

## Im Hauptgang

Auch nach der Insolvenz von „Jamie's Italian“ im Mai dieses Jahres scheut Jamie Oliver, heute 44, die Nudel nicht



## „Nach der Insolvenz half nichts. Kein Alkohol, kein Freund, nicht einmal meine Frau“

Er hat 45 Millionen Kochbücher verkauft, das britische Schulessen revolutioniert und dem Zucker den Kampf angesagt: Anlässlich des 20-jährigen Jubiläums als „Naked Chef“ traf unser Autor **Jamie Oliver**, den mächtigsten Küchenapologeten unserer Zeit, auf einen Ritt durch das Alphabet seines Lebens

EIN INTERVIEW VON **JÖRG HARLAN ROHLEDER**

**L**ondon, ein Mittwoch im August. Jamie Oliver, der erfolgreichste Fernsehkoch der Welt, hat anlässlich seines neuen Kochbuchs zum Lunch geladen. Jamie Oliver ist längst mehr als ein Koch. Mehr als der Boy, der einst auf seiner Vespa durch Cool Britannia rollte, um wenig später für Tony Blair in Downing Street Nummer zehn zu kochen. Er wurde erst berühmt. Dann reich. Dann Aktivist. Kein Koch vor oder nach ihm hat sich mehr darum bemüht, was wir essen, wie wir essen und welche Folgen unser Essen für uns und die Welt hat. Aber keine Geschichte des Aufstiegs kommt ohne einen Schatten daher: Im Mai dieses Jahres musste Jamie Oliver 23 Filialen seiner Restaurantkette „Jamie's Italian“ schließen. Zum 20-jährigen Jubiläum als „Naked Chef“ bat FOCUS den heute 44-jährigen Mann aus Essex zu einem schnellen Ritt durch das Alphabet seines Lebens.

### A wie Avocado

**Herr Oliver, Ihr neues Kochbuch heißt „Veggies“. Vielleicht können Sie mir erklären, wann aus der Avocado das Supergemüse du Jour wurde?** Nicht aufs Jahr genau, nein. Was ich allerdings weiß, ist Folgendes: Im vergangenen Jahr wurden in Großbritannien mehr Avocados als Orangen verkauft. Die Leute drehen durch. **Erinnern Sie sich an Ihre erste Avocado?** Selbstverständlich. Sie wurde ins Pub meines Vaters geliefert, und niemand wusste, was das sein soll: eine Frucht, außen schwarz, grob texturiert und hart – aus heutiger Sicht viel zu hart, aber das wussten wir damals nicht. **Und?** Innen war sie grün, gelb und köstlich. Es mussten jedoch Jahre vergehen, bis ich kapierte, wie nährreich und vielseitig die Avocado ist. **Leider bedarf es 1000 Liter Wasser, um diese Frucht reifen zu lassen. Eine ermüchternde Bilanz. Allerdings würden meine Kinder für eine Avocado sehr gern auf das sonntägliche Wannenbad verzichten. Meine auch (lacht).**

### B wie Book

**In „Veggies“ ist Gemüse das neue Fleisch. Haben Sie Angst, dass Ihre männlichen Fans sich beschweren?** Wussten Sie, dass ich „Veggies“ schon vor acht Jahren geschrieben habe? **Warum haben Sie es nicht früher veröffentlicht?** Weil es nicht in die Zeit ►

Foto: Harry Borklen/Contour by Getty Images



passte. **Verraten Sie uns Ihr Lieblingsgemüse?** Die Aubergine, wenn auch nur an diesem Mittwochmorgen ... **leider wurde diese in meiner Kindheit von der Tante zu Tode gekocht!** Ebenso geschah es in England. **Möglicherweise sind sich die beiden Länder viel ähnlicher als befürchtet.** Meine Rede! Beide Länder mögen Bier und Fußball, sind eher rosa bis blass und verteidigen die heimische Küche – obgleich sie in beiden Ländern eher überschaubar ist. **Immerhin geht der Fleischverbrauch pro Kopf nach unten.** Vergleichen Sie nicht heute mit vor fünf Jahren, vergleichen Sie heutige Standards mit der Lebenswelt unserer Großeltern. Damals wäre nie jemand auf die Idee gekommen, zwei- oder gar dreimal am Tag Fleisch zu essen. Der heutige Konsum ist in allen Belangen schlichtweg obszön. Und einfach nur ungesund: für den Menschen, für das Tier, für die Nährstoffkette und nicht zuletzt für unsere CO<sub>2</sub>-Bilanz! **Sollten 250 Gramm Hühnerbrust mehr als drei Euro kosten?** Unbedingt! Denn die Kampfpreise, die heute vom Discounter aufgerufen werden, sind nicht nur moralisch erbärmlich – sondern schlicht und einfach ungesund. Für Mensch und Huhn wohlge-merkt. **In Deutschland wird gerade diskutiert, ob die Mehrwertsteuer auf Fleisch von sieben auf 19 Prozent angehoben werden soll.** Persönlich denke ich, dass eine Demokratie der Verantwortung für das Wohlergehen ihrer Bürger nachkommen sollte. Aber die Frage, ob Steuern ein probates Mittel darstellen, sollen andere beantworten.

