





# Zu Gast in **CORNWALL**

REZEPTE &  
GESCHICHTEN

EMILY SCOTT

FOTOS VON KIM LIGHTBODY



GERSTENBERG

Meinen Kindern Oscar, Finn und Evie:  
Dieses Buch ist euch gewidmet.  
In Liebe, eure Mama



# INHALT

7	Einleitung
14	Cornwall
26	Erinnerung aus Kindertagen
28	Die Köchin und ihre Küche
30	Im Einklang mit der Umgebung
31	Küchenausstattung und Grundrezepte
<b>56</b>	<b>DAS MEER ZUR WINTERZEIT</b>
<b>82</b>	<b>KLEINE WEIHNACHTSWUNDER</b>
<b>100</b>	<b>FRÜHLINGSGEFÜHLE</b>
<b>144</b>	<b>SOMMER AM MEER</b>
<b>180</b>	<b>HOCHSOMMER</b>
<b>210</b>	<b>HERBSTGEZEITEN</b>
244	Bezugsquellen
246	Emily Scott
250	Register
255	Zu guter Letzt



# EINLEITUNG

In Cornwall habe ich meine Heimat und meinen Seelenpartner gefunden. Hier verbringen meine Kinder unbeschwerte Tage am Meer, amüsieren sich auf Booten im Hafen von Port Isaac, fischen stundenlang in den Gezeitentümpeln nach Krabben und Garnelen und schlendern zur Strandmauer hinunter, um den sich ständig verändernden Ozean zu beobachten. Im Lauf meines Lebens, das ich in der Provence, im Burgund, in Bordeaux sowie in Cornwall verbrachte, habe ich eine Leidenschaft für die einfache, saisonale Küche aus guten, frischen Zutaten entwickelt. Dieses Kochbuch vereint meine Passion mit all diesen kulinarischen Welten. Doch Cornwall ist für mich so etwas wie das Sahnehäubchen auf der Torte. Hier fühle ich mich zu Hause und lasse mich zu Rezepten inspirieren, die ich mit viel Liebe koche und gerne an andere weitergebe.

Cornwall ist ein sehr inspirierender Ort, mit dem man sich sofort verbunden fühlt. Nicht weit voneinander entfernt liegt die raue, zerklüftete Nordküste mit ihren windgepeitschten Buchten, an die die Wellen schlagen und wo sich das Wetter schlagartig ändern kann, ganz im Kontrast zur sanften Südküste mit ihren Segelbooten, Palmen und blühenden Blumen. Und so spricht Cornwall alle Sinne an: Zu jeder Jahreszeit gleichermaßen spannend, bietet die Natur an der Küste stets reiche Inspiration.

Ich verwende meist nur wenige Zutaten und lasse sie für sich glänzen. In meiner Küche gilt das Motto: Weniger ist mehr. Beim Kochen geht es mir nicht vornehmlich darum, als Köchin zu brillieren. Viel wichtiger ist es mir, Neues auszuprobieren, zu lernen und Teil von etwas Größerem zu sein. Ich besuche den heimischen Bauernmarkt, bummle zwischen den Ständen umher, plaudere mit den Erzeugern, schnuppere, probiere und plane, was ich kochen werde. Meine Rezepte sind meist recht einfach. Mein Erfolgsgeheimnis besteht in ein wenig Überlegung, Zeit und Enthusiasmus.

Ich hoffe, dass ich Sie mit diesem Buch zum Kochen inspirieren kann – dazu, beim Metzger, Fischhändler und im Lebensmittelgeschäft vor Ort einzukaufen und ein Gespür für saisonale und regionale Produkte zu entwickeln. Der Gedanke, dieses Buch zu schreiben, beschäftigt mich schon seit zehn Jahren. Entsprechend den Redensarten »Was lange währt, wird endlich gut« oder »Geduld ist eine Tugend«, die mir als Kind beigebracht wurden, weiß ich inzwischen, dass manche Dinge Zeit brauchen. Zeit, um zu wachsen und zu lernen, Zeit, um sich sicher genug zu fühlen, und – noch wichtiger – Zeit, um die richtigen Worte zu finden. Hier sitze ich nun an meinem Schreibtisch und halte Gedanken und Rezepte fest, Augenblicke und Erinnerungen meines Lebens, aus meiner Küche in Cornwall und von anderen Orten.

