



# Erfrischend

## WASSERMELONE

◆ **Überraschend** Wassermelone kann auch anders. Koch Lazaros Kapageoroglou zeigt rezente Rezepte für die süsse Frucht. — DEBORAH LACOURRÈGE

**W**assermelone ist der perfekte Sommersnack – wunderbar leicht und besonders erfrischend, wenn sie direkt aus dem Kühlschrank kommt. Auch in beschwipster Form, also in der berühmten Kombination mit Wodka, ist sie ein Klassiker.

Aber Wassermelone kann mehr. Ihre Süsse verführt zur Kombination mit Salzigem. Mit diesen Kontrasten experimentiert der Zürcher Privatkoch und Foodblogger Lazaros Kapageoroglou (30) gerne. Auch im Bereich der Vor- und Hauptspeisen. «Das Schlimmste, was man einer Melone antun kann, ist zusätzlich Zucker daraufzuschütten», weiss der gebürtige Grieche. Gerne kombiniert er Wassermelone zu Fisch oder Meeresfrüchten. «Sogar zu Sardellen passt sie!»

Geboren ist der Zürcher in Thessaloniki. Und aufgewachsen wortwörtlich inmitten von Wassermelonen. Seine Eltern – Mutter Anastasia (52) kommt regelmässig in die Schweiz, um ihren Sohn bei seinen Kochvorhaben zu unterstützen – betrieben einen Fruchtestand auf dem Wochenmarkt des Quartiers. «Man nannte die Kapageoroglous das Melonen-Paar. Für umgerechnet wenige Rappen verkauften sie riesige Wassermelonen», erzählt der Sohn.

### Kombination mit Feta

Deshalb war es für den Jungen selbstverständlich, immer und zu jeder Zeit Wassermelonen zu essen – mit Feta, so wie es in Griechenland traditionellerweise gemacht wird. Deshalb lässt er es sich auch nicht nehmen, für die Coopzeitung ein Wassermelonen-Rezept mit

Feta zu kreieren (Rezept S. 35). Dieser wird allerdings – ganz untypisch – zuvor paniert. «So erhält er eine gewisse Knusprigkeit, ähnlich wie die Wassermelone.» Der Privatkoch spielt gerne mit Konsistenzen, nennt seine Küche «mediterrane Fusion». Also mediterrane Küche kombiniert mit fremden Elementen. Diese kommen – seiner Herkunft getreu – oft aus dem Orient. Schliesslich verbindet seine Heimat Europa mit dem Nahen Osten.

### Restaurantküche als Gefängnis

In die Schweiz kam Kapageoroglou vor fünf Jahren der Liebe wegen. Genauer darauf eingehen will er nicht. «Das ist eine komplizierte Geschichte ...», meint er schmunzelnd. Zuerst arbeitete er in diversen Restaurants in Zürich. Doch im Januar dieses Jahres hatte er



Lazaros mit seiner Mutter Anastasia. Wenn sie ihren Sohn in Zürich besucht, kann sie es nicht lassen, ihm in der Küche zur Seite zu stehen.



Lazaros Eltern an ihrem Wassermelonen-Stand in Thessaloniki.

... genug. «Die Küche fühlte sich mehr und mehr wie ein Gefängnis an.» Deshalb machte er sich selbstständig und kocht an Familienfeiern und Firmenapéros.

## Kerne – ein ewiges Ärgernis

Die Wassermelone stammt ursprünglich aus Afrika und gelangte vermutlich erst im Mittelalter über die Türkei nach Europa. Das Fleisch der Wildform ist sehr bitter. Deshalb wurden in der Steinzeit wahrscheinlich nur ihre Kerne gegessen. Aus diesen wird heute noch in Indien Brot gemacht, im Nahen Osten geniesst man sie in gerösteter Form. Eigentlich erstaunlich, denn hierzulande wirken die schwarzen Samen auf viele eher abschreckend als appetitlich. Wie steht unser Foodblogger eigentlich zum Streitthema? «Ich finde die Kerne zu bitter. Ich nehme sie immer heraus!» Trotz Zusatzarbeit bevorzugt der Autor von «Laz uns kochen» Melonen mit Kernen gegenüber den kernarmen Sorten: «Für mich sind sie einfach viel aromatischer.»

