

# Wenn Mutterliebe kreativ macht

Wer schon mal mit dem Camper unterwegs war, kennt die Einschränkungen in der Küche. Silvia und Felix Nef-Wiss haben für diesen Zweck ein Kochbuch mit dem Titel «Ferienküche – ganz einfach» herausgegeben.



Von Eva Kirchheim. 11.05.2015

---

**Stichworte**

[Winterthur](#)

---

**Info**

Weitere Informationen unter  
[www.ferienkueche.ch](http://www.ferienkueche.ch)

---

Silvia und Felix Nef-Wiss haben ein Kochbuch mit schnell und einfach zubereiteten Rezepten gemacht. Bild: Marc Dahinden

Eigentlich hatte Silvia Nef nur Sorge, dass ihr Sohn auf der einjährigen Weltreise, die er mit seiner Freundin plante, nichts Gescheites zum Essen bekommt. So hat sie ihm ein Büchlein mit den besten Rezepten zusammengestellt, die sich auf einem einflammigen Campingkocher aus wenigen Zutaten realisieren lassen. «Ich habe Rezepte genommen, von denen ich wusste, dass die beiden sie gern haben.» Silvia Nef konnte dabei auf ihre Erfahrungen von diversen Reisen mit dem Campingbus zurückgreifen.

Das Büchlein, illustriert mit persönlichen Zeichnungen, kam gut an. Der damals 24-jährige Sohn und seine Freundin reisten nach Amerika, Neuseeland und Australien, die mütterliche Rezeptsammlung erwies sich als sehr gut umsetzbar: «Sie wurden unterwegs häufig gefragt, wie es kommt, dass sie immer so tolle Sachen kochen.»

Das Büchlein wurde gehegt und schliesslich wieder mit heim gebracht. «Du Mama, das ist so ein super Kochbuch, das könntest du sicher verkaufen», lautete das Fazit. Das war vor zwei Jahren. Silvia Nef war skeptisch. Als sie dann aber von der Möglichkeit las, Bücher «on demand» herzustellen – das heisst bezahlbar und in kleinster Stückzahl –, wurde aus der Idee ein konkretes Projekt. Schnell war auch Ehemann Felix davon überzeugt. Der passionierte Hobbyfotograf übernahm die Bebilderung.

## Am besten nur eine Pfanne

Die beiden Veltheimer gingen sehr systematisch an die Sache heran. Alle Rezepte wurden nach dem gleichen Muster umgeschrieben und auf Realisierbarkeit überprüft. «Wir haben uns einen VW-Bus oder ein Wohnmobil mit dem beschränkten Platz genau vorgestellt.» Es werden nie mehr als die fünf Gewürze benutzt, mit denen man das meiste kochen kann – Salz, Pfeffer, Paprika, Chili und Curry. Es gibt keinen Mixer, keinen Backofen und nicht mehr als zwei Flammen. «Am besten wäre es, wenn alles in einer Pfanne zubereitet werden könnte», sagt Silvia Nef. Das treffe jetzt auf die Hälfte der Rezepte zu. Wichtig sei es auch, sich die anderen Einschränkungen vor Augen zu führen, etwa, dass Wasser knapp ist und man Teigwaren nicht einfach kalt abspülen kann. «Wir können auf einen grossen Erfahrungsschatz zurückgreifen», sagt Felix Nef.

«Alles zusammengerechnet, waren wir mindestens ein Jahr unseres Lebens im Camper unterwegs.»

Alle 63 Gerichte wie zum Beispiel Pouletplätzli à l'orange, Teigwareneintopf mit Erbsen oder kreolischer Fisch wurden gekocht, gegessen und eventuell noch verändert. Dann wurden sie Freunden und Verwandten vorgesetzt, und erst wenn alle zufrieden waren, wurde das Rezept in die Sammlung aufgenommen.

### **Begehrt bei Freunden**

Schliesslich ging es an die Gestaltung. Für die Fotos wurden die Gerichte noch ein weiteres Mal gekocht. Obwohl Felix Nef vorher keinerlei Erfahrung mit Food-Fotografie hatte, machen die Bilder einen professionellen Eindruck. «Ich konnte mir im Internet genug Beispiele ansehen, wie man es nicht macht», sagt der Informatiker lachend. Manchmal habe er eine Aufnahme x-mal wiederholen müssen, zum Beispiel das Bild, auf dem Suppe aus der Schöpfkelle auf den Teller fliesst. «Ich hatte hinterher einen lahmen Arm vom Schöpfen,» sagt Silvia Nef. Die 52-Jährige hat das Layout für das Buch gemacht, auch hier merkt man nicht, dass ein Laie am Werk war. Sie arbeitet im Personalbereich und hat nichts mit Gestaltung zu tun.

Schliesslich wurden die ersten 50 Exemplare in Auftrag gegeben, die waren im Nu weg. Dreimal wurde nachbestellt, inzwischen sind 130 Bücher verkauft. Nun wagen sie den Schritt an die Öffentlichkeit. Für 30 Franken kann man das praktische Kochbuch bei den Nefs kaufen. (Landbote)

(Erstellt: 10.05.2015, 21:20 Uhr)