Gehen auch Sie mit offenen Augen durchs Leben und treten Sie mit der Welt um sich in Verbindung, mit dem Auf und Ab der Natur. Mit Norah Jones im Radio, warmem Toast mit Butter und einer guten Tasse Tee.

*HALLO, WILLKOMMEN! Ich freue mich, dass Sie hier sind. Zur Begrüßung habe ich einen Kuchen gebacken – meinen berühmten Karottenkuchen, einen beliebten Klassiker, der bei uns zu Hause ein absoluter Hit ist.*

## **WÜRZIGER KAROTTENKUCHEN MIT FRISCHKÄSE-BUTTER- FROSTING (OHNE ROSINEN ODER NÜSSE)**

Für 8 Personen

225 ml Sonnenblumenöl und etwas Fett für die Form  
225 g brauner Zucker  
3 Eier  
225 g Mehl  
2 EL Backpulver  
1 Prise Salz  
1 TL Natron  
1 ½ TL Ingwerpulver  
1 ½ TL Mixed-Spice-Gewürzmischung (Koriander, Zimtpulver,  
Piment, Muskatnuss, Ingwerpulver, Gewürznelken)  
1 ½ TL Zimtpulver  
7 Karotten, grob geraspelt

### **Für das Frosting**

175 g weiche Butter  
250 g zimmerwarmer Frischkäse  
200 g Puderzucker

### **Zum Garnieren (optional)**

essbare Veilchenblüten  
essbares Blattgold oder Silberglitter

Backofen auf 170 °C (Umluft: 150 °C) vorheizen. Boden einer Springform (20 cm Durchmesser) mit Backpapier belegen und Rand einfetten.

In einer großen Schüssel Öl, Zucker und Eier mit einem Handrührgerät zu einer homogenen Masse verrühren. Mehl, Backpulver, Salz, Natron und Gewürze zugeben und unterrühren. Karotten ebenfalls unterrühren.

*Fortsetzung auf S. 10 ...*



Teig in die vorbereitete Form füllen und glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen 65–75 Minuten backen. Für die Garprobe ein Holzstäbchen in den Kuchen stechen. Bleibt kein Teig mehr daran haften, ist der Boden fertig gebacken. Kuchen aus dem Ofen nehmen, in der Form etwa 5 Minuten abkühlen lassen, aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

Für das Frosting Butter in einer großen Schüssel glatt rühren und mit Frischkäse zu einer homogenen Masse verrühren. Puderzucker darübersieben und unterrühren.

Kuchenboden waagrecht halbieren, Hälfte des Frostings auf dem unteren Boden verteilen und oberen Kuchenboden daraufsetzen. Kuchen auf einen Tortenständer oder eine Tortenplatte setzen und übriges Frosting auf der Kuchenoberseite verteilen. Nach Belieben mit Veilchen bzw. essbarem Blattgold oder Silberglitter garnieren.

Für Kuchen ist immer Zeit. Ich brauche nie einen besonderen Anlass, um einen Kuchen zu backen – nur Mehl, Butter, Zucker und Eier als Grundzutaten. Das Rühren, Schlagen, Mixen, Unterheben und Einstreichen macht mir einfach Freude. Egal, ob ich einen altmodischen Biskuitkuchen, Muffins, Bananenbrot, Torten oder Baisers backe – ich freue mich, wenn die Familie nach Hause kommt und vom Duft frischen Gebäcks empfangen wird. Es gibt kaum etwas Herzlicheres, als für die Familie und Freunde zu backen, und es macht das Leben noch ein kleines bisschen schöner.







