



Kiren Kumari Alt-Amrik Singh (links) betreibt das malaysische Restaurant Champor in Bogenhausen seit 22 Jahren. Damit alle Gäste wissen, was sie im Champor erwartet, trägt das Personal Shirts mit der Aufschrift: „Scharf ist scharf. Darling.“ FOTOS: JOHANNES SIMON

Von Jaqueline Lang

Rauch steigt vom Wok auf. Nur Sekunden, nachdem Monthipha Saparp einen gehäuften Esslöffel fein geschnittene rote Chilis hineingegeben hat, beginnt außerdem der Hals vom freigesetzten Reizstoff Capsaicin zu kratzen. Kein Zweifel: Das Pat Grapao, das von der Chef-in des Thai-Restaurants Khanittha im Münchner Werksviertel gerade zubereitet wird, verdient die drei Chili-Symbole, die auf der Speisekarte den Schärfegrad angeben, ebenso wie das Ausrufezeichen hinter dem dabei stehenden Hinweis: „Vorsicht scharf!“

Für die 44-jährige Saparp, die hier alle nur Monthi nennen und mit vier Jahren nach Deutschland gekommen ist, gehört Schärfe zum Leben und damit ausnahmslos in jedes Gericht. Selbst bei Spaghetti Bolognese greift sie zum Chili: „Ich schärfe alles nach.“ Sogar ihren Handrücken zierte ein Chili-Tattoo. Und deshalb, na klar, ist auch das Personalessen, das sie serviert, spicy – so wie es Thais in der Regel mögen. Weil es zu jeder Regel aber bekanntlich Ausnahmen gibt, beschäftigt auch Saparp Thais, die Schärfe nicht so gut vertragen. Die, erzählt die Frau lachend, müssten beim Personalessen dann allerdings an einem separaten Tisch sitzen.

„Wenn Sie nicht scharf essen möchten, bestellen Sie Tamarind-Prawns.“

Wie scharf etwas ist, dazu ist also auch in Thailand das Empfinden subjektiv. Und doch: Gerade in Deutschland, wo vergleichsweise sparsam mit Gewürzen im Allgemeinen und Schärfe im Speziellen umgegangen wird, tun sich Betreiber von Restaurants, die eine Küche anbieten, die traditionell eher scharf ist, zuweilen schwer. Es werde aber besser, das sagen die Gastronominnen, für die man für diesen Text gesprochen hat, übereinstimmend – dank der zunehmenden Reisefreude der Deutschen. Die Frage, wie scharf nun eigentlich scharf ist, die bekämen sie doch gleichwohl alle noch immer regelmäßig gestellt.

Kiren Kumari Alt-Amrik Singhs Antwort darauf: Ein Shirt, das ihre Mitarbeitenden tragen. Darauf steht „Scharf ist scharf. Darling“. Die gebürtige Malaysierin, die 1998 nach Deutschland gekommen ist, betreibt mit dem Champor das einzige malaysische Restaurant in Bogenhausen – und das schon seit nunmehr 22 Jahren. Authentisch hat sie von Anfang an gekocht, „My way or no way“ lautet ihr Motto.

Gerade zu Beginn sei sie damit angeeckt, erzählt sie: Als sie 2005 dazu eingeladen habe, von Bananenblättern zu essen, wie es in ihrer Heimat sehr beliebt ist, sei das Event total gefloppt – niemand habe mit den Händen essen wollen. Ans Aufgeben hat die 57-jährige Alt-Amrik Singh trotzdem nie gedacht und nun, mehr als zwei Jahrzehnte später will sie weniger denn je Kompromisse eingehen: „Ich werde immer mutiger.“ Asiatisch für Fortgeschrittene nennt sie ihre Küche deshalb auch.

Ihre Speisekarte, die ist zum Beispiel seit einiger Zeit nicht mehr unterteilt in Vorspeisen und Hauptgerichte. Einfach, weil man so in Malaysia nicht isst. Dort landen große und kleine Teller auf dem Tisch, es wird geteilt, probiert und ja, auch mit den Händen gegessen. Mix and match and share, so das Credo. Um diese Art zu essen auch in München erfahrbar zu machen, hat sie schon vor einigen Jahren ihre sogenannten Long Tables ins Leben gerufen. Bislang aber eben nur exklusiv, für Freunde des Hauses: An einer langen Tafel kommen hier Menschen zusammen, die Lust auf alles haben, was Alt-Amrik Singh und ihr Team auf-tischen.

Ab September will sie die Events, die in unregelmäßigen Abständen stattfinden – immer mit einem anderen Menü und unter einem anderen Motto – nun für noch mehr Gäste öffnen, eine Mail zu schreiben genügt, um dabei zu sein. Außerdem plane sie ebenfalls ab September immer donnerstags ein „Lunch Project“ nach ähnlichem Prinzip: Fremde teilen sich einen Tisch und Gerichte, Handys sind verboten.