**C wie Cool Britannia**

Lassen Sie uns einen Moment in den Neunzi-geren schwelgen: **Im Radio lief „Wonderwall“, David Beckham machte Fußball sexy, Damien Hirst erfand die zeitgenössische Kunst neu, und Sie definierten, wie Cool Britannia zu schmecken hat.** Ach, das tut gut! Reden Sie weiter! Bitte! **Selbst Tony Blair verliebte sich in den Jungen aus Essex, der seine Vespa so rotzig vor Downing Street number ten parkte.** Jetzt haben Sie mich! **Und?** Ich verrate Ihnen ein Geheimnis: Als ich zum ersten Mal dort kochte, gab es nicht einmal ausreichend Teller! **Und:** Es wurden nicht einmal die Unkosten beglichen. **Was haben Sie denn serviert?** Ravioli in Salbeibutter als Vorspeise. **Der Hauptgang?** Seebarsch mit Kräutern. Dazu: köstliche Kartoffeln, noch mehr Kräuter, Butter, Öl – und wil-

de Pilze. **Das Dessert?** Irgendwas mit Schokolade. **Wie kam das Menü an?** Ziemlich gut, allerdings hatte ich durchaus auch Glück. **Warum?** Weil ich nicht vorgewarnt wurde, dass der italienische Premierminister zu Gast sein würde. Kein Koch würde wagen, für einen echten Italiener Ravioli in Salbeibutter zu kochen – zumindest keiner, der bei Sinnen ist. **Wenn man sich Ihre Biografie anschaut, könnte man meinen, Sie hätten des Öfteren Glück.** Fair enough (*lacht*).

**D wie Diet**

**Die kulinarischen Buzzwords unserer Zeit lauten: Paleo, Vegan, Low Carb, No Carb, Rohkost, laktose- und glutenfrei. Interessieren Sie sich für zeitgenössisch-kulinarische Moden?** Nein. Zumindest nicht in Form von Hypes oder Trends. **Warum dann „Veggies“?** Einspruch! Ich habe Ernährungswissenschaften studiert – und die Sehnsucht nach Wahrhaftigkeit ist auch das Thema, das mich umtreibt. **Okay.** Schauen Sie sich um: Wir sitzen hier im Hauptquartier von Jamie Oliver, vorn sehen Sie die Küche, hinter uns arbeitet meine Küchen-Crew an meinen Büchern, den Produkten, unseren Visionen. Im Stockwerk über uns sitzt die Produktion, TV und Social Media, also die Spezialisten, und die reagieren mehr und mehr auf all die falschen Wahrheiten, die über den Menschen und dessen Ernährung in die Welt posaunt werden. **Team Jamie gegen die Fake Food News.** Genau. Wenn ich Ihnen all die Unwahrheiten zum Thema Essen und Ernährung aufzählen und widerlegen würde, die in den vergangenen Monaten allein in England verbreitet wurden, sprengt das den Rahmen dieses Gesprächs. **Und wir sind erst bei D ... wie Diet!** **Würden Sie eher auf Zucker oder auf Fleisch verzichten?** Wenn ich ein Arschloch wäre, würde ich jetzt erklären, dass Zucker überall vorkommt. **Also?** Zucker!

