
Christian Rach: „Ich bin ein Frühstücks-Fetischist!“

Für den Fernsehkoch, Restauranttester und Kochbuchautor beginnt ein gelungener Tag bereits am Frühstückstisch – mit extra heißem Kaffee. Das verrät er Barbara Schöneberger im barba radio-Talk „Mit den Waffeln einer Frau“. Rach spricht zudem über nachhaltiges Kochen, die Zukunft der Sterne-Küche und einen Eier-Streit mit seiner Ex-Freundin.

Köln, 5. Dezember 2019 – Er lebte im Saarland und zog der Liebe wegen nach Hamburg. Doch vor allem in einer Hinsicht war das für Christian Rach keine gute Entscheidung: Die Frühstückseier schmeckten ihm in der Hansestadt zu fischig. „Bei uns im Saarland kam immer der Bauer und hat uns Eier gebracht“, so der aus St. Ingbert stammende Fernsehkoch, Restauranttester und Kochbuchautor im Gespräch mit Barbara Schöneberger. „Das waren wirklich Bio-Eier. Ich habe dann Eier mit nach Hamburg genommen und dort in die Pfanne geschlagen. Meine Freundin sagte dann nur: Bah – was ist das denn? Sie fand das ganz schrecklich.“

Geheiratet hat Rach die Dame dann nicht. Inwieweit das Thema Frühstücksei dabei eine Rolle gespielt hat, ist nicht überliefert. Fest steht jedoch: Christian Rach liebt ein ausgiebiges Frühstück. „Ich bin ein Frühstücks-Fetischist“, gibt er zu. „Ich will da zwar kein Glaubensbekenntnis draus machen, aber für mich ist es der wunderbarste Einstieg in den Tag.“ Dazu genieße er heißen Kaffee: „Er muss fast ein bisschen wehtun, so heiß muss er sein.“

Auch wenn der prominente TV-Koch der Gastronomie vor Kurzem öffentlich eine düstere Zukunft voraussagte, ist für ihn ein Ende der Sterne-Küche keineswegs in Sicht: „Ich sage nein. Sie kann sich nicht abschaffen, weil das übersetzt bedeuten würde: Man schafft das gute Kochen ab. Ich habe keine Sorge, dass sich das gute Essen abschafft.“ Allerdings mahnt Rach seine Kollegen, auf ihre Vorbildfunktion zu achten und wieder nachhaltiger zu kochen. Dabei betont er allerdings: „Ich bin kein Körner-Fredi. Du sollst auch Fleisch essen. Ich liebe Fleisch. Aber wir müssen nicht ein 350-Gramm-Steak auf dem Teller haben. Und das auch nicht dreimal die Woche.“

Das komplette Interview mit Christian Rach gibt es am Samstag, den 7. Dezember, ab 11:00 Uhr in der Radio-Talkshow „Mit den Waffeln einer Frau“ auf [barba radio](http://barbaradio.de). Das Format läuft immer samstags von 11:00 bis 13:00 Uhr und sonntags von 16:00 bis 18:00 Uhr. *barba radio* ist auf www.barbaradio.de und via [App](#) zu empfangen. Die *barba radio*-App ist sowohl im App-Store als auch im Google Play Store erhältlich. Darüber hinaus steht das Gespräch ab Montag, den 9. Dezember, als Podcast über die barba radio-App zur Verfügung.