



Für August 2024

Der Sommer schreitet voran ...

Wenn es um mich geht und ich etwas Persönliches von mir schreiben möchte, stockt es. Ich schiebe die Wörter hin und her, lese kritisch das eben Entstandene und lösche es sofort wieder. Doch jetzt schreite ich voran, lasse den Sätzen ihren Lauf, kümmere mich weiterhin nicht um Kommas, die mich schon beim Schreiben immer stolpern lassen. Das Fenster ist offen, die frühmorgendliche Kühle des Sommers dringt erfrischend herein. Ich lege los. Von meiner geplanten Werkschau im August will ich dir erzählen:

Im letzten Sommer gab mir der Kunstprofessor an der Sommerakademie in Rheinau den Impuls fünfzig Bilder im Format 50 x 70 cm zu erschaffen. Kein Witz, es war ernst gemeint. Mein Bauchgefühl sagte mir, dass ich dieser Aufforderung nachkommen sollte, denn mein Herz wurde dabei warm und weit. Jetzt höre ich ein zischendes Geräusch, langsam dringt es ein in mein Bewusstsein. Ich kenne dieses Geräusch. Doch es taucht kein inneres Bild auf. Also trete ich ans Fenster und schaue hinaus. Oben am Himmel schwebt ein knallroter Heissluftballon. Zischend lässt er Gas in den Ballon hinein strömen, um weiter an Höhe zu gewinnen. Ich sehe die Flammen. Ich winke nicht, doch gedanklich wünsche ich den freischwebenden eine glückliche Reise. Ich habe diesen Mut nicht in einen solchen frei schwebenden Korb zu steigen, doch gerne schaue ich hinauf. Aber dies ist eine andere Geschichte. Zurück zum Text.

Rosarot, Grün, Weiss und Schwarz sollten die Farben sein für die geplanten fünfzig Werke. Mit ihnen beschäftigte ich mich seither, bin weiter voran geschritten im Handwerk Malerei.

Und jetzt, da der Sommer voran schreitet, wird es für mich Zeit einige Bilder und Texte über mein intensives Suchen, Finden, Verlieren und Wirken in Rosarot, Grün, Weiss und Schwarz zu zeigen. Wenn du Lust hast, schau gerne im Atelier Munot vorbei, ich würde mich darüber freuen.

Einen farbenfrohen August wünscht dir

Sonja

Ausstellung:
22. - 25. August täglich von 15 -20
Uhr.
Atelier Munot, Unterstadt 34
Schaffhausen



Es ist ganz einfach, du brauchst nur ein paar Tomaten ...

Heute kocht Potta mit mir in ihrer zweiten Küche, der Küche für alles. Diese besteht aus Küchenschränken, die mal von jemandem entsorgt werden wollten, und einer alten, ausgedienten Küchenabdeckung die in verschiedenen Grössen als Rüsttische oder Ablagen dienen. Potta wirft nichts weg, alles findet bei ihr Verwendung. Manchmal jammert sie:

„Ich besitze zu viel, ich müsste dringend einmal aufräumen.“ Doch es scheint ihr nicht wirklich ernst zu sein damit. Für alles findet sie noch Verwendung. Zum Beispiel Pet-Flaschen, die werden gefüllt mit Oliven oder Plastiktüten, die werden gebraucht für den Abfall aus dem Bad. Alte, weggeworfene Stühle stehen bei ihr noch jahrelang im Innenhof. Alles wird gebraucht bis zuletzt. Ihr Traktor hat Jahrgang 1963 und damit ziehen sie noch immer aufs Feld.

In dieser zweiten Küche steht auch noch ein grosser Kühlschrank, ein Gasgrill und ein Spülbecken. Die meisten Griechen besitzen eine Art Aussenküche für den Sommer.

In Pottas zweiter Küche sitzt man im heissen Sommer, fächert sich kühlere Luft zu während sie ihre Patates in Olivenöl brutzelt. An der Decke hängen zusammengebundene Oregano-Sträusse, die luftig und sonnengeschützt trocknen. Wenn die grossen Fenster offen sind, sitzt man wie auf einem grossen Balkon. Im Winter stapelt sie die neuen, leeren Gebinde für die bevorstehende Olivenernte darin und trocknet Wäsche wenn es anhaltend regnet. Hier lässt sie alles stehen und liegen wenn es sein muss.



