

LIFESTYLE



Sein Handwerk hat Florian Glauert unter anderem in den USA gelernt

Da, wo Florian Glauert den Pfeffer würzt

Unser Koch bereitet heute Coulis von Esskastanien mit Belper Knolle zu

■ Der Foodstylist arbeitet als Küchenchef im Berliner Ellington Hotel

ALEXANDRA KILIAN

Der Begriff „Coulis“ bezeichnet ein natürliches, ungesalzene Püree. Bekannt ist das Tomaten-coulis – es kann jedoch mit jedem anderen Gemüse, Obst oder weiteren Zutaten zubereitet werden. Florian Glauert verwendet für sein Herbstgericht Belper Knolle. Einen Schweizer Frischkäse, dessen Milch und Zutat Knoblauch aus dem Ort „Belp“ stammt. Der Käse ist mit Pfeffer bestäubt und benötigt sechs Monate für den Reifungsprozess. Er sieht aus wie ein Trüffel – durch seine Pfefferhaube macht er das Gericht schön würzig.

Für die Zubereitung des Coulis schon einen Tag zuvor die **Coco Bohnen** in reichlich klares Wasser geben. Über Nacht einweichen. Am Tag der Verwendung die Bohnen aus dem Wasser nehmen und in einem Topf mit Geflügelbrühe, Rosmarin, Salz und Pfeffer weich garen.

Die **Maronen** mit einem Messer anritzen und im Ofen bei 180 Grad circa zehn Minuten rösten. Maronen leicht abkühlen lassen und mit einem Messer vorsichtig schälen. Anschließend mit Sahne, Salz, Pfeffer, Rohrzucker, der Knoblauchzehe und Zwiebel in einem Topf zum Kochen bringen und sehr weich garen. Die gesamte Masse in einer Küchenmaschine zu einem feinen Püree verarbeiten. Zur Seite stellen.

Herbsttrompeten gründlich waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne in etwas Olivenöl bei starker Hitze scharf anbraten. Salzen und pfeffern und an

einen warmen Ort stellen. Ziehen lassen.

Rosmarin in etwas Olivenöl knusprig anbraten, abkühlen lassen. Dann die Maronencreme in einen tiefen Teller geben, mit einem Esslöffel Coco Bohnen, einigen Herbsttrompeten belegen und mit einzeln gezupften Rosmarinnadeln garnieren. **Belper Knolle** mit einem feinen Hobel über das Gericht reiben. Gegebenfalls mit etwas Kalbsjus aromatisieren. Wildkräuter mit etwas brauner Butter, Salz, Pfeffer, Rohrzucker, Olivenöl und etwas Zitronensaft marinieren, das Gericht damit dekorieren – und sofort servieren.



Cremig und ordentlich würzig – durch den Schweizer Pfefferkäse

ZUTATEN

500 Gramm Maronen
200 Milliliter Sahne
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
100 Gramm Herbsttrompeten
2 Zweige Rosmarin
1 Belper Knolle
50 Gramm Coco Bohnen
500 Milliliter Geflügelfond
Meersalz
Pfeffer
Rohrzucker
Olivenöl
Wildkräuter
etwas Zitronensaft
etwas Kalbsjus

Zeig mir dein Zuhause und ich sag dir, wer du bist!

Sie lieben violette Wände? Sie können nicht anders, als ständig neu zu dekorieren? Das ist kein Zufall

■ Durch unsere Art zu wohnen, drücken wir unsere Persönlichkeit aus. Auch unbewusst

ANJA RICHTER

Nachdem wir Tina oder Toni (die Namen sind frei wählbar) beim ersten Kennenlernen die wichtigsten Fragen gestellt haben – Karrierevorhaben, Kinderwunsch, Kontostand – bleibt ein spannender Aspekt: Wie wohnt unser Schwarm?

Was uns anfangs vielleicht nicht gleich klar ist: Unsere vier Wände verraten mehr über uns und unsere Persönlichkeit als wir glauben – und eben auch über die Menschen, an die wir unseren Verstand und viele Gefühle verlieren.

