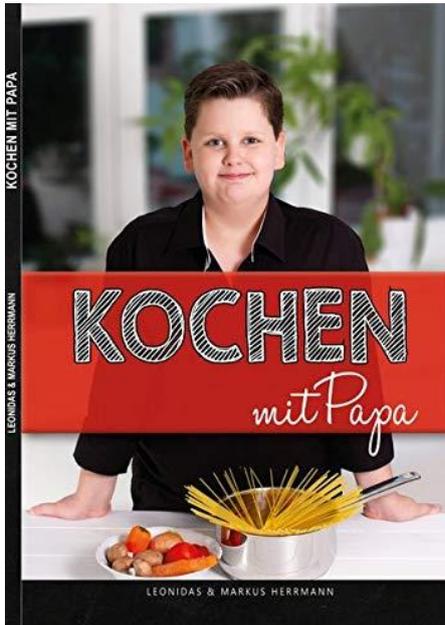


Grillen mit Henssler und Kochen mit Papa: Leonidas Hermann (11) aus Lahr startet vor Weihnachten durch / Kochbuch „Kochen mit Papa“ ab dem 18.12. bestellbar



Erst ein Kurz-Auftritt an der Seite von Reiner „Calli“ Calmund bei „Grill den Henssler – Das Weihnachtsmenü“ (am Sonntag, 20.12.2020 um 20.15 bei VOX), dann das erste eigene Kochbuch („Kochen mit Papa“) mit 35 leckeren Rezepten, das kurz vor Weihnachten erscheint: Für Leonidas „Leon“ Herrmann (11) aus Lahr im Schwarzwald wird die Vorweihnachtszeit noch mal richtig aufregend. Dabei ist der Elfjährige schon ein „alter Hase“ im Fernsehgeschäft: seinen ersten Auftritt als „Mini Calli“ in der beliebten VOX-Kochshow hatte Leonidas nämlich bereits vergangenes Jahr im „Kids Special“: „Am meisten Spaß hat mir das Essen und das Quatschmachen mit Calli gemacht!“ Und auch am Herd hat der Schwarzwälder bereits reichlich Erfahrung: „Ich habe angefangen mit Papa zu kochen, als ich knapp vier Jahre alt war. Ich durfte dann dabei helfen, Kartoffeln zu schälen oder diese auch vorsichtig schneiden.“ Inzwischen steht Leon auch selbst am Herd. „Ich liebe die Vorbereitung, z.B. Gemüse

putzen und schneiden, sodass alles am richtigen Platz steht, wenn man es braucht. Auch finde ich es genial, dass man nur aus der Art, wie man etwas kocht, aus den gleichen Dingen unterschiedliche Geschmäcker rausholen kann.“

Nun also ein eigenes Kochbuch! Gibt es davon nicht schon genug? Nein, findet Papa Markus Herrmann: „Es gibt viele Kochbücher für die schnelle Küche oder für Gerichte mit möglichst wenigen Zutaten. Die haben allerdings immer das Ziel, so schnell und unkompliziert wie möglich zu kochen. Unser Buch ist ein bisschen das Gegenteil. Die Gerichte sind zwar nicht kompliziert, aber sie dauern in der Regel und haben lange Garzeiten. Mit unserer Bolognese hat man effektiv nur zehn Minuten Arbeit, dafür kocht sie acht bis neun Stunden.“ „Kochen mit Papa“ soll deswegen kein schnelles Kochbuch sein, betont der hauptberufliche Hochschuldozent: „Es soll ein feines Kochbuch sein: Wir verwenden regionale und frische Zutaten, und vor allem: Keine Hilfsmittel. Die sollen langfristig am besten aus der Küche verschwinden. Es gibt z.B. unser Rezept für hausgemachtes Brühpulver, was wirklich genial ist. Es wäre toll, wenn sich durch unser Buch Familien auf das ursprüngliche Kochen besinnen und es vielleicht auch als gemeinsame Aktivität sehen.“

Neben 35 kinderleichten und kindgerechten Rezepten kredenzen Vater und Sohn als besonderes Schmankerl einen Einblick in Leonidas‘ Fernseh-Leben: „Wir dachten, es interessiert die Leser auch, wer das Buch eigentlich geschrieben hat. Und Leon hat durch seine Fernseherfahrungen bei „Grill den Henssler“ die spannenderen Geschichten zu erzählen“, lacht Papa Markus. „Freunde fragen Leon häufig: Wie bist du eigentlich zum Fernsehen gekommen? Was passiert hinter der Bühne und wie funktioniert das bei so einer Show? Darum haben wir Leons Geschichte aufgeschrieben und mit Fotos bebildert.“

**„Kochen mit Papa“ von Leonidas & Markus Herrmann erscheint im Blackforest Book Verlag und ist ab dem 18.12.2020 Online und im Einzelhandel bestellbar.
ISBN: 978-3-9822618-0-5**

Leonidas Herrmann bei „Grill den Henssler – Das Weihnachtsmenü“, am Sonntag, 20.12. um 20.15 Uhr bei VOX.

„Kochen mit Papa“: Interview mit Leonidas (11) und seinem Papa Markus Herrmann

Herr Herrmann, wie kam es zu der Idee für das Kochbuch?