Weil es ihr darum geht, dass sich die Gäste wirklich auf die malaysische Küche einlassen, ist das Menü immer eine Überraschung, so viel aber ist sicher: Veganer und Menschen mit Allergien kommen eher



Prateek Reen (oben) hat mit ihrem Restaurant Madam Chutney indisches Streetfood nach München gebracht. Wenn jemand die Schärfe der Gerichte nicht verträgt, empfiehlt Prateek Reen ihr hausgemachtes Paan-Eis (unten). FOTOS: STEPHAN RUMPF

nicht auf ihre Kosten – und auch, wer nicht scharf isst, könnte es schwer haben. Das gilt allerdings auch für die reguläre Karte, dort steht: „Wenn Sie nicht scharf essen möchten, bestellen Sie Tamarind-Prawns.“ Hinter nahezu allen anderen Gerichten steht der Hinweis „scharf“ oder zumindest „leicht scharf“. Und nun ja: Scharf bedeutet in diesem Fall echt scharf – aber eben auch: echt malaysisch.

Das Pat Grapao wird im thailändischen Restaurant von Monthipha Saparp gelegentlich „nicht scharf“ bestellt. Möglich ist das schon – nur verändert sich eben dadurch das Gericht: Chilis seien „essenzieller Bestandteil“ vieler Gerichte, so Saparp. Auch nachwürzen gehöre dazu. In ihrem Restaurant im Werksviertel wie auch in Restaurants in Thailand steht deshalb immer Folgendes auf dem Tisch: ein Glas mit Zucker, eins mit Chilipulver, in einem anderen ist Essig, im letzten eine Chili-Fischsauce. Diese vier Gläser sind für Saparp mit der Mischung aus Süße, Säure und Schärfe die Essenz thailändischen Essens. Ob auf ihrer Karte ein Gericht steht, das wegen sei-

ner Schärfe immer wieder reklamiert wird? Geang Pa sei so ein „Problemgericht“. Der Grund, vermutet Saparp: Anders als die übrigen Currys wird das sogenannte Urwald-Curry mit Brühe zubereitet und nicht mit Kokosmilch, die die Schärfe abmildern könnte. Wobei man sagen muss: Das grüne Curry, das sie im Khanittha ebenfalls anbieten, bleibt trotz der Kokosmilch scharf. Es anders zu servieren ist eigentlich nicht möglich – zumindest nicht, ohne das Gericht fundamental zu verändern.

Im Champor ist die „Chili Garlic Duck“ ein ähnlicher Fall: Die Ente wird hierfür über Stunden gekocht und danach frittiert, so löst sich nach und nach das Fett. Das Fleisch wird dadurch fester, als viele Gäste das von anderen Enten-Gerichten gewohnt sind. Das bedürfe viel Erklärungsarbeit, sagt Alt-Amrik Singh. Gehacktes Hähnchen samt Knochen hat sie indes schon lange von der Karte genommen – zu viel Arbeit dafür, dass sich ständig Menschen beschwert haben.

Gibt es stattdessen Gerichte, die sie nur den Westlern zuliebe auf die Karte genom-



Die Köchin Monthipha Saparp (oben) bereitet im Wok Pat Grapao zu, die drei Chili-Symbole auf der Karte verdient das thailändische Gericht unbedingt. Sie selbst hat sich sogar eine Schote auf die Hand tätowieren lassen. FOTOS: FLORIAN PELJAK

men hat? Nein, das käme für sie nicht infrage, sagt Alt-Amrik Singh. Anders Kollegin und Freundin Saparp: Bei ihr im Laden stehen mittlerweile mit knusprigem Hühnchen in Süß-Sauer-Sauce und knuspriger Ente in Austernsauce durchaus Gerichte auf der Karte, die in Thailand so niemand isst.

Für die Thailänderin bleibt es eine Gratwanderung: Sie bietet bewusst solche Speisen an, um möglichst viele Gäste glücklich zu machen, andererseits würde sie bei traditionellen Gerichten nie etwas verändern, nur damit es in Deutschland funktioniert – gerade wenn es um Schärfe geht. Und überhaupt: Scharf essen, das könne man lernen, ist Saparp überzeugt. Schaden könne das ohnehin nicht, sei es doch gut für die Verdauung.

Thailändisches oder malaysisches Essen, das ist also mit wenigen Ausnahmen traditionell wirklich scharf. Und wie sieht es mit der indischen Küche aus? Zumindest wenn man Prateek Reen fragt, dann handelt es sich da eher um ein Vorurteil, wenn auch um ein weit verbreitetes. Tatsächlich, so die 39-Jährige, die das Restaurant Madam Chutney in der Münchner Altstadt vor bald zehn Jahren eröffnet hat, seien viele indische Gerichte nämlich nicht unbedingt scharf, sondern vielmehr einfach sehr würzig.