# CORNWALL

Schließen Sie die Augen und atmen Sie ein. Denken Sie an einen Ort, an dem sich Himmel und Meer begegnen, das Wetter stetig wechselt, mit einer zerklüfteten Küste und zwischen Steilhängen versteckten Buchten, wo sich die Brandung an malerischen Sandstränden bricht. Ein Ort wie aus Seemannsliedern, wo man am Strand Meerglas-Stücke findet, Sandburgen baut und nach Muscheln sucht. Nachmittags gibt es Tee und Hefebrötchen mit Marmelade und Sahne oder Cornish Pasties – für Cornwall typische Pasteten, auf die ich oft Lust habe, wenn ich ein wenig verkatert bin.

Träumen Sie sich in geheimnisvolle Täler, in denen sich kleine Waldflächen wie Kaskaden zum Meer erstrecken. Ich liebe es, hier ungestört auf schattigen Wegen zu wandern, in den Himmel zu blicken und die Umgebung in mich aufzunehmen. Und ein Gefühl von Abenteuer zu spüren, wenn ich durch die Bäume, die sich an die felsigen Buchten schmiegen, hindurch einen Blick auf das glitzernde türkisblaue Meer erhasche. An Sommertagen zogen wir oft auf den Waldwegen zum Meer, beladen mit Kühlboxen und Körben voller Decken, Flaschen und Wochenendzeitungen. Die Kinder hatten ihre Fischernetze dabei und waren freudig aufgeregt, während unsere Hunde Monty und Inca vorausliefen – immer dem Duft des Meeres entgegen. Ein kleines Stückchen Himmel! Auch meine glücklichsten Kindheitserinnerungen sind solchen Momenten gewidmet. Das Vergnügen eines sommerlichen Picknicks am eigenen, ganz besonderen Lieblingsplätzchen wird fast unverändert von Generation zu Generation weitergegeben.

Cornwall ist berühmt für seine Shanty-Chöre wie die »Fisherman's Friends« oder als Fernsehkulisse für Serien wie »Doc Martin« beziehungsweise »Poldark«, als Wahlheimat berühmter Schriftsteller wie Daphne du Maurier oder für bunte Zuckerstangen und Sahnekaramell. Es ist ein beliebtes Ferienziel und ein Ort von einzigartiger Magie. Überall genießt man eine gute Dosis »Vitamin See« und alles, was die Natur zu bieten hat. Ruhig, erholsam, herz-erfrischend und paradiesisch schön – das alles ist Cornwall.



## »THE INN« – »ST. TUDY INN«, ST. TUDY, CORNWALL

Mehr als sechs Jahre sind vergangen, seit ich erstmals über die Türschwelle des Restaurants »St. Tudy Inn« trat. St. Tudy ist ein schönes ländliches Dorf im Landesinneren von North Cornwall, abseits der »überlaufenen« Küste. Das Dorf mit seiner pittoresken Kirche und einem fantastischen Gemeindeladen war einst die Heimat von Captain Bligh, der durch »Die Meuterei auf der Bounty« berühmt wurde. Das »St. Tudy Inn« am Fluss Camel, zehn Kilometer von der Marktstadt Wadebridge und eine halbe Autostunde von Rock, Port Isaac und Padstow entfernt sowie in unmittelbarer Nähe zum Bodmin Moor, bietet das Beste aus zwei Welten. Es befindet sich im Landesinneren, aber doch nahe der Küste.

Ich kam mit meinen drei Kindern Oscar, Finn und Evie sowie den Hunden Monty und Inca an. Es war mitten im Winter, einige Tage vor Weihnachten, und ich war aufgeregt und erwartungsvoll. Es gab viel zu tun, wenn wir noch vor Weihnachten öffnen wollten. Wie wir es schafften, werde ich nie verstehen, aber wir schafften es: Weihnachten 2014 war der Beginn dieses großen Abenteuers.