**E wie Eating**

**Verraten Sie unseren Lesern ein Gericht, das Sie gerade besonders begeistert?** Irgendetwas aus Indien, einfach nur, weil ich gerade dort war. Wir haben so viel Street-Food am Straßenrand probiert, es war fantastisch. **Was war am beeindruckendsten?** Der selbst-



**Millionen**  
Die Anzahl der Pfannen und Töpfe, die unter dem Label Jamie Oliver verkauft wurden

verständliche Umgang mit Essen als gemeinschaftsstiftendes Element. Als wir in Delhi ankamen, wurde ich gefragt, ob ich im zweitgrößten Sikh-tempel der Welt kochen würde. Zusammen mit zwei Köchen, rein vegetarisch, allerdings für 10 000 Menschen. **Und?** Am Ende bewirteten wir in zehn Sitzungen á 1000 Menschen – ein überwältigendes Erlebnis. Millionäre saßen neben Bett-

lern, Hausfrauen neben Heiligen. Nichts versöhnt Menschen so sehr wie ein gemeinsames Essen. **Verraten Sie uns, was Sie beim ersten Date Ihrer späteren Frau Jools serviert haben?** Backhähnchen mit Speck und Kartoffeln, ein Klassiker meines Dads. **Der anscheinend funktionierte.** Was an der Sauce lag. **Weshalb?** Die meisten Menschen verlangen bei solch einem Dinner nach Messer und Gabel, aber nicht meine Jools. Ihr wichtigstes Instrument bei Tisch war schon immer der Löffel. Mein Mädchen ist verrückt nach Sauce. **Bekommen Sie wenigstens Ärger, wenn Sie hier derart intime Details ausbreiten?** Ich bitte Sie!

**F wie Family**

**Aufgewachsen sind Sie im elterlichen Pub in Clavering, Essex. Welches Gericht beschreibt den Geschmack Ihrer Kindheit am besten?** Eine gefüllte Hühnerbrust, die immer auf der Karte des „Cricketers“ stand. **Nicht gerade klassisches Pub-Food.** Schön, dass Sie das erkennen! **Gibt es das Pub noch, in dem Jamie Oliver als Achtjähriger seine ersten Zwiebeln schnitt?** Was denken Sie denn? **Wer war der Koch im Hause Oliver?** Mein Dad. **Beraten Sie ihn manchmal bei der Wochenkarte?** Dafür ist er zu stolz! **Es heißt, Jamie Oliver habe im Pub der Eltern gelernt, wie ein Ninja Zwiebeln zu schneiden ... und zwar sehr, sehr schnell!** **Würden Sie bezahlt?** Ja, mit 1,20 Pfund die Stunde. **Müssen Ihre Kids in Opas Küche antanzen?** Leider klappt das nicht wirklich. **Hatten Sie als Kind ein Kochbuch?** Nein, nie. Allerdings war ich sehr stolz auf ein Heftchen über gute Haushaltsführung, das ich in irgendeiner Frauenzeitung meiner Mum entdeckt hatte. **Kochen Sie selbst eigentlich nach Rezept?** Nie!

**G wie Great Britain**

Ich weiß, was Sie jetzt hören wollten. Aber ich habe meiner Saskia versprochen, mich zurückzuhalten. **Wer ist Saskia?** Meine wunderbare Pressesprecherin. **Ach, kommen Sie!** Bei unserem letzten Gespräch haben Sie zum Thema Brexit so schön abgekotzt. Ja, ja. **Auf die Frage, ob Sie für Brexit-Bo-**

**„Wenn Wandel zu schnell geschieht, drehen sich viele um – leider in die falsche Richtung“**



- 1 Familie Mama, Papa, Kinder: diese Olivers.
- 2 Wohnsitz Das Refugium des „Naked Chef“, ein Landsitz in Essex. Anschaffungspreis: fast neun Millionen Pfund. Das Anwesen: 70 Hektar, erbaut im 16. Jahrhundert.
- 3 Petition für besseres Schulessen, Blair und Oliver, 2005.
- 4 Chili Bunt, zeitgemäß, köstlich. Achtung: vegetarisch!
- 5 Tisch der Macht Angela Merkel, Barack Obama, die Statthalter der Macht: die Teilnehmer des G20-Treffens von London, April 2009.
- 6 „Jamie's Italian“ Es war einmal in Oxford – im Mai dieses Jahres musste Jamie Oliver für 23 UK-Filialen Insolvenz anmelden.
- 7 Green Royal Prince Charles und Jamie Oliver im Angesicht der Hühner, Dezember 2012