Gemeinsam kochen wir ein *Gemista* (gefülltes Gemüse mit Reis), eines dieser typisch griechischen, leckeren, fleischlosen Sommergerichten. Es ist ein Lieblingsgericht von Rolf. Da ich es noch nie so schmackhaft hingekriegt habe wie Potta, rufe ich sie kurz an für Tipps:

„Es ist ganz einfach. Du brauchst nur ein paar Tomaten und Auberginen“, sagt sie mir. Wie immer, wenn sie mir etwas erklärt, ist es ganz einfach, denke ich. Doch das i-Tüpfelchen, welches ist es? Dann sagt sie plötzlich:

„Weisst du was?! Ich werde dieses Gericht gleich für uns alle kochen. Hast du Zeit? Komm gegen Mittag vorbei, wir kochen gemeinsam.“

„Gerne. Doch ich bringe mein Gemüse selbst mit,“ sage ich peinlich berührt. Es ist mir nicht recht, wenn sie meinerwegen wieder einmal alles über den Haufen wirft. Doch solche Gedanken scheinen ihr einfach fremd.

„Das Leben ist viel einfacher als du denkst. Mach dir keinen Kopf meine Liebe!“ Sie lacht. „Aber wenn du unbedingt willst, bring mit was du da hast. Hast du *Diosmos* (Grüne-, Krause-, oder Speer-Minze). Ich habe keinen im Moment, ich muss erst wieder frischen pflanzen.“

„*Diosmos* habe ich zu Genüge, ich bringe davon mit.“ *Diosmos* ist ein pfffiges Kräutlein welches dieses Gericht so schmackhaft macht.

Schnell sind die Waren in einen Korb gepackt. Voller Vorfreude ziehe ich los. Heute werde ich ihr ganz genau auf die Finger schauen, jede Handbewegung registrieren.

Der Wind bläst mir um die Ohren und leider auch schnell den *Diosmos* aus dem Korb. So kehre ich wieder um und pflücke noch einmal davon, doch nun halte ich das duftende Sträusschen in in der Hand.



Potta erwartet mich schon an der Hintertür zu ihrer lichtdurchflutenden Küche. „Zeig mal was du mitgebracht hast,“ sagt sie und packt meinen Korb. „Oh, du kaufst so kleine Kartoffeln?!“, ruft sie erstaunt aus. Sie greift nach einer, dreht und wendet sie und legt sie wieder zurück in den Korb. „Wir nehmen wohl besser meine. Die eignen sich besser zum Füllen.“ Sie geht durch die *Camara* (ein Gewölbekeller, der ebenerdig angelegt ist und ihr als Schlafzimmer dient) in ihre Hauptküche und kommt wieder mit einem zweiten Schäler und einem Stahlbecken zurück. Sie reicht mir das Becken und sagt:

„Hier. Hole mir ein paar Kartoffeln.“ Sie nickt mit dem Kopf zum Raum nebenan. Dieser Raum ist ein unvollendetes Zimmer mit einer unverputzter, roher Backsteinmauer. Darin stapelt sie alles was Bauern so brauchen, wie Kettensägen in verschiedenen Grössen, mehrere kleinere Benzinkanister, Reserve-Stühle für grössere Zusammenkünfte, Hanfseile, Gummischläuche, Laubrechen, Gartengeräte, Mostflaschen, Petflaschen, ausgediente Plastikbecken, Eimer und ein 50 Liter Behälter aus Inox gefüllt mit Olivenöl. Den Sack Kartoffeln entdeckte ich neben dem Fadenmäher.



„Schneide von den Tomaten einen Deckel ab und höhle sie aus. Hier,“ sie streckt mir das Becken hin, „gib den Inhalt in diese Schüssel. Alles was wir für die Füllung verwenden kommt hier hinein.“ Das Telefon klingelt und Potta nimmt den Anruf entgegen. Es scheint Christina, ihre Schwester zu sein. Christina ruft Potta täglich an, um nachzufragen ob alles in Ordnung sei. Ich schaue zum Fenster hinaus. Diese Telefonate sind meistens sehr kurz. Es ist eine Art soziale Kontrolle die zur Tagesordnung gehört. Man ruft sich kurz an, manchmal nur um kurz zu erfahren, was gekocht wird oder wo man sich gerade befindet. Mehr nicht.

„Ja, natürlich.“

„Wie sieht es denn bei dir aus?“

„Hm, warte noch etwas ab, so schlimm wird es schon nicht werden.“

„Nein, wir können nicht aufs Feld.“

„Unser Traktor brachten wir heute früh in die Garage.“

„Ja, irgendetwas scheint mit dem Motor nicht zu stimmen. Mehr weiss ich nicht.“

„Ja, wir hoffen, ohne Traktor sind wir aufgeschmissen. Es gibt keinen neuen.“

„Ja, ich halte dich auf dem Laufenden.“

„Ich koche Gemista mit Sonja.“

„Und du?“

„Gut.“

„Tschüss, bis morgen.“ Potta legt das Telefon auf die Ablage.

„Liebe Grüsse von Christina. Schäle noch drei Kartoffeln und höhle auch diese aus, bitte.“ Die Vorbereitungen für das Gemista dauern nicht lange. Potta schält noch eine grosse Zwiebel, teilt sie in vier Viertel und wirft sie in die Schüssel, mischt alles kurz durch und beginnt alles portionenweise im Mixer grob zu pürieren. Dann gibt sie einen Esslöffel von dem geriebenen Oregano hinzu und salzt und pfeffert die Füllung.

