



**SRI LANKA:**  
«Joga» Ragu vom  
«New Ceylon Take  
Away» kocht hervor-  
ragend und günstig.



**GUT GEWÜRZT:** Die landestypischen Gewürze sind der Schlüssel zu jeder fremden Küche.



**MEXIKO:** Bei Dora Cecchini im «Sombrero Latino» kann man alles für ein mexikanisches Essen kaufen – oder sich von ihr bekochen lassen.

## Die Baselstrasse lebt

Die Baselstrasse ist die farbigste Strasse Luzerns, aber auch die fremdartigste. **KULINARISCHE FÜHRUNGEN** sollen deshalb Einheimische und Ausländer einander näher bringen. Denn der Bauch entdeckt das Fremde schneller als der Kopf.

TEXT: HEINZ SCHMID FOTOS: CHRISTOF SCHÜRPF



**BESSER ALS JEDER SUPERMARKT:** Nicht alle fremdländischen Produkte sind billig. Aber Beratung und Rezeptvorschläge der Spezialisten sind gratis.

Fremde sind Freunde, die man noch nicht kennen gelernt hat. Besonders in der Luzerner Baselstrasse. Hier hofften Bürgerrechtslose aufs Luzerner Stadtbürgerrecht. Hier fanden italienische Gastarbeiter eine bescheidene Bleibe. Hier treffen sich heute Menschen aus der halben Welt – ausser Schweizer.

Fremde werden heimisch, Einheimischen wird die Baselstrasse fremd. Da versucht «Shop and Food» (siehe Box), eine Brücke zu schlagen. Die Eltern von Projektleiter Jesus Turino sind Spanier. Er kennt das Problem: «Niemand wagt den ersten Schritt. Aber wenn die Barrieren mal gefallen sind, entwickelt sich eine Eigendynamik. Wie damals bei der Kappeler Milchsuppe.» (Im Mittelalter brachten reformierte Zürcher Brot und katholische Innerschweizer Milch für ein Mahl, anstatt zu kämpfen.)

Ob aus Asien, Afrika, Südamerika oder dem Balkan – die Lebensmittelgeschäfte erfüllen eine wichtige soziale Funktion. Denn ohne heimische Produkte fühlten sich die

Leute in der Schweiz noch viel einsamer. Aber von ihren Landsleuten allein können die Ladenbesitzer nicht leben.

Doch viele Schweizer wagen sich kaum in die Läden. Fürchten, dass sie sich nicht ungestört umschauen dürfen oder sich mit ihrer Unkenntnis lächerlich machen. Und merken gar nicht, was sie verpassen. Das Essen ist ein wichtiger Teil des Lebens, das Einkaufen aber auch. «Ob schwarz oder weiss ist mir egal», meint Ali Bakayoko, «es gibt nur eine Art Kunden, die ich nicht mag: Jene, die direkt zum Gestell gehen, zielbewusst die Waren in den Einkaufskorb legen, an der Kasse bezahlen, das Geschäft wieder verlassen. So macht Einkaufen doch keinen Spass.»

#### EIN STÜCK HEIMAT

Denn sein «Carlo Bazar» ist mehr als ein Laden. Er ist Treffpunkt, er ist Heimat. In Afrika ist die Familie gross, niemand lebt allein. In der Fremde werden Freunde zur Ersatzfamilie. Eine Familie ohne Grenzen, aus Malawi, vom Kongo, von der Elfenbein-

küste. Die Verbindung zur Heimat sind Computer und Internet – und die Esswaren in den Gestellen oder dem Tiefkühler: frische Yam-, Taro- und Maniokwurzeln, Kochbananen, getrocknete Fische und geräucherte Poulets, Palmöl und Fufu-Mehl. «Bei uns wird noch richtig gekocht und nicht bloss aufgewärmt», meint Ali stolz, «ihr Schweizer habt Uhren, wir haben Zeit.»