Ich mag das Einfache und das Understatement. Im »Inn« geben zurückhaltende Grautöne meinen Einrichtungsideen den passenden Hintergrund. Wir haben offene Kamine, alte Holzkisten und Bierfässer als Hocker. Der Blumenschmuck ist schlicht gehalten und kommt direkt aus dem heimischen Garten – besser gesagt aus dem Garten meiner Mutter. Schlichte Gläser, weiße Teller und Leinenservietten vervollständigen meinen Einrichtungsstil. Die Fensterplätze sind ideal, um sich dort mit einer Tasse Kaffee, einem Buch oder mit Stift und Notizblock niederzulassen, den Augenblick zu genießen und das Dorfleben zu beobachten. Meiner Liebe zu Cornwall und Frankreich folgend, bringe ich gern Leute bei gutem Essen und Wein zusammen. Gedämpftes Licht und rustikale Tische bestimmen das Ambiente meines Restaurants – ein Ort, um das Beisammensein zu genießen.

Die Dorfgemeinschaft und viel Mundpropaganda helfen dabei, dass Gäste das »Inn« in den engen Straßen Cornwalls finden. Vor zwei Jahren baute ich die angrenzende verfallene Scheune zu vier schönen Gästezimmern um. Auch sie sind minimalistisch gehalten, und gemütliche Kissen und Decken sorgen für heimeliges Flair. Die Zimmer sind ein rustikaler Rückzugsort inmitten der landschaftlichen Schönheit Cornwalls und finden viel Zuspruch.

Mit dem »St. Tudy Inn« gelang es mir, im Gastgewerbe Anerkennung zu finden. Besonders freute mich die Auszeichnung des Michelin als Bib-Gourmand-Restaurant, ein Status, den wir seit 2016 innehaben. Ebenso fantastisch ist es, dass wir seit 2016 zur Estrella-Damm-Top-50-Liste der britischen Gastropubs gehören. Als mich







dann noch CODE Hospitality in ihre Top-100-Liste der weiblichen Gastronomen aufnahm, war ich sehr stolz, und auch unsere Fernsehauftritte waren eine aufregende Erfahrung.

Was mir mit am meisten Freude bereitete, waren die Menschen, die ich während dieser Zeit kennenlernte – denn ich habe Freunde fürs Leben gefunden. Häufig werde ich gefragt, wie es ist, in solch einem von Männern dominierten Beruf zu arbeiten. Ich halte es jedoch für ein Missverständnis, dass es einen Mangel an Küchenchefinnen gibt. Vielmehr glaube ich, dass Frauen einfach bescheidener sind, wenn es um ihre Leistungen und Errungenschaften allein und im Team geht. Lange Arbeitszeiten und großer Druck gehören zum Job. Aber wenn man liebt, was man tut, macht dies alles viel leichter. Ich liebe die Geschäftigkeit des Restaurantbetriebs und die rastlose Welt des Gastgewerbes. Und ich lege viel Wert darauf, mein Team gut zu führen. Ebenso wichtig ist es mir, meine Nachbarschaft für mich zu gewinnen.

Manchmal wundere ich mich, wie ich es schaffe, Familienleben und Arbeit unter einen Hut zu bringen. Doch für seinen Lebensunterhalt muss man Geld verdienen – und genau das tue ich: Ich liebe es, zu arbeiten und kreativ zu sein. Im Lauf der Zeit musste ich einige harte Lektionen lernen und habe erst spät erkannt, dass man die nötige Balance zwischen Kreativität und Geschäftssinn finden muss. Meine Kinder sagten mir einmal, dass ich als Hausfrau wohl eine schreckliche Mutter wäre (danke, Kids!).

Leider haben wir im Sommer 2019 unseren Labrador Monty verloren. Er war der beste Hund, den man sich wünschen kann, und bei allem, was ich tat, eine stetige Unterstützung. Ich liebte ihn bedingungslos. Selbst in schwierigsten Zeiten hat er mich immer wieder getröstet. Ihm zu Ehren habe ich zusammen mit The Harbour Brewing Co. das MONTY-DOG-Bier entwickelt, das wir im »Inn« vom Fass ausschenken. Monty, bis an sein Ende ein echter »Seehund«, wird uns immer in Erinnerung bleiben. Inca, unsere Spanieldame, hingegen ist auch heute noch meine ständige Begleiterin. Sie ist anhänglicher denn je und eine ständige Stolperfalle.