„Nun den Reis.“ Sie greift nach einem Suppenlöffel und öffnet das Paket mit Reis. „Es braucht nicht zu viel. Etwa so. Hast du gesehen?“

„Ja.“

„Und Olivenöl. Davon giesst du gleich ein wenig in jede Tomate und Kartoffel.“ Sie sieht meinen fragenden Blick, sagt sofort:

„Etwa ein, zwei Teelöffel. Ich gebe auch ein halbes Glas zur Masse.“ Sie giesst grosszügig vom Olivenöl dazu. Es ist eher ein ganzes Glas.

„Alles gut durchmischen und dann kannst du damit die Gemüse füllen.“ Sie greift nach zwei weiteren Kartoffeln, schält sie und schneidet sie in schlanke Schnitze, derweil ich die Füllung verteile. Sie nimmt die Kartoffelschnitze und legt sie zwischen das Gemüse.

„Siehst du, es ist ganz einfach!“ Sie reibt sich die Hände an ihrer Schürze ab.

„Stimmt! Es ist ganz einfach.“

„Nehmt den Poolboy zwischen eure Knie und klemmt ihn fest ein.“ Sie zeigt es vor. „Nun schwimmt ihr ausschliesslich mit den Armen.“ Wir schauen uns untereinander belustigt an, denn es sieht ganz so aus, als würden wir mit dem blauen Ding zwischen den Beinen gleich untergehen. Doch wir gehen nicht unter, aber pendeln innerhalb der Bahn von einer Absperrung zur anderen wie verlorene Bojen und kommen nur langsam vorwärts. Dabei geht mir auch die Ernsthaftigkeit an der Sache verloren, ich muss immer wieder lachen.

Nach einer halben Stunde hängen wir am Beckenrand und japsen nach Luft. Mein Herz scheint dem Zerspringen nahe, ich kann mir nicht vorstellen überhaupt noch eine Bahn zu bewältigen. Meine Motivation hat sich vollständig im Wasser aufgelöst. Alle sehen aus wie welkes Blattlaub, wir kleben faltig am Rand und beginnen Gespräche der Verzweiflung und des Zuspruchs. Doch Rita lässt uns keine Zeit für Selbstmitleid, sie ruft uns wieder zu sich zurück. So machen wir tapfer weiter. Doch mit zielschnellem und kraftvollem Schwimmen, wie wir es neidvoll bei den anderen Trainierenden in den Bahnen neben uns sehen können, hat unser Schwimmen keine Ähnlichkeit. Noch nicht. Heute ertappe ich mich dabei, wie meine Augen immer öfters zu der grossen Uhr an der Wand wandern. Jetzt bloss kein Wasser schlucken. Diese Brühe hat nichts mit Austern schlürfen zu tun. Kaum gedacht, schon passiert. Ich huste und pruste, der erste Reflex, mich an der flexiblen Absperrung festzuhalten gibt mir keinen Halt.



In der Tat ist es einfach und schmeckt wunderbar. Willst du dieses Rezept ganz griechisch genießen, dann lass alles nach dem Garen etwas auskühlen und genieße das Gericht lauwarm. Du wirst staunen über die Vielfalt des Geschmacks. Seither habe ich dieses Gericht schon sehr oft gekocht und Rolf meint:

„Jetzt hast du es geschafft, es schmeckt wie bei Potta!“ Und ich schwöre, ich habe es immer schon so gemacht. Doch ich habe nie so viel Olivenöl verwendet wie Potta. Fett ist ja ein Geschmacksverstärker und bei diesem Gericht scheint es wirklich das Tüpfelchen auf dem i zu sein, vorausgesetzt du hast natürlich schmackhaftes Gemüse.

Gemista, gefülltes Gemüse griech. Art [Zum Rezept](#)



August-Schmaus



Tomaten rot
in Scheiben
auf dem Brot
gratiniert
gefüllt
halbiert
zerrieben
als Saucen
zum Verlieben!

Sonja Roost-Weideli

Wöchentliche positive Botschaften der Freude!?

Der nicht immer ganz ernst zu nehmende, wöchentliche creative drop ist ein Augenblick aus meinem Leben in Form eines von mir geklickten Fotos, versehen mit einem Gedanken, einer Weisheit, einem Impuls in Form eines kleinen Textes, ein Gedicht, etwas Humor u.a.

Du willst wöchentliche creative drops, Kurznachrichten von mir?
über Threema, klicke [HIER](#).
über Signal, klicke [HIER](#).

oder über WhatsApp, klicke [HIER](#). Es sind alle Gruppen so eingerichtet, dass nur ich Nachrichten darin verschicken kann, damit es nicht ständig bei allen bimmelt. Ihr könnt mir aber gerne privat schreiben.