Markus Herrmann: Das war tatsächlich Leons Idee und ist bestimmt schon 2 bis 3 Jahre her. Wir waren beim Italiener und haben dort Lasagne gegessen. Als ich eine Woche später zuhause Lasagne gekocht habe, meinte Leon: „Mensch Papa, die ist doch viel besser als im Restaurant.“ Er fand dann erst mal, dass ich ein Restaurant aufmachen sollte (lacht). Aber da ich kein Koch bin, habe ich das nächstbeste gemacht und das Rezept aufgeschrieben. Dann kamen immer mehr Rezepte dazu, und so hat das angefangen.

Für wen habt ihr es geschrieben?

Markus Herrmann: Für Familien mit Kindern. Es gibt viele Kochbücher für die schnelle Küche oder für Gerichte mit möglichst wenigen Zutaten. Die haben allerdings immer das Ziel, so schnell und unkompliziert wie möglich zu kochen. Unser Buch ist ein bisschen das Gegenteil. Die Gerichte sind zwar nicht kompliziert, und man hat nicht viel Arbeit damit – aber sie dauern in der Regel und haben lange Garzeiten. Mit unserer Bolognese hat man effektiv nur zehn Minuten Arbeit, dafür kocht sie acht bis neun Stunden. Aber das tut sie dann alleine (lacht). „Kochen mit Papa“ soll kein schnelles Kochbuch sein, es soll ein feines Kochbuch sein: Wir verwenden regionale und frische Zutaten, und vor allem: Keine Hilfsmittel. Die sollen langfristig am besten aus der Küche verschwinden. Es gibt z.B. unser Rezept für hausgemachtes Brühpulver, was wirklich genial ist. Es wäre toll, wenn sich durch unser Buch Familien auf das ursprüngliche Kochen besinnen und es vielleicht auch als gemeinsame Aktivität sehen.

Was erwartet den Leser neben den Rezepten?

Markus Herrmann: Wir dachten, es interessiert die Leser auch, wer das Buch eigentlich geschrieben hat. Und Leon hat durch seine Fernseherfahrungen bei „Grill den Henssler“ die spannenderen Geschichten zu erzählen (lacht). Freunde fragen Leon häufig: Wie bist du eigentlich zum Fernsehen gekommen? Was passiert hinter der Bühne und wie funktioniert das bei so einer Show? Darum haben wir Leons Geschichte aufgeschrieben und mit Fotos bebildert.

Habt ihr Tipps für Kochanfänger-Papas und Kinder?

Markus Herrmann: Man sollte es einfach halten. Man braucht ein gutes Messer, ein großes Schneidebrett, eine gute Pfanne und einen guten Topf – und viel Zeit. Wir kochen unter der Woche auch mal schnell, klar. Aber das Schöne ist, wenn man sich ein bisschen mehr Zeit nimmt: Die gemeinsame Planung, das gemeinsame Einkaufen und das gemeinsame Kochen.

Was ist Ihr und Dein Lieblingsrezept aus eurem Buch?

Leonidas: Spaghetti Bolognese! Markus Herrmann: Meins auch, das ist der all time favourite!

Leonidas, wann hast du das Kochen für dich entdeckt?

Leonidas: Ich habe angefangen mit Papa zu kochen, als ich knapp vier Jahre alt war. Ich durfte dann dabei helfen, Kartoffeln zu schälen oder diese auch vorsichtig schneiden. Am liebsten koche ich für Mama, Papa, Oma und Opa.

Was macht dir am Kochen am meisten Spaß?

Leonidas: Ich liebe die Vorbereitung, z.B. Gemüse putzen und schneiden, sodass alles am richtigen Platz steht, wenn man es braucht. Auch finde ich es genial, dass man nur aus der Art, wie man etwas kocht, aus den gleichen Dingen unterschiedliche Geschmäcker rausholen kann.

Man kennt dich auch aus „Grill den Henssler“ – was hat dir bei deinen Auftritten besonders großen Spaß gemacht?

Leonidas: Erstens das Essen und zweitens das Quatschmachen mit Calli. (Markus Herrmann lacht: Die haben wirklich hinter der Bühne zusammengesessen und nur Quatsch gemacht.)

Hast du schon einen Berufswunsch? Was möchtest du später mal machen?

Leonidas: Ich möchte beim Fernsehen bleiben und entweder Schauspieler oder Moderator werden. Aber falls das nicht klappt und die Noten passen, studiere ich Medizin und werde Chirurg!

Gibt es weitere Fernsehprojekte für Dich?

Leonidas: Ich habe schon ein paar Castings für Filme hinter mir, aber da warten wir coronabedingt noch auf Antworten...

Was machst du ansonsten gerne in deiner Freizeit?

Leonidas: Rollerfahren! Und Schwimmen, aber das geht ja gerade wegen Corona leider nicht...

Was kommt Weihnachten bei euch auf den Tisch: Habt ihr eine Tradition oder gibt's dieses Mal sogar ein Rezept aus dem Buch?

Leonidas: Aus dem Buch gibt's nix, aber ganz traditionell gibt's immer eine Gans, mit Sauce und Klößen und Aprikosenglasur. Eigentlich kocht Papa das immer für die ganze Familie. Aber dieses Jahr geht das wegen Corona nicht, weil Oma und Opa schon ziemlich alt sind und wir daher nicht zusammen Weihnachten feiern können. Dafür hat Papa ihnen „Weihnachten in the Box“ von Steffen Henssler bestellt.