Unser Leben im Restaurant erinnert mich an meine Zeit in Blannot, einem kleinen Provinznest im Herzen Burgunds. Das Gefühl von Gemeinschaft, die Atmosphäre und die Art zu leben – etwas geruhsamer als in den Städten – ähneln sich sehr. Was hier wie da zählt, ist die Bedeutung der Region und ihrer Produkte und die Wertschätzung für Orte, an denen man sich trifft und das Beisammensein genießt. Einer der wenigen Unterschiede besteht darin, dass im »Inn« statt des französischen Dialekts die sanfte Sprachmelodie Cornwalls erklingt. Ich liebe es, an sommerlichen Sonntagnachmittagen nach dem Mittagessen das Lachen und Klirren der Gläser zu hören, wenn die Gäste Pläne für die Woche schmieden oder über den neuesten Klatsch plaudern. Denn erst die Menschen erschaffen die Atmosphäre eines Ortes.





## PORT ISAAC – »EILE MIT WEILE«

Ein Ort, der immer Teil meines Lebens bleiben wird, ist Port Isaac, ein kleines Fischerdorf an der Atlantikküste von North Cornwall. Das Meer, die Luft, das Rauschen der Wellen, das Schreien der Möwen – unvergesslich und betörend – stehen sinnbildlich für das Leben an der Küste. Die Weite des Ozeans eröffnet eine ganz andere Perspektive: Am Meer scheint immer alles besser zu sein. Port Isaac ist die Heimat meiner Kinder Oscar, Finn und Evie. Dass ich sie in dieser idyllischen Küstenumgebung großziehen kann, ist eines der wundervollsten Privilegien meines Lebens, und ich schätze mich glücklich, dass ich hier seit zehn Jahren leben darf.

Port Isaac ist der Ort, der mich in diese zauberhafte Gegend und zu einem ganz besonderen Fischer führte ... In meinen ersten Jahren in Cornwall lebte ich mit John, besser bekannt als JB, zusammen. John ist in Port Isaac geboren und wuchs mit Shanty-Liedern, Fischfang und derlei Dingen auf.

In unserem Haus am Meer im malerischen Dorf Port Isaac (PI) begann meine kulinarische Reise durch Cornwall. Unsere Küche war voller Cornishware-Geschirr, das heimelige Wärme und Herzlichkeit ausstrahlte, und die maritimen blau-weißen Streifen mit sonnengebleichten Farbakzenten standen perfekt für das Leben am Meer. Die gesamte Küche erinnerte an den Küstenstil von anno dazumal. Das Haus war ganz nach unserem Geschmack und es spiegelte lebendig und frisch-fröhlich seine Lage am Meer wider.

In PI ist das Leben bedächtig. Nichts geschieht überstürzt. Hier herrscht das Motto »Eile mit Weile« und »besser spät als nie«. Entsprechend chaotisch war unser Leben mit drei kleinen Kindern und unserem Hund Gunnel. Wir lebten von der Touristensaison und der Ferienzeit, und die Sommermonate waren eine wichtige Einnahmequelle, um den langen Winter in Cornwall zu überstehen.

Cornwall erscheint mir häufig wie ein eigenständiges Land. Sobald man die County-Grenze überschreitet, fühlt es sich an, als betrete man eine andere Welt – eine Welt, die keiner anderen gleicht, und der Urlaubserinnerungen und Momente fürs Leben entspringen. Diese magische Welt war die lange Reise wert. Cornwalls Bewohner haben einen liebevollen Spitznamen für Fremde: *Incomers* (»Ankömmlinge«) oder – weniger liebevoll – *Emmets* (»Zuzügler«). Und, ja: Ich werde niemals eine Einheimische sein, auch wenn ich dieses Land mein Leben lang Heimat nenne.

