



## Die Schreibküchen- chefin empfiehlt: Sammelt kochende Verben!

Schwitzende Verben können auch kochen. Wenn ich schneide, schmurgle, abschrecke und portioniere - könnte ich vom Tortenbacken erzählen oder vom Schreiben eines Textes.

Meine Schreibenregung für alle, die ihre Texte anschwitzen, kneten und präsentieren wollen. Oder sich in ein Thema vertiefen möchten.

Von Ilona Matusch

Ist euch schon mal aufgefallen, wie eng verwandt Verben rund um das Kochen mit den Schreibverben sind? Ich wurde mir dessen während einer Morgenreflexion 2019 bewusst. Rückblickend spreche ich gerne von der Geburtseinleitung meiner kleinen feinen Schreibküche. Ich habe beim Schreibdenken über meine berufliche Ausrichtung irgendwie nebenbei begonnen, Zeitwörter zu sammeln. Es hatte drei Auswirkungen auf mich:

- 1 Es entstand eine angenehme Achtsamkeitsübung, die mich von meinen im Kopf kreisenden beruflichen Zukunftsängsten und Sorgen befreite. Es ist dieses Konzentrieren auf nur eine Aufgabe, die da lautet: Zeitwörter rund um das Kochen finden und aufschreiben. Assoziieren, im Kopf das Alphabet durchgehen, von einem neuen Geistesblitz zum nächsten springen, ganz unterschiedlich.
- 2 So nebenbei flammten kulinarische Erinnerungen auf – festgehalten auf einem Extrablatt für die eine oder andere aromatische Petitesse. Gilt das als Food Writing?
- 3 Es ist eine wertvolle Synonym-Liste entstanden, die ich nutze, wenn mir die Fadesse in meinen Zeilen entgegengähnt.



### SYNONYM-SCHUMMELZETTEL

Meine Verbliste rund um das Kochen wurde zu meinem ganz persönlichen Synonym-Schummelzettel, wenn es um das Schreiben geht. Kein Text von mir, ohne dass nicht auch etwas darin gekocht wird. Denn wenn wir schreiben, bereiten wir etwas zu. Die Wörter sind die Zutaten für das Gericht, das wir kochen, ähm schreiben.



### SCHREIBEINLADUNG: KOSTEN UND NACHKOCHEN

Meine (stetig wachsende) Liste möchte ich mit euch als Inspiration teilen. Ihr schreibt immer wieder zu einem bestimmten Thema? Und ihr wollt dabei frisch bleiben und sucht Abwechslung? Erstellt eure persönliche Verbsammlung. Das Tischlerhandwerk bietet sich an, das Schneidern, das Musizieren oder Gärtnern und natürlich auch das Gehen oder Wandern.

## Ein Auszug aus meiner Kochverbsammlung

kochen · braten · dünsten · schmoren · köcheln · simmern ·  
 anschwitzen · schneiden · raspeln · schnipseln · schnippeln · kneten ·  
 formen · ausstechen · gehen lassen · streichen · einschneiden ·  
 schälen · schröpfen · abschuppen · frittieren · glacieren · überbacken ·  
 gratinieren · dekorieren · anrichten · warmhalten · ausnehmen · füllen ·  
 panieren · backen · brutzeln · ziehen lassen · schmurgeln · einkochen ·  
 reduzieren · schmelzen · rupfen · beizen · portionieren · abwiegen ·  
 wiegen · messen · aufgießen · eingießen · rühren · einrühren ·  
 anrühren · verrühren · unterrühren · sieben · zuckern · salzen ·  
 pfeffern · anzuckern · karamellisieren · überbacken · grillen ·  
 mehlieren · tomatisieren · paprizieren · mischen · mixen · vermengen ·  
 vermischen · emulgieren · binden · eindicken · klopfen · spicken ·  
 ausnehmen · abziehen · überbrühen · einreuxen · dämpfen · hacken ·  
 klein hacken · grob hacken · einfrieren · anfrieren ·  
 schockfrieren · abschrecken · filetieren · tournieren · plattieren ·  
 flambieren · unterheben · entgräten ·

© Ian Ehm



Ilona Matusch (Wien, Reichenau/Rax), Trainerin für kreatives Schreiben und praktisches Schreibhandwerk für Unternehmen und Privatpersonen, Journalistin, freie Lektorin für integrierte Kommunikation mit Schwerpunkt Newsroom. Zwei Jahrzehnte Unternehmenskommunikatorin, operativ, strategisch und in leitender Funktion. Kommunikationsberaterin für Vision, Reflexion und Innovation. Studiert Bildungswissenschaft und begleitet Studierende im Schreibprozess. Mehr auf [ilonamatusch.at](http://ilonamatusch.at) & [schreibkueche.at](http://schreibkueche.at)