Bei Treffen in Cafés oder im Kino, also auf ungefährlichem Terrain, können wir unsere Schwächen noch vor unserem Schwarm verstecken, frei nach dem Motto „Nee, also Michael Jacksons Geheule fand ich ja auch immer ganz gruselig“. Wenn die Flamme dann aber zum ersten Mal in der Pforte steht, wird es ernst. Weil wir dann eben doch heimlich Fan sind, und wir vergessen haben, die Platte hinter dem Plastikblumentopf zu platzieren. Dann kommt die Wahrheit ans (Wohnzimmer-)Licht.

Das aber ist ja noch harmlos. Schlimmer wird es, wenn wir unsere vier Wände mit Flohmarktfunden und Krimskrams herausge-

putzt haben, der Partner aber peinlich darauf achtet, nur ja nichts herumstehen zu haben.

Das sorgt zu Beginn einer Beziehung noch nicht für ein verfrühtes Ende, kann aber spätestens bei der Überlegung des Zusammenziehens zum Hindernis werden. Nun muss natürlich niemand seine Wohnung renovieren oder seinen Wohnstil in Frage stellen, wenn sich Besuch angekündigt hat. Immerhin sind wir ja in der Regel stolz auf das, was wir geschaffen haben. Bei der Gestaltung unserer eigenen vier Wände lassen wir so viel Persönlichkeit einfließen wie sonst nur bei der Frage unserer Kleidung: Grüne oder gelbe Cordhose? Föhnwelle oder Pferdeschwanz?

Und warum investieren wir so viel Gefühl in unser Zuhause? Weil es unser wichtigster Rückzugsort ist, unsere Bleibe abseits von Büro,

Unsere Wohnung verrät, wer wir sind: Purist oder Prinzessin

Bar und Bowlingverein. Hier sind wir, wer wir sein wollen und „im echten Leben“ vielleicht nicht sein können – die Prinzessin, die ihre Festung mit Himmelbett und rosa Handtüchern ausstattet, der Ma-



Sie sucht die Nähe zu Menschen, weil sie Krimskrams liebt: Aline, 24, Studentin

ler, der die Wände mit Monet und Magritte behängt, weil seine Gemälde es nicht ins Museum geschafft haben, der Minimalist, der im Alltag mit so viel beschäftigt ist, dass er abends nur noch das Allernötigste braucht und sich das Kloster in die Zweizimmerwohnung nach Köln holt.

Die genannten Beispiele machen es leicht möglich, auf den Charakter eines Wohnenden zu schließen. Schwieriger wird es beim weniger Offensichtlichen: Was bedeutet es etwa, wenn Freundin Franzi gefühlt alle fünf Minuten ihre Regale und Rattanmöbel von einer Ecke in die andere rückt? „Wird die wechselnde Deko zum Selbstzweck, steckt sehr wahrscheinlich ein innerer Antreiber dahinter, der mich glauben macht, dass ich nicht gut genug bin oder mich anderen anpassen muss“, sagt Uwe Linke, Experte auf dem Gebiet der Wohnpsychologie.

„Die Farbe ist für mich der Schlüssel zu

Uwe Linke, Coach und Berater für Wohnpsychologie, über die Wichtigkeit

Uwe Linke arbeitet in München als Coach und Berater für Wohnpsychologie. Anja Richter hat mit ihm über Orientierungskrisen beim Einrichten sowie über innere und äußere Ordnung von Wohnenden gesprochen.

DIE WELT: Es gibt das Motto „Zeig mir deine Wohnung und ich sag dir, wer du bist!“. Inwiefern ist es gültig?

UWE LINKE: Nach meiner Erfahrung gilt das Motto mehr denn je, weil wir uns schon lange von „Modediktaten“ verabschiedet haben und uns mit jedem Stil nach unseren persönlichen Wünschen einrichten. Dabei wird nicht nur der Bedarf berücksichtigt, sondern auch die Bedürfnisse und das zeigt einen deutlichen Spiegel der Seele.

Warum ist es spannend, sich in fremden Wohnungen umsehen zu können?

Für mich ist es deshalb spannend, weil immer mehr Menschen die große Auswahl an Produkten und Wohnstilen nicht mehr als Bereicherung sehen, sondern die Entscheidung erschweren und vor Orientierungskrisen stellen. Das Eigene zu finden, sich von Überholtem zu trennen und natürlich auch kreative Ideen zu entwickeln, kann auch richtig Spaß machen.

Wie lassen sich die verschiedenen „Wohntypen“ charakterisieren?