Ich kam im späten Frühjahr 1999 nach Port Isaac. Wir kauften ein vierstöckiges, denkmalgeschütztes Haus mitten im Dorf. Die unteren zwei Etagen, in denen früher ein Laden untergebracht war, hatten überwölbte Rundbogenfenster, schmucke Böden aus Cornwall-Schiefer und Deckenbalken. In unserem Café am Meer, dem »Browns«, das im Frühling 2000 öffnete, boten wir Kaffee





und Tee, selbst gebackene Kuchen, Port-Isaac-Krabben-Sandwiches sowie die besten Eiscremes und Scones in der ganzen Gegend an. Damals waren die Winter in Cornwall lang, und um sie zu überstehen, musste man von Ostern bis Oktober hart arbeiten. Das »Browns« war ein äußerst beliebtes Café, und ich habe sehr schöne Erinnerungen an unsere dortige Zeit.

Danach eröffnete ich in Port Isaac das Restaurant »The Harbour No1 Middle Street«. In dem ehemaligen Fischerhäuschen aus dem 15. Jahrhundert, mit niedrigen Decken und schiefen Mauern, entdeckte ich meine Begeisterung für Fischgerichte. Ich kochte hier die folgenden sieben Jahre. In dieser kleinen Küche am Hafen erwarb ich viele meiner gastronomischen Fähigkeiten.

Fischerboote und Häfen waren ein fester Bestandteil unseres Lebens. »Winnie the Pooh«, »LEJ« und »Laura B« waren allesamt Boote, die JB im Lauf der Jahre besaß (offenbar war ich nicht lange genug an seiner Seite, damit er ein Boot nach mir benannt hätte). Auch die Anfänge des Shanty-Chors »Fisherman's Friends«, der von John mitbegründet und später landesweit durch Alben, Konzerte und einen Kinofilm berühmt wurde, erlebte ich mit. Es gab nichts Heimeliges, als die Jungs an einem Freitagabend singen zu hören und dabei den Sonnenuntergang über dem Hafen von Port Isaac zu bewundern, ehe wir in den »Golden Lion« weiterzogen, wo noch mehr Lieder gesungen wurden. Diese Seemannslieder werden immer einen Platz in meinem Herzen und meinem Leben haben.

Ich erinnere mich gern an diese Zeit zurück und JB und ich haben drei wundervolle Kinder, auf die wir sehr stolz sind. Wir bedauern nichts. Das Leben ist nicht immer leicht und verläuft nicht immer so, wie man es sich vorstellt, aber Port Isaac wird für mich immer ein Herzensort sein. Auch dank euch, John und Laura (meine Stieftochter)!

## JOHNS PORT-ISAAC-WEISHEITEN

*»Fischer schwimmen nicht« ist nur ein Beispiel für den Aberglauben von Fischern, der die Generationen überdauern wird. Einige dieser Legenden sind mir richtig ans Herz gewachsen, allen voran Punkt 1 auf der Liste: Ich fange auch heute noch nichts Neues an einem Freitag an.*

1. Fange nie etwas Neues an einem Freitag an.
2. Grüne Pullis und grüne Gummistiefel sind auf einem Fischerboot tabu.
3. Sprich an Bord nie über Kaninchen. Falls doch, bezeichne sie als »unterirdische Windhunde«.
4. Niemals auf dem Boot pfeifen – es könnte einen Sturm heraufbeschwören.
5. Der erste Hummer der Saison wird immer ins Meer zurückgeworfen.
6. Es bedeutet Unglück, an Land einen Pfarrer zu sehen, wenn man mit dem Fischerboot hinausfährt.
7. Steige immer auf der Steuerbordseite ein und aus.
8. Die Leute aus Port Isaac werden von den Einwohnern Padstows als Yarnigoats (»Garnziegen«) bezeichnet. (Da die Fischer aus Port Isaac bei rauer See oft nicht zum Fischen hinausfahren konnten und sich stattdessen zum »Seemannsgarnspinnen« trafen.) Die Padstower werden umgekehrt »Town Crows« (»Stadtkrähen«) genannt – freundschaftliche Lokalrivalität.