

# Kochbuch soll männliche Singles an den Herd locken

**BASEL.** Saltimbocca und Tatar statt immer nur Tiefkühlpizza: Ein neues Kochbuch soll Single-Männern Braten und Backen spielend näherbringen.

Zu faul und ideenlos, um selbst zu kochen? In ihrem Kochbuch «Hey man cook mal» zeigt die Baselbieterin Vanessa Rolli leicht verständliche Kochideen, die höchstens 30 Minuten in Anspruch nehmen. «Ich will den Singles zeigen, dass Kochen nicht so anstrengend und aufwendig ist, wie oft angenommen», so Rolli. Fastfood an einem Date ist für die 22-jährige Studentin ein No-Go: «Tiefkühlpizza aufzutischen ist nicht sehr attraktiv.» Dem pflichtet Gastronom und Moderator Heinz Mar-

got (49) bei: «Kochen ist eine unschlagbare Waffe.» Trotzdem hat der Hobbykoch Verständnis für Kochmuffel: «Heutzutage ist das Angebot an fixfertigen Produkten beim Traiteur riesig. Fertiggerichte sind halt weniger aufwendig.»

Die Rezepte von Rolli sollen trotzdem dazu animieren, ab und an auch für sich selbst zu kochen. Schliesslich seien die Rezepte auf die Bedürfnisse der Zielgruppe abgestimmt: Im Rahmen ihrer Maturarbeit hat sie 200 Männer zu ihren Essvorlieben befragt. Fazit: «Bevorzugt werden schnelle, mediterrane Gerichte und Fleisch.» Nach über drei Jahren Arbeit ist das Werk seit gestern direkt im Onlineshop oder im Regal von Bider und Tanner zu haben.

SUSAN PEDRAZZI

[www.heymancookmal.com](http://www.heymancookmal.com)



In Vanessa Rollis «Hey man cook mal» gibts Rezepte für Romantiker. SUP