Zeit auch für die Schönheit. Im Africa Shop gibts neben Lebensmitteln auch Schönheitsprodukte – und einen einfachen Stuhl, um die aufwändigen Zöpfchenfrisuren knüpfen zu lassen. Keine verlorene Zeit, sondern eine ideale Gelegenheit für ausgiebiges Palaver.

Mehr zu schwatzen als zu kaufen scheint man auch im «Caribbean Shop». Doch Orlando Burgos stört dies keineswegs. Gebannt, aber alles andere als wortlos schauen er und seine Freunde aus der Dominikanischen Republik auf den Bildschirm – ein Fussballspiel aus ihrer Heimat,



**BALKAN:** Bei Dragan Lazarevic von «LDM» gibts von Canja-Salami bis Paprikawurst alles.

live per Internet. Nicolas nimmt eine Flasche Anis Confité aus dem Tiefkühler, reicht sie reihum, während er die verschiedenen Produkte erklärt: die süsse Melaza, die mysteriöse Kräutermischung Mama Juana. «Darum bin ich so stark», meint er stolz. Ein ernst zu nehmender Geheimtipp.

Dora Cecchini hat ihren Mann in Mexiko kennen gelernt, ist ihm in die Schweiz gefolgt. Zweimal Liebe auf den ersten Blick: ihr Mann und Luzern. Und das beste Mittel gegen Heimweh: «El Sombrero Latino», voller Produkte aus ihrer alten Heimat, aber auch aus Peru, Kolumbien und Brasilien: Bohnen und Kaktusblätter, Inca Kola und Chicha Morada, Mais und Maismehl. Schon zur Zeit der Azteken wurden über 2000 verschiedene Maissorten angebaut, für Tortillas, Tomales und Getränke.

An einem Holztisch kann man sich setzen, von der Shopping Tour erholen. Während Dora in der kleinen Küche verschwindet, mit Grossartigem zurückkehrt. Am ersten und letzten Mittwoch im Monat >

## Rezepte zum Sammeln SPEZIALITÄT



### Kottu Roddi (Sri Lanka)

**ZUBEREITUNG:** Mehl, Butter, Eier und Salz mit Wasser mischen, bis eine Art Pizzateig entsteht. In etwa ein Dutzend Portionen unterteilen. Jeweils dünn auswallen, in der Luft hin und her werfen, bis der Teig so dünn wie möglich ist. Zusammenfallen, bis er in die Bratpfanne passt. In Sonnenblumenöl beidseitig goldgelb anbraten, in Würfel schneiden, zur Seite stellen.

Lauch, Zwiebeln, Peperoni, Weisskohl, Chilischoten und je nachdem Rüebli oder anderes Gemüse fein schneiden und in Sonnenblumenöl anbraten. Mit den Teigwürfeln und ein paar Curryblättern mischen, ganz klein schneiden und in einer Bratpfanne nochmals aufwärmen.

Mit gerösteten Sesamsamen, Curryblättern und Peperonistreifen dekorieren.

Das gehackte (Kottu) Roddi wird statt Reis serviert und zusammen mit Gemüse- und Fleischcurrys gegessen.

#### ZUTATEN

für 4 Portionen

- 1 kg Weissmehl
- 100 g Butter
- 8 Eier
- 1 TL Salz
- Sonnenblumenöl
- 1 Lauch
- 1–2 Zwiebeln
- 100–200 g Weisskohl
- 1 Peperoni
- 3 Chilischoten
- Curryblätter

**Vorbereitungszeit:** 30 Minuten **Kochzeit:** 15 Minuten **Schwierigkeitsgrad:** mittel

Rezepte zum Sammeln **SPEZIALITÄT**

## Fajitas (Mexiko)

**ZUBEREITUNG:** Fleisch in Streifen schneiden und mindestens ein paar Stunden marinieren. In Maiskeim- oder Erdnussöl anbraten, fein geschnittene Zwiebeln und Peperoni dazugeben, mit Chili, Kümmel, Thymian, Limettensaft und Salz und Pfeffer würzen. Sofort servieren.