Ich unterteile zunächst in die vier Grundtypen, die sich an den großen Psychologen Riemann anlehnen: Nähe- und Distanztyp, Dauer- und Veränderertyp. Dazu kann man beschreiben, wie zum Beispiel ein



Uwe Linke, Coach und Berater für Wohnpsychologie

Lieblingssitzplatz aussieht, welches Verhältnis zu Farben. Ziel ist es aber nicht in Schubladen zu stecken, sondern eher eine Standortbestimmung zu erreichen, mit der man sich orientieren und differenzieren kann, also ein Selbstfindungsprozess.

Welche Eigenschaften unserer Persönlichkeit drücken wir durch unsere Einrichtung unbewusst aus?

LIFESTYLE

DER WÖCHENTLICHE MODE-CHECK

Hauptsache Kappe

Für jeden Bereich unseres Lebens gibt es Gesetze und Vorschriften, die wir, wenn auch oft unbewusst, einhalten.

Obwohl die Modewelt als sehr offen und verspielt gilt, und man glaubt, dass es hier keine Tabus gibt – schließlich testen Stars wie Lady Gaga und Madonna regelmäßig die Grenzen aus – gibt es auch in dieser gewisse Regeln: Ein gutes Beispiel, das sich über viele Jahrzehnte gehalten hat: Betritt man einen Raum oder eine Kirche, hat man ein Gespräch mit einem Vorgesetzten oder Kollegen, dann verlangt es die gute Erziehung, die Kappe vom Kopf zu nehmen. In den letzten Modekollektionen waren sportliche Kopfbedeckungen – wie Baseballkappen – jedoch auch selten zu finden. Kurz gesagt: Sie waren total out, weshalb das Ritual immer mehr in Vergessenheit geraten ist. Nur Rapper und Skater waren auf den Straßen mit den Caps unterwegs, wollten damit ihre Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe ausdrücken und ein Statement hinterlassen. Doch die Zeiten, in denen die Schirmmützen nur ein Aushängeschild der Coolness einiger Hip-Hopper waren, sind jetzt vorbei. Die Kappen, die zuletzt in den 90er-Jahren präsent waren, sind wieder zurück. Verdanken können wir dies Promis wie Ashton Kutcher, Rihanna oder auch David Beckham, die den Style vorgemacht und auf die Laufstege berühmter Designer gebracht haben. Ob nun die Lieblingsbaseballmannschaft, der Lieblingsdesigner, die Heimatstadt oder einfach ein witziges Muster: Baseballcaps werden in den kommenden Monaten einfach jedes Outfit pimpen – und praktischerweise auch den „bad hair day“ im Nu verschwinden lassen. Und damit auch It-Girls und schick gekleidete Damen nicht auf den Trend verzichten müssen, gibt es die Kappenfront sogar mit floralen Prints oder mit Glitzersteinen beklebt.



Hier muss ein Grenzgänger wohnen: Denn das viele Violett symbolisiert genau diese Eigenschaft – sagt Wohnpsychologe Uwe Linke



Der Purist: Patrick, 24, Volontär. Denn in seinem Wohnzimmer findet Überflüssiges keinen Platz. Damit sucht er laut Experte Abstand zum stressigen Alltag. Julia, 25, Referendarin, liebt es aufgeräumt, aber mit Mut zur Farbe, gerne Violett: Damit gilt auch sie als Grenzgängerin



Das könnte nun heißen, dass Franzisi einfach alles gern umgestaltet, weil sie noch nicht in ihrem Appartement angekommen ist. Oder noch nicht bei sich selbst angekommen ist. Auch die Farben, die wir in einer Wohnung vorfinden, verraten

etwas über das Ich des Anderen. Was ist, wenn beispielsweise Cousine Nina von der Bettwäsche bis zur Badehaube Violett verwendet? „Violett gilt als Farbe des mystischen, geheimnisvollen, aber auch der Verbindung von Diesseits und

schwieriger geworden, in Wohnungen Individualität zu finden. Insbesondere dann, wenn in jeder Bleibe, von Bayern bis Berlin, ein Bücherregal namens „Billy“ steht, und alle Küchen und Kinderzimmer, von Nord nach Süd und von Ost nach

West, ähnlich aussehen. Wer sich abgrenzen möchte, muss Kreativität beweisen – und vielleicht lieber zum knallblauen statt zum beigeen Badezimmer Teppich greifen.

