



Riederingerin Vroni Lutz kocht wieder im BR-Fernsehen

Beitrag

Vroni Lutz ist Inhaberin des Cafè Stuerzer in der Gemeinde Riedering im Landkreis Rosenheim. Doch damit nicht genut. Die 38-jährige ist auch bald wieder im Fernsehen zu sehen. Die Dreharbeiten sind abgeschlossen. Ab Sonntag, 19. September, läuft ihre neue, vierteilige Kochsendung „Vronis Lieblingsschmankerl“ immer um 17.15 Uhr im BR Fernsehen.

Ein Gespür, welche Zutaten zusammenpassen und schmecken könnten, hatte Vroni Lutz schon immer. Und auch während ihres Studiums zur medizinischen Fachangestellten hat sie bereits gerne gekocht. Dass Köchin einmal ihr Beruf werden würde, hat sie sich aber damals noch nicht gedacht. Durch eine verlorene Wette landete sie „spaßeshalber“ bei der Fernsehsendung „Küchenschlacht“. Sie gewann. Beflügelt von ihrem Erfolg machte sie dann auch noch gleich bei weiteren Kochshows wie „Topfgeldjäger“ oder „Game of Chefs“ mit – immer mit großem Erfolg. „Da dachte ich mir, so schlecht kann das, was ich koche, wohl nicht sein“, schmunzelt die sympathische Riederingerin. Also entschloss sie sich, ihr Talent zum Beruf zu machen. Im Landgasthof Gut Apfelkam sammelte sie ein Jahr lang Erfahrung. Danach bekochte sie das deutsche Bora-Hansgrohe-Radteam bei der Tour de France und im Jahr 2018 verwirklichte sie in Riedering in der Simsseestraße 1 ihren Traum vom eigenen Cafè im neu aufgebauten Hof ihrer Familie. Vroni Lutz kocht kreativ, bodenständig und mit einem gehörigen Schuss Experimentierfreudigkeit. Nach Rezepten richtet sie sich fast nie. „Ich verlasse mich viel mehr auf mein Gespür“, erzählt die leidenschaftliche Köchin. Wichtig sei ihr die Verwendung von regionalen und frischen Zutaten. Die Gäste in ihrem Cafè verwöhnt Vroni Lutz mit abwechslungsreicher und gesunder Küche. Inspiration für ihre Gerichte holt sie sich aus aller Welt. Gerne interpretiert sie traditionelle Gerichte auch mal neu.

Gerichte basieren auf Ideen der Zuschauer

Dieses Talent kommt der dreifachen Mutter bei ihrer neuen Kochsendung zugute. Das Besondere dabei: Alle Gerichte basieren auf Ideen von Zuschauern, die in Einspielfilmen bestimmte Speisen vorstellen, darunter regionale Klassiker, in der Familie überlieferte Gerichte oder Speisen, die mit persönlichen Erlebnissen in Zusammenhang stehen. Aus Allgäuer Käsespätzle, italienischer Polenta, Rahmschwammerl oder Schäufele entstehen dann dank Vroni Lutz ganz neue Kreationen – eben „Vronis Lieblingsschmankerl“.

Als ehemalige Leistungsschwimmerin bereitet ihr das Kochen vor laufenden Kameras kein Problem. „Ich bin Wettkampf-Atmosphäre gewöhnt“, sagt sie. Einzige Schwierigkeit sei es, trotz aller Konzentration stets lächelnd in die Kamera zu blicken: „Aber das klappt mittlerweile auch schon ganz gut“. Man könnte meinen, wer beruflich so viel kocht wie Vroni Lutz, will daheim einfach seine Ruhe von Küchenherd und Kochtöpfen. Aber weit gefehlt. Auch da kocht die 38-jährige nach wie vor leidenschaftlich gerne für ihre Familie und auch für Freunde: „Für mich gibt es einfach nichts Schöneres.“

Übrigens: Jedes Monat stellt Vroni Lutz im [Wendelstein Anzeiger](#) ein leckeres Rezept vor. Hier der Kochtipp aus der August-Ausgabe:

Spargelpasta mit Fisch

Zutaten:

- 500 g Nudeln (Fregola)
- Schalotten
- Spargel weiß und grün
- Salz, Pfeffer
- Thymian
- Biozitronen (Schale)
- Weißwein
- Butter
- 4 Zanderfilets (dünn mit Haut)
- Bärlauchpesto
- Parmesan

Zubereitung:

Die Nudeln mit den Spargelenden in Salzwasser kochen und die Schalotten glasig andünsten in Butter. Den Spargel (außer die Spitzen, ca. 6 cm) in kleine Stücke schneiden und mit in der Pfanne anbraten. 1 TL Thymian und etwas Abrieb der Zitronenschale dazu geben.

Wenn der Spargel und die Butter in der Pfanne goldbraun angebraten sind, mit Weißwein (ca. 150 ml) ablöschen.

Zanderfilet auf Hautseite salzen und Spargelspitzen mittig halbieren.

Nudeln – al dente gekocht – mit in die Pfanne geben, etwas Weißwein und Butter zugeben. Salzen und pfeffern.

Fisch in separater Pfanne 1 – 2 Minuten auf der Hautseite in Butter anbraten und dann die Spargelspitzen mit in die Fischpfanne geben.

2 TL Bärlauchpesto mit in die Nudelpfanne geben und vermischen.

Fisch ganz kurz umdrehen und dann zum Ruhen auf einen Teller. Spargelspitzen noch in Pfanne salzen und pfeffern.

Anrichten: Nudeln, Fisch darauf, Spargelspitzen, Parmesan, Zitronenschale – pfeffern.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Bricht und Fotos: Karin Wunsam / Blog:
<https://rosenheiminformativ964131957.wordpress.com/>



Kategorie

1. Gastronomie

Schlagworte

1. Bayern
2. BR Fernsehen
3. Chiemgau
4. Köchin Vroni Lutz
5. München-Oberbayern
6. Riedering
7. Rosenheim