Dazu gehören folgende Zutaten:

- Mexikanischer Reis: Ähnlich wie ein Risotto mit Hühnerbouillon kochen, aber noch eine gehackte Zwiebel, ein paar gehackte Knoblauchzehen, fein geschnittene Rüebli, grüne Erbsen und pürierte Tomaten dazugeben. Mit Koriander und Chilis dekorieren.
- Mexikanische Bohnen: Borlottibohnen kochen, pürieren und mit etwas Knoblauch und angebratenen Speckwürfeli mischen.
- Guacamole: Avocadopüree mit Tomaten- und Zwiebelwürfeli mischen und mit Limettensaft, Koriander und Salz würzen.
- Salsa picante: Auf Tomaten-Chili-Basis, kann fertig gekauft werden.
- Tortillas und Tortillachips: Können ebenfalls fertig gekauft werden.

**ZUTATEN**  
für 4 Portionen

- 3 Peperoni (rot, gelb und grün)
- 1–2 Zwiebeln
- 2 Jalapenos- oder andere Chilis
- 500 g Rinds- oder Pouletfleisch
- 1 TL Kümmelpulver
- 1 TL Thymian
- 2 EL Limettensaft

**Marinade:**

- 1 Beutel (35 g) Fajitengewürz, z. B. Old el Paso
- Olivenöl
- Essig
- Limettensaft

**Vorbereitungszeit:** 45 Minuten **Kochzeit:** 60 Minuten **Schwierigkeitsgrad:** einfach



**SRI LANKA:** Bei der Familie Thomas gibts nicht nur Sachen zum Essen.



**MANIOKWURZELN:** Sie sind sehr nährstoffreich, ob gemahlen oder geröstet.



**GEMÜSEBANANEN:** Obwohl oft Kochbananen genannt, schmecken sie roh gut.



**ELFENBEINKÜSTE:** «Carlo Bazar» von Ali Bakayoko ist mehr als ein Laden. Für ihn und seine afrikanischen Freunde ist er Treffpunkt, ist er ein Stück Heimat.

gibts sogar ein echt mexikanisches Frühstück, mit Zimt und Palmzucker im Kaffee.

**MAIS UND REIS**

Was Mais für Mexiko, das ist Reis für Sri Lanka. 10000 Reissorten soll es weltweit geben, einige davon findet man zu günstigen Preisen in den asiatischen Geschäften an der Baselstrasse. Man riecht, dass Curry mehr als ein gelbes Pulver ist. Und im «Thomas Shop» sieht man, dass bei den Tamilen die Liebe nicht nur durch den Magen geht. An den Wänden indische Musikvideos, in Glasvitriolen Goldschmuck aus Singapur, unter der Decke farbenfrohe Saris und Kinderkleider. Nicht nur wegen seiner Frau und der beiden Kinder. Geht man der Nase nach, findet man allerlei Köstlichkeiten aus Sri Lanka und Indien: gefrorene Krabben und frische Fische, Mango und Schlangenbohnen, Chutneys und Gewürzpasten, gelbe, rote und schwarze Linsen, verdauungsfördernde Paan-Blätter. In Sri Lanka ist das Essen auch Medizin.

Gold und Videos auch im «Shankeetha Asian Shop». «You are welcome» steht an der Tür, «jeden Tag 10% Rabatt» an der Wand. Die Fische kommen aus Sri Lanka, viele Gemüse aus Italien, Freiland Eier aus der Schweiz. Viel Arbeit für Anthonipillai Marian, der zusätzlich noch im Kantonshospital arbeitet. Klagen tut er nicht, ausser wenn es um die Polizei geht: «Da kommen meine Kunden von weit her, um günstig einzukaufen, halten kurz an, um die Ware einzuladen – und schon ist die Polizei mit einer teuren Busse zur Stelle. Kein Wunder, wenn ein Kunde nicht mehr zurückkehrt.»

