

WAS ZUSAMMEN- PASST

**Maila, Pia und
die Schokoladenzwillinge**

*Eine Geschichte von Regina Dürig illustriert
von Miriam Affolter mit Rezepten
von René Frank fotografiert von JUNI*

DEN GROSSEN UND KLEINEN
WUNDERFITZEN
IN UNSEREN LEBEN GEWIDMET



7
Maila, Pia und die Schokoladenzwillinge

70
René Frank erklärt Süsse und Komplexität

84
Einkaufstipps für die Rezeptzutaten

86
Schneller Bananen- und Schokoladenschaum

90
Baiser-Schaumküsse von der Kichererbse

96
Schokoladen-Mais-Küchlein mit flüssigem Kern

100
Schokoladencreme mit Sonnenblumenkernmilch
und Kakaobohnen-Crunch

106
Schokoladenmousse mit Ahorn und schwarzer Olive

110
Kokosblütenkuchen mit Kokossahne



Ruhe, Ruhe, Ruhe

Das Wunderkind Maila schaut sich in der Wohnung um, die Freda, ihre Mutter und Managerin, gemietet hat: Das Wohnzimmer ist so gross wie eine Bühne. Bereit für ein Konzert stehen der Flügel da, der Klavierhocker und eine Lampe. Maila steigt die Wendeltreppe hoch, oben geht sie am Bad vorbei und an den drei kleinen Zimmern, die keinen Namen haben, weil nichts drin ist. Sie geht ins Schlafzimmer und legt sich ins Bett, mit Kleidern und Socken. Sie hört nichts ausser dem Knistern der Decke, es klingt wie ein rauschender Applaus aus der Ferne.

Seit sie denken kann, spielt Maila Konzerte auf der ganzen Welt. Bis sie vor ein paar Wochen am Flügel sass und nicht mehr wusste, in welcher Stadt oder welchem Land sie war. Alles, was es noch gab, war ein Rauschen im Kopf. Wie ein Wasserfall. Er wurde lauter und lauter, bis Maila umfiel und gar nichts mehr hören konnte.

»Sie brauchen Ruhe, Maila«, schrieb eine Frau auf einen Zettel. Dann leuchtete die Frau mit einer kleinen Taschenlampe in Mailas Augen. Wo kam die plötzlich her? Bestimmt hatte Freda sie angerufen. »Keine Sorge, die Ärztin kann dir sicher eine Medizin oder einen schrecklichen Tee verschreiben, damit du dein Konzert heute Abend spielen kannst«, schrieb Freda mit ihrer spitzen Schrift. Die Ärztin nahm ihr den Stift aus der Hand und schrieb: »Das Konzert muss ausfallen. Wahrscheinlich können Sie morgen wieder hören. Aber Sie brauchen Ruhe und müssen abschalten, wenn Sie gesund werden wollen!« Während Maila sich fragte, was genau sie abschalten solle, machte Freda schon einen Plan.

Freda mietete eine Wohnung in einer kleinen Stadt an der Küste. Sie packte Mailas Sachen. »Es ist nur für ein paar Wochen«, erklärte sie, »dann bist du wieder wie neu und kannst alle Konzerte nachholen. Die werden bestimmt ausverkauft sein, wenn sich rumspricht, dass du einen Zusammenbruch hattest. Du wirst sehen, wie gut dir die Seeluft tut.«

Maila wollte nicht neu werden. Sie wollte viel lieber so bleiben, wie sie war. Aber das interessierte Freda kein bisschen. Sie schob Maila in ein Auto, das Auto fuhr ziemlich lange geradeaus und dann ziemlich viele Kurven und dann ...





... war die kleine Stadt an der Küste da. Es gab dort eine kleine Konditorei, ein kleines Restaurant und einen kleinen Laden. »Hier ist es langweilig«, sagte Maila. »Das ist genau der Sinn«, sagte Freda, während sie die Koffer in die Wohnung trug. »Ich will nicht hierbleiben«, sagte Maila. »Es wird dir guttun, ein bisschen allein zu sein.« »Du bleibst nicht hier?«, fragte Maila.

»Du bist nun wirklich alt genug, um ein paar Tage allein klarzukommen. Ich muss wieder zurück ins Büro, um die Konzerte zu verschieben. Ich würde auch lieber Däumchen in die Luft gucken, aber jemand muss die Arbeit ja machen. Sobald es dir besser geht, hole ich dich wieder ab.« Mailas Mutter drückte ihr einen spitzen Kuss auf jede Wange und winkte. Maila winkte nicht zurück. Es ist nicht fair, dachte sie, dass ich immer nur dann alt genug bin, wenn ich Sachen machen muss, auf die ich keine Lust habe.

Wo die Schokolade wächst

Schokolade wird hergestellt aus Kakaopulver, Kakaobutter, Zucker und Milch, wenn es Milkschokolade ist. Kakaopulver und Kakaobutter werden beide aus den Kernen der Kakaobohne gewonnen. Die Kakaobohnen sind die Samen des Kakaobaumes, die sich in der Frucht des Kakaobaums finden. Die Kakaofrucht sieht ein bisschen aus wie ein Kürbis. Wenn man sie aufschneidet, liegen die Samen, also die Kakaobohnen, in der Mitte eingekuschelt.

Die Kakaobohnen werden gereinigt, geröstet und geschält. Die Schale kommt weg. Der Kakaobohnenkern ist das, was essbar ist und woraus Kakao gemacht wird. Man kann ihn sogar pur essen, wenn er in kleine Stückchen gebrochen wird. Man nennt diese Stückchen Kakaonibs und sie sind ziemlich gesund. René benutzt sie im Rezept »Schokoladencreme mit Sonnenblumenkernmilch und Kakaobohnen-Crunch« – sie schmecken auch sehr lecker einfach so im Müesli.

Wenn man die Kakaobohnenkerne nicht direkt wegknabbert, sondern mahlt, entsteht die sogenannte Kakaomasse. Ihr braucht sie für fast alle Rezepte in diesem Buch. Wahrscheinlich müsst ihr sie in einem Spezialgeschäft kaufen oder im Internet bestellen, weil die Kakaomasse normalerweise direkt weiterverarbeitet wird: Sie wird gepresst. Beim Pressen entsteht ein sogenannter Presskuchen, der hart ist und aus dem später Kakaopulver gemacht wird. Ausserdem entsteht Kakaobutter. Beides wird für die Herstellung von Schokolade benötigt.

Dadurch, dass ihr die Desserts nicht aus fertiger Schokolade macht, sondern mit dem Naturprodukt Kakaomasse arbeitet, könnt ihr sicher sein, dass ihr kein Krümelchen Industriezucker esst. Und ihr wisst genau, welche Zutaten ihr verarbeitet, wo sie herkommen und ob sie nachhaltig angebaut wurden.



Schokoladencreme mit Sonnenblumenkernmilch und Kakaobohnen-Crunch

vegan, laktose- und glutenfrei

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten

Kühlzeit: mind. 6 Stunden

Backzeit: ca. 3 Stunden

200 g	Sonnenblumenkerne
130 g	Zuckerrübensirup
70 g	Kokosmilch
50 g	Kakaonibs
50 g	Kakaomasse 100 %

ergibt ca. 4 Portionen

Dieses Rezept besteht aus drei Teilen: Sonnenblumenkernmilch, Schokoladencreme und Kakaobohnen-Crunch. Die Zutaten oben sind zusammen alles, was ihr für Milch, Creme und Crunch benötigt.