„Ich möchte keine Kompromisse eingehen“, sagt Prateek Reen

Schärfe, etwa durch Chili – und auch hier gebe es geschmacklich große Unterschiede –, sei nur ein kleiner Bestandteil. Deshalb sind die Chilis, die hinter einigen Gerichten im Madam Chutney auf der Karte stehen, laut Reen auch nicht unbedingt ein Hinweis auf den Schärfe-, sondern vielmehr auf den Würze-grad.

Heißt das aber im Umkehrschluss, die Gerichte ließen sich auch weniger scharf servieren? Klares Ja: Zwar sei es möglich, so Reen, Schärfe rauszunehmen, das „Geschmacksprofil“ dürfe sich dadurch jedoch nicht verändern. Sie versteht sich als Botschafterin ihres Landes, schon allein deshalb legt sie Wert darauf, die traditio-

nellen Gerichte im Kern zu bewahren. Warum dann andere indische Restaurants immer noch verwestlichte Gerichte anbieten? Aus Sorge, die Gäste könnten wegb bleiben, vermutet Reen. Das dürfte auch für die Betreiber anderer asiatischer Restaurants gelten, chinesische zum Beispiel.

Reen selbst indes sucht nicht nach Bestätigung, zumindest nicht in erster Linie: Wenn die Gerichte ihren Gästen so schmeckten, wie sie diese zubereite, dann sei das für sie das größte Glück, sagt sie. Etwas zu verändern, nur damit es Menschen im Westen essen, das möchte sie indes nicht. „Ich möchte keine Kompromisse eingehen“, sagt sie. Und der Erfolg gibt ihr recht: 2024 war sie Teil der viel beachteten BR-Dokuserie „Alles außer Kartoffeln“, im Herbst erscheint sie ihr erstes Kochbuch. Das Thema, na klar: authentisch indisch kochen. Es gibt nämlich – auch wenn das selbst im Madam Chutney der Verkaufschlager ist – noch deutlich mehr als Butter Chicken.

Und mal angenommen, man hätte sich in einem der Münchner Restaurants an einem typisch indischen, thailändischen oder malaysischen Gericht probiert und plötzlich glüht der Kopf – was können die Expertinnen empfehlen? Saparp rät zu rohem kaltem Gemüse wie Gurken oder Thai-Auberginen, aber auch zu in Wasser aufgelöstem Palmzucker. Alt-Amrik Singhs Tipp, damit es dazu gar nicht kommt: Nicht sofort den Reis und das Gericht verengen, dann nämlich lasse sich die Schärfe nicht mehr durch mehr Reis regulieren. Wenn die Bedienung also den Reis vor einen und das Curry etwas weiter von einem wegstellt, dann habe das schon seinen Sinn. Langsam rantasten, das wäre also ihr erster Tipp. Wenn das nicht klappt, bringt Alt-Amrik Singhs Personal Vanilleeis.

Und die Inderin Reen? Die empfiehlt in solchen Fällen ihr Paan-Eis, dazu Rosensirup und kandierte Fenchelsamen. In Indien würde man sich eines der grünen, gefalteten Blätter nach dem Essen als Erfrischung in den Mund schieben. Der Haltbarkeit wegen verarbeitet Reen die importierten Blätter lieber gleich weiter. Manche Dinge müssen eben doch an den deutschen Markt angepasst werden – nur eben ohne den Geschmack zu verändern.

ANZEIGE

SZ Media Bayern

Veranstaltungen

Tag der Gesundheit – Medizin im Dialog

Probleme mit dem Sehen? Schmerz das Knie? Das Herz ist aus dem Takt? Wir laden alle Leserinnen und Leser herzlich ein! Fachärztinnen und Fachärzte informieren in Vorträgen – praxisnah, verständlich und kostenlos: Orthopädie – Knie, Schulter, Hüfte & mehr, Augenmedizin – Sehen im Alltag und im Alter, Zahnmedizin – gesunde Zähne, Neues aus der Implantologie und weitere Themen, die Sie bewegen. Vor Ort können Sie Fragen stellen und persönlich mit den Expertinnen und Experten ins Gespräch kommen.

Termin und Ort: 17.10.2026, 10–16 Uhr, SZ-Hochhaus, 81677 München, Hultschiner Str. 8

Referierende, Aussteller und Anmeldung unter:
sz.de/ad/gesundheit

Live: Dr. Tobias Weigl

Foto Dr. Weigl: Marta Urbanelli

Süddeutsche Zeitung