Fotos: ddp images (2), Getty Images, laif API, All mauritius images, © Jamie Oliver Enterprises Ltd (2019 VEG)/Foto: David Loftus, f. dt. Ausgabe Dorling Kindersley Verlag



## „Erstmals wächst eine Generation auf, deren Lebenserwartung kürzer ist als die der Eltern“

ris kochen würden, antworteten Sie: **Yes, of course, and I would poison him!** Siehst du, Saskia, ich war früher wilder. Heute bin ich sehr viel erwachsener. Darf ich fragen: Wann fand unser letztes Gespräch statt? **Vor drei Jahren ...** und jetzt bleiben uns noch 85 Tage bis zum Brexit. **Was werden Sie tun?** Meinen Glauben an die Demokratie nicht verlieren, auch wenn wir uns diesen Schlamassel auf demokratischem Weg selbst eingebrockt haben. **Schuld daran ist aber auch die Rivalität zweier verzogener Upper-Class-Snobs.** Richtig. Davon gibt es in diesem Land eine Menge. **Vielleicht sollten Sie Ihre nächste Kampagne nicht gegen Fettleibigkeit, sondern gegen Eaton ausrufen. Man könnte doch mal darüber nachdenken, Eaton zu schließen.** Das wäre tatsächlich mal eine Ansage, wow! Denn Sie haben Recht: Ein Großteil der Eliten dieses Landes stammt natürlich immer noch aus derlei Institutionen. **Folgerichtig schicken die Olivers ihre Jungs nicht nach Eaton?** Jools fände das ziemlich großartig – aber nicht mit mir. **Wie wichtig ist Ihnen das britische Klassensystem?** Persönlich ziemlich egal. Was aber nicht heißen soll, dass es nicht noch immer intakt wäre. Angeführt von einer Handvoll weißer Männer ... **Sind Sie nicht auch ein Ritter Ihrer Majestät?** Nein, nein, nein! Ich bin lediglich ein MBE, also einfaches Mitglied des Ordens, unterste Kaste. **Was würden Sie Boris Johnson denn am etwaigen Tag eines No-Deal-Brexits kochen?** Schwere Frage. Auf jeden Fall scharfe Chilis.

### H wie Haute Cuisine

**Sie wurden als „Naked Chef“ zum bekanntesten Fernsehkoch der Welt, haben für Barack Obama und Brad Pitt gekocht, 45 Millionen Bücher verkauft, Restaurants auf der ganzen Welt betrieben und Zucker den Kampf angesagt. Was fehlt?** Einiges. Aber die schnelle Antwort lautet: nichts. **Würde es Sie reizen, einen Michelin-Stern zu erkochen?** Das wäre in der Tat spannend. Vielleicht versuche ich das auf meine alten Tage noch.

### I wie Incredible Burger

**Beyond oder Incredible Burger?** Der Moment,

an dem Jamie Oliver zugibt, nicht auf der Höhe der Zeit zu sein. Peinlich, ich weiß.

### J wie „Jamie's Italian“

**Im Mai dieses Jahres mussten Sie für die 23 Restaurants der Kette „Jamie's Italian“ in Großbritannien Insolvenz anmelden.** Was mir von ganzem Herzen für jeden der 1000 Angestellten leidtat. **Waren Sie zu wenig präsent?** Ich war total involviert. Sonst hätte ich niemals eine zweistellige Millionen-summe nachgeschossen, um die Insol-



**Cool Britannia** Jamie Oliver, damals 24, trat als „Naked Chef“ an, die kulinarische Landschaft Englands aufzukochen

venz abzuwenden. **Woran lag es?** Schuld war eine toxische Melange, wie immer in solchen Fällen. Unsere Läden waren kulinarischer Bestandteil dessen, was ich als High-Street-Kultur bezeichne: Früher ging jeder auf die Shopping-Meile, heute bestellen alle online. Was für uns die traurige Folge hatte, dass die Laufkundschaft ausblieb. Schauen Sie sich die Innenstädte an: Überall stehen Flächen leer, die Mieten steigen, während die Kunden ausbleiben. Aber ich will nicht meckern. Zweiter Grund: Die Klientel lässt sich das Essen nach Hause liefern. Was bleibt, ist Folgendes: Wir hatten viele gute Jahre – und ein paar schlechte. Über die Jahre haben mehr als 20 000 Menschen in unse-