Wer hingegen mal bei «Joga» Ragù einkehrte, kehrt immer wieder zurück. Erst kürzlich hat er sein «New Ceylon Take Away» eröffnet, es mit Geschmack und viel blauer Farbe verschönert. Doch bereits im März muss er wohl wieder raus. Welcher Schweizer würde so viel Energie für solch kurze Zeit in ein Restaurant stecken? Doch Joga glaubt an Gott – und an seine Küche. Sieben Tage pro Woche ist sein kleines



**WIE IN GROSSMUTTERS VORRATSSCHRANK:** Eingemachtes verkürzt das Kochen.

## LADENADRESSEN UND INFOS ZUR FÜHRUNG «SHOP AND FOOD»

**AFRIKA:**

- 63 – Africa-Shop  
Tel. 041 240 67 54
- 74 – Carlo Bazar  
Tel. 041 240 13 23

**BALKAN:**

- 34 – Rexhep Krasniqi  
Tel. 041 241 12 09
- 47 – LDM Market  
Tel. 041 240 23 63
- 76 – L.T.H. Früchte & Gemüse  
Tel. 041 240 53 03
- 82 – Top Marché  
Tel. 041 240 36 39

**MEXIKO & KARIBIK:**

- 68 – Caribbean Shop  
Tel. 041 240 45 26
- 74 – El Sombrero Latino  
Tel. 041 240 08 80

**SRI LANKA:**

- 40 – Shankeetha Asian Shop  
Tel. 041 240 61 42
- 47 – N.R.S. Supper Market  
Tel. 041 240 09 22
- 59 – ADSA  
Tel. 041 240 61 22
- 80 – Thomas Shop  
Tel. 041 240 65 83
- 13 – (Bernstr.) New Ceylon Take Away  
Tel. 041 240 39 08

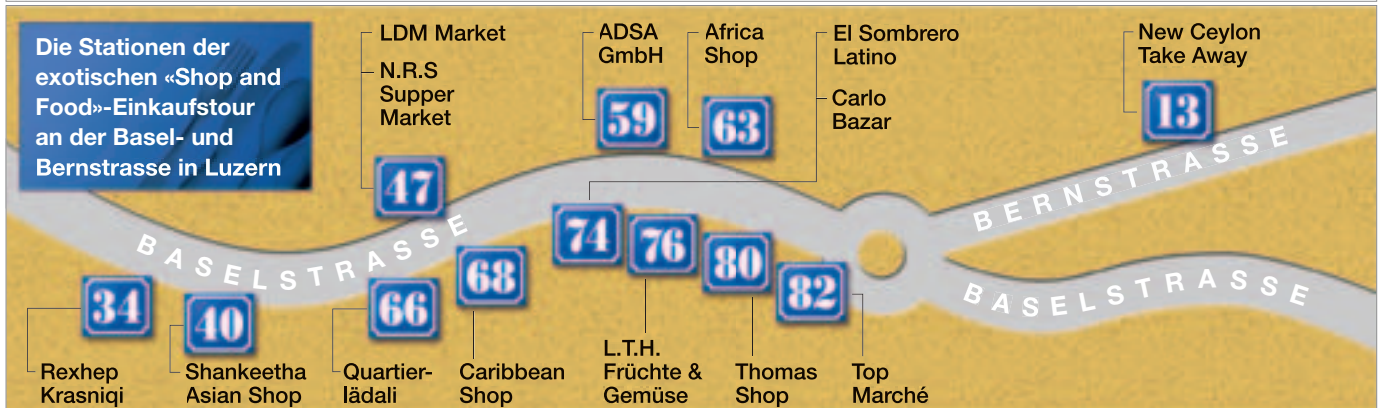
**SCHWEIZ:**

- 66 – Quartierlädali  
Tel. 041 240 18 42  
Lebensmittel, Frisch- und Bioprodukte,  
Getränkesservice, Hauslieferdienst