Unsere eigenen vier Wände definieren uns, ob es uns Recht ist oder nicht. Es sagt eben viel aus, ob Ulli seine stinkenden Socken liegen lässt, obwohl er weiß, dass die neue Freundin vor der Tür steht. Oder ob Stefan beim gleichen Anlass drei Stunden lang die Kerzen auf dem Esszimmertisch arrangiert. Schauen Sie sich Ihren potenziellen Partner also ganz genau an – von der Küche bis zur Kleiderkammer. Und den Keller nicht vergessen!

Blogs, die sich dem Thema Wohnen widmen:
www.freundevonfreunden.com
<http://theselby.com>
<http://emmas.blogg.se>

den wahren Gefühlen“

von Farben, was Krimskrams über den Charakter verrät, und wieso Puristen nach Ruhe streben

Sichtbar wird in einer Einrichtung, wie wir mit Kommunikation umgehen, ob wir stimmig reagieren oder kompensieren, wie bereit wir sind, Gefühle auszudrücken und welche Werte wir tatsächlich pflegen und nicht nur kommunizieren. Das Wohnen entlarvt auch, aber nur zu meinem Vorteil.

Inwiefern ist eine Person, die ihre Wohnung sehr ordentlich hält, auch eine Person, die Ordnung in ihrem Leben braucht, das heißt einen durchgeplanten Alltag?

Das kann durchaus zweierlei sein: innere Ordnung und äußere Aufräumtheit. Dabei kommt es sehr auf die Nuancen an: durchgeplant und aufgeräumt kann auch schnell zum Kontrollwahn oder zu Zwanghaftigkeit führen. Hier gilt es genau hin-

zusehen, ob es sich um eine Kompensation handelt, denn dann ist das Gegenteil sichtbar.

Es gibt Menschen, die ihr Zuhause ausschließlich mit Designer-Möbeln eingerichtet haben. Was sagt das über diese Personen aus?

Den einen erfreuen Designermöbel, weil sie sich mit der hohen Qualität und den Absichten des Gestalters identifizieren können, der andere kauft sich das angesehene Stück, weil es sehr bekannt ist und die meisten wissen, dass es teuer und angesagt ist. Je unsicherer der Mensch, desto eher greift er auf bestehende Konzepte anderer zurück.

Warum lebt der eine eher puristisch, während sich der an-

dere die eigenen vier Wände mit allerlei Krimskrams beziehungsweise Dekoration zu stellt?

Der Purist schätzt diese optische Ruhe und „Einsamkeit“, weil er den Abstand braucht. Das andere Extrem – die völlig mit Krimskrams zugestellte Wohnung – hat eher der Nähesuchende, der die vielen Dinge braucht, um sich damit zu umgeben und sich nicht einsam zu fühlen.

Was sagen Farben über die Bewohner aus?

Die Farbe ist für mich der Schlüssel zu den wahren Gefühlen. Gerade in der Wohnung folgt man dem eigenen Geschmack instinktiv und so werden die meist unbewusst gewählten Farbkonzepte zum genauen Indikator für ungeäußerte Gefühle.

Ein Beispiel?

Menschen, die Violett verwenden, gelten als Grenzgänger und wollen sich nicht einordnen lassen. Gelb steht für Hoffnung und Erwartung. Wer die Farbe ablehnt, ist verletzt, enttäuscht und hoffnungslos. Die Mischung aus „Vorliebe Violett/Ablehnung Gelb“ steht für eine niedergedrückte innere Haltung mit Hoffnung auf die Verwandlung und starker Sehnsucht, die möglicherweise schon enttäuscht ist. Blau ist wiederum die Farbe des Vertrauens.



Uwe Linke
Die Psychologie des Wohnens – Vom Glück, sich ein authentisches Zuhause zu schaffen
 Nymphenburger Verlag
 136 S., 17,99 Euro



Rappern sei Dank: Caps feiern ihr modisches Comeback

Monaten einfach jedes Outfit pimpen – und praktischerweise auch den „bad hair day“ im Nu verschwinden lassen. Und damit auch It-Girls und schick gekleidete Damen nicht auf den Trend verzichten müssen, gibt es die Kappenfront sogar mit floralen Prints oder mit Glitzersteinen beklebt.