



# Selbst ist der Genuss

„Da weiß man, was drinnen ist!“ In ihrem Kochbuch zeigt Joana Gimbutyte, wie man mit selbst gewählten, frischen Zutaten Köstlichkeiten mit viel besserer Qualität herstellt.

Text Stefanie Weissacher Fotos Claudia Plattner, beige stellt

**M**it ihrem Kochbuch „Joghurt, Kefir, Sauermilch & Co. selbst gemacht – Mit und ohne Joghurtbereiter“ setzt sie unnötigem Regal-Gekaufte ein Stoppschild vor die Nase und regt zum Selbermachen an. Ihre Kochlehre begann Joana Gimbutyte mit 21 Jahren nach ihrer Ausbildung als Bratschistin. Seither hat sie sich als Sous-Chefin und Chef-Pâtissière in zahlreichen namhaften Küchen in ganz Österreich bewährt. Seit 2019 steht sie als Küchenchefin und Rezeptentwicklerin für das Koch- und Back-Journal hinter dem Herd, seit 2020 darf sie sich geprüfte Küchenmeisterin nennen – in demselben Jahr wurde ihr der erste Preis des Prix Prato in der Rubrik „Kulinarik Journalismus“ überreicht.

**TIROLERIN:** Was ist Ihre Inspiration fürs Selbermachen?

**Joana Gimbutyte:** Ich bin damit aufgewachsen, dass selber gekocht und gebacken wird. Durch meinen Beruf als Köchin und als Mutter, die für ihre Kinder nur das Beste will, ist die Wertschätzung von selbst gemachtem Essen natürlich gestiegen. Da weiß man, was drinnen ist! Man kann die besten, frischesten Zutaten verwenden

(saisonal, regional) und bestimmt so die Qualität und den Geschmack im Gegensatz zu gekauften Produkten selbst und ernährt sich gesünder.

**Wo wurzelt die Koch-Leidenschaft?**

Ich wollte trotz meiner musikalischen Ausbildung zur Bratschistin nicht als Musikerin in einem Orchester spielen, ich wollte etwas Anderes. Weil ich als Kind so gerne mit Oma Kuchen gebacken und gekocht habe, dachte ich mir, ich lerne Köchin. Das war nicht so entspannt wie in Omas Küche! Die Lehrzeit war nicht immer einfach, aber weil es für mich kein Aufgeben gibt, habe ich mich durchgekämpft und durch diese Herausforderung wahrscheinlich auch meine Leidenschaft fürs Kochen und Backen umso mehr weiterentwickelt. Kochen ist nie fad, man kann immer etwas Neues probieren.

**Ein Tipp für die Hobby-Küche?**

Egal, was man macht: IMMER 100 Prozent geben, auch wenn es gerade schwierig ist. Nicht jammern, sondern immer das Beste aus allem machen. Dann kann man am Ende des Tages in jedem Fall stolz auf seine Leistung sein. Und: Habt keine Angst vor Veränderungen!

## TIROLERIN TIPP



## WILD BERRY GIN

Mit Herr Friedrich Gin aus Brot von gestern

### ZUTATEN

1 Handvoll gemischte Beeren  
1 Limettenscheibe  
150 ml Wild Berry Tonic Water  
200 ml Herr Friedrich Gin  
1 Handvoll Eiswürfel

### ZUBEREITUNG

Limettenscheibe vierteln. Diese mit den Beeren in ein Glas geben. Gin hinzufügen und Wild Berry Tonic darüber gießen. Glas mit Eiswürfeln auffüllen.