Um ihren vollen Geschmack entfalten zu können, müssen Wassermelonen natürlich reif sein. Dies lässt sich durch den berühmten Klopfest herausfinden: Klingen die Früchte hohl, werden sie auch schmecken. Unser Experte kennt noch einen weiteren Trick: «Wenn man das Messer hineinsteckt, sollten sie brechen.» Dieser «Knaaaaaacks», den die Melone dabei von sich gibt ... Ja, das macht Appetit auf mehr! ●

## REZENTES WASSERMELONEN-SPIESSLI

**Für 4 Personen**  
**Vor- und Zubereitungszeit:**  
**ca. 1 Std.**  
**8 Holzspiesse, zuvor**  
**ca. 30 Min. in kaltem**  
**Wasser einweichen**

### Zutaten

- ⇒ 1 EL Honig
- ⇒ 1 EL Sesam
- ⇒ 10 ml Olivenöl
- ⇒ 2 Prisen Paprika edelsüss
- ⇒ 1 Bio-Zitrone, Schale und Saft
- ⇒ etwas Salz
- ⇒ etwas Pfeffer
- ⇒ 1 kg Riesencrevetten, geschält und entdarnt
- ⇒ 2 Eier
- ⇒ 10 ml Rapsöl
- ⇒ 100 g Paniermehl
- ⇒ 100 g Weissmehl
- ⇒ 400 g Fetakäse, in Würfel
- ⇒ 400 g Wassermelone, in Würfel
- ⇒ 2 EL Rapsöl

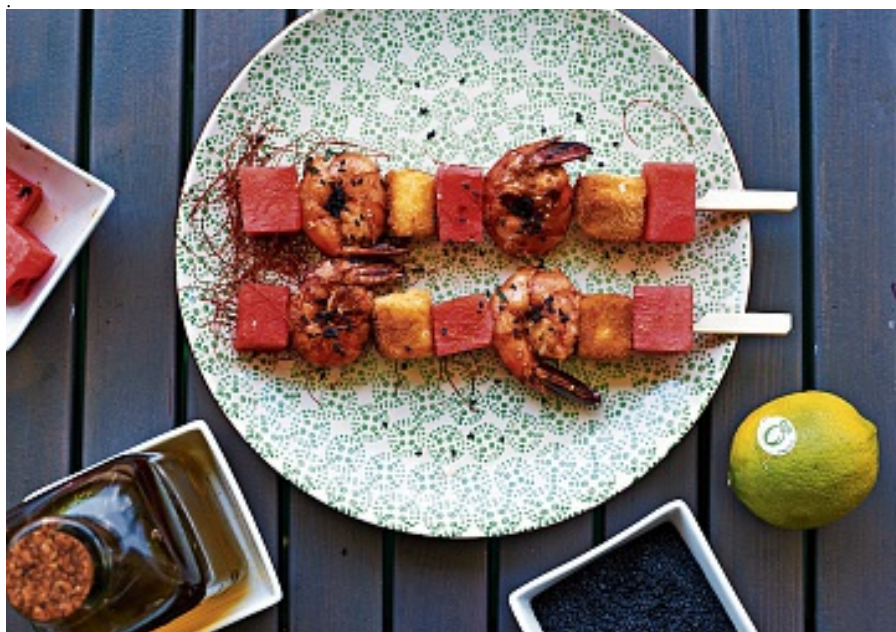
### Zubereitung

Honig, Sesam, Olivenöl, Paprika, Zitronenschale und -saft, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und gut vermischen. Die Crevetten dazugeben und für ca. 15 Min. im Kühlschrank marinieren lassen.

In der Zwischenzeit die Eier in eine Schüssel schlagen. Paniermehl sowie Weissmehl in separate Teller geben.

Die Fetawürfel zuerst in die Ei-Masse hineingeben. Anschliessend ins Mehl, dann wieder kurz in die Ei-Masse geben. Zum Schluss gleichmässig im Paniermehl wenden.

Die Fetawürfel, die Crevetten und die Wassermelone auf die Holzspiesse geben. Rapsöl in einer Bratpfanne erhitzen. Die Spiessli auf jeder Seite für ca. 2–3 Min. braten.



Wassermelone zum Hauptgang? Ja klar, das geht. Durch die panierten Feta-Würfel bekommen die Spiessli zusätzlich einen griechischen Touch.