisch\*, in Stücke geschnitten, 100 g TK-Erbsen, 2 rote Zwiebeln, in grobe Stücke geschnitten, 4 Kaffirlimettenblätter, halbiert, 3 EL Pflanzenöl, 3–4 EL rote Currypaste, circa 500 ml Kokosmilch, 1–2 EL Palmzucker, Fischsauce, 1 1/2 EL Limettensaft

Currypaste: 4 EL Schalotten, 5 Knoblauchzehen, 2 EL Galanga oder Ingwer, 10 rote Chilis, 2 EL Limettengras, 1–2 TL frisches Kurkuma, 2 EL Korianderwurzel, je 1 TL gerösteter Koriander, Kreuzkümmel, weißer Pfeffer, 1 TL Salz, Öl

\* Das Hühnerfleisch kann durch saisonales Gemüse wie Karotten, Fisolen, Karfiol et cetera ersetzt werden.

### Zubereitung der Currypaste:

1. Für die Currypaste alle frischen Zutaten fein hacken. Gewürze trocken ohne Fett in einer Pfanne rösten. Schalotten, Galanga und Knoblauch in einer Pfanne mit 1–2 EL Öl weich dünsten.
2. Gewürze ganz fein im Mörser mahlen. Nacheinander nun jede Zutat gut einarbeiten, bevor die nächste dazukommt, bis eine Paste entsteht: Schalotten, Knoblauch, Galanga mit Salz, Zitronengras, Kurkuma, Chilis, Koriander.

### Zubereitung des Currys:

1. Öl im Wok erhitzen, Zwiebeln 2 Minuten anrösten, Currypaste dazugeben und nochmals 1–2 Minuten anrösten. 3–4 EL Kokosmilch dazugeben und 3 Minuten einkochen.
2. Kokosmilch, Fleisch, Erbsen, Kaffirlimettenblätter und Zucker dazugeben. Aufkochen und bei kleiner Temperatur 8 Minuten köcheln lassen.
3. Mit Currypaste und Fischsauce abschmecken. Curry mit Reis und frischem Koriander servieren.