**INFORMATIONEN ZUR FÜHRUNG:**

«Shop and Food», 16- bis 24-mal pro Jahr. Kosten: 47 Franken pro Person (Führung durch verschiedene Geschäfte mit Kostproben und afrikanischem, indischem oder mexikanischem 3-Gang-Menü). Spezialführungen für Gruppen (10–20 Personen).  
Tel. 041 240 94 79

- [www.shopandfood.ch](http://www.shopandfood.ch)
- [www.untergrundgang.ch](http://www.untergrundgang.ch)

**SPAZIEREN UND DEGUSTIEREN**

Reich geöffnet. Das beste indische Restaurant weit und breit – und weitaus das billigste. Das Menü zu zwölf einhalb Franken, auch abends. «Warum soll ich abends mehr verlangen, es ist ja dasselbe Essen?»

Günstig sind auch die Balkan-Läden. Eine friedliche Angelegenheit, vergessen sind die Kriegswirren. Dragan Lazarevic vom «LDM Market» ist Serbe, doch auf seine Kundschaft habe dies keinen Einfluss: «Schliesslich kommen wir alle aus dem ehemaligen Jugoslawien, essen dieselben Sachen, würzen alle mit Vegeta. Beim Essen finden wir uns, Streit kennen wir nicht.»

**BILLIGER ALS DIE MIGROS**

Keine Schwellenangst braucht man bei Krasniqi Rexhep zu haben. Kisten mit Kabisköpfen, Paprikaschoten, Gurken und Bananen quellen bis aufs Trottoir hinaus. «Nicht so grosse Auswahl wie bei der Migros», räumt der Mann aus dem Kosovo ein, «dafür billiger». Rindsnieren für drei Fran-

ken pro Kilo, Pouletschenkel für fünf einhalb. Wer bescheiden lebt, braucht keine hohe Marge. Wer in der Schweiz über hohe Fleischpreise klagt, ist selber schuld.

Friedlich gehts auch beim Serben Peter Rakic und bei seiner Schwester Milica zu. In ihrem «Top Marché» steht kroatischer Wein im Gestell, türkisches Fladenbrot neben Brot vom «Bäck» in Littau, Basmati- neben Vialone-Reis, Paprika- neben Bratwürsten. Drei Viertel der Produkte stammen aus der Schweiz. «Wir sind hier nicht in einem Ghetto, sondern in einem vielfältigen Quartier. Wir müssen für alle etwas führen», meint Peter. Während seine Schwester eben eine dunkelhäutige Schönheit bedient: «Bruchsch du Sack oder häsch du Platz?»

Das Menschliche steht auch im «Quartierlädali» im Mittelpunkt, seit 18 Jahren. Viele Einsame kommen in den Laden, nicht nur wegen des Einkaufens. Mit Töfflis wird die Ware nach Hause gebracht. Unter der Glastheke eine beeindruckende Käseaus-

wahl, an der Pinwand ein bunter Zettelsalat: offene Rechnungen. Kein Problem. Wer seine Kunden kennt, kann ihnen vertrauen.

**TEIGWARENPIONIER**

An die italienischen Gastarbeiter in der Baselstrasse erinnert heute fast nur noch der kleine Laden «Safrà», wo die Gebrüder Kolly seit über 30 Jahren frische Teigwaren herstellen. Nicht weit von der Stelle, wo 1846 die erste Teigwarenfabrik der Schweiz eröffnet wurde. Heute versuchen Leute aus aller Welt in diesem Randgebiet Luzerns heimisch zu werden und gleichzeitig ihre Identität zu bewahren. Nicht zuletzt durch das Essen. Hier, wo noch vor 25 Jahren die Firma Hochstrasser ihren Kaffee röstete, den «Negerli ganz fein». Doch wenn aus dem «Negerli» Menschen werden, fürchten sich viele vor dem Fremden und den Fremden. Das Kulinarische kann dies ändern. Denn der Bauch entdeckt das Fremde schneller als der Kopf. <