ren Restaurants gearbeitet. **Und der Umsatz, der sich insgesamt auf mehr als eine Milliarde Pfund belief, bleibt imposant.** Korrekt. **Konnten Sie in den turbulenten Wochen vor der Insolvenz noch ruhig schlafen?** Darauf habe ich nicht geachtet, sorry. **Im Silicon Valley gehört Scheitern zur Kultur des Entrepreneurship.** Für mich gibt es da keinen Überbau. Scheitern, egal, wie, wann, wo oder in welcher Form es geschieht, tut verdammt noch mal weh. **Darf ich fragen, wie Sie den Abend, nachdem die Bombe geplatzt ist, verbracht haben?** Da half nichts! Kein Alkohol, kein Freund, nicht einmal meine Frau. Die Niederlage musste ich mit mir allein verhandeln.

### K wie Kitchen

**Gas oder Induktion? Gas. Stahl- oder Keramikmesser? Stahl! Pfanne oder Wok? Pfanne. Rote oder weiße Zwiebel? Rot. Schwarzer oder weißer Knoblauch? Weiß. Schwarzer oder roter Pfeffer? Schwarz. Spaghetti oder Linguine? Spaghetti.**

### L wie Lentils

Ich liebe Linsen! In allen Formen und Farben. Linsen sind gesund, haben eine ausgesprochen hohe Dichte und bieten gute Nährstoffe. Deshalb sind Linsen ein geradezu idealer Fleischersatz. Allerdings mögen meine Landsleute Linsen nicht, zumindest historisch betrachtet. **Weil die Briten keine Linsen und Spätzle kennen!** Halt, ich liebe Linsen und Spätzle – und habe sie schon selbst gekocht. **Aber nie in einem Kochbuch verbraten.** Ist notiert (*lacht*).

### M wie Meals

**Was gab es heute zum Frühstück?** Einen einfachen Cappuccino. Mehr nicht. **Warum das?** Als ich mir Eier machen wollte, scheuchte mich Saskia los. Ihretwegen! **Was ich zu schätzen weiß.** Ha! **Welches Gericht ist Ihre Geheimwaffe, wenn die fünf Kinder der Familie Oliver milde gestimmt werden müssen?** Verraten Sie es mir! **Sind Ihre Kids gute Esser?** Ziemlich okay, ja. Und Ihre? **Die Tochter Hedi besteht gerade darauf, Nudeln und Sauce getrennt zu essen. Gemüse nur roh. Immerhin liebt sie Obst.** Haben Sie nicht auch einen Sohn? **O ja. Er heißt Bo, wird bald fünf und isst eigentlich alles. Leider lässt er sich von seiner Schwester korrumpieren. Heute mag er Bolognese, morgen schmeißt er den Teller vom Tisch und kreischt, dass er etwas derart Ekelhaftes nie und nimmer essen wird.** Klingt nach sehr normalen Kindern. Und

ich sage Ihnen: Das hört nie auf! Bei Kindern bedarf es taktischer Kriegsführung. 20 Jahre lang. **20 Jahre?** Mindestens (*lacht*). Aber Jools und ich sind mittlerweile echt gut darauf eingestellt: Jools hat beispielsweise irgendwann den Kids gefrorene Erbsen als Bonbons verkauft. **Meine Frau behauptet, Reiswaffeln seien Cookies.** Sehen Sie, kulinarische Kriegsführung wirkt! **Dürfen Ihre Kinder zu McDonald's? Dürfen schon, aber sie wollen nicht. Ach ja? Papas Burger sind die besten!**

### N wie „Naked Chef“

**Nach der Schule gingen Sie nach London und kochten sich bis ins legendäre „River Café“ hoch. Dort wurden Sie entdeckt und kurz darauf zum „Naked Chef“ ins Fernsehen befördert. Welche Geschmacksnoten beschreiben die vergangenen 20 Jahre am besten?** Chili und Zitrone. **Können Sie die 20 Jahre in Zahlen pressen?** Ich kann es versuchen. **TV-Stunden?** Mehr als 350. **Salzverbrauch?** Irgendwas in Tonnen. **Wie viele Pfannen und Töpfe tragen Ihren Namen?** 27 Millionen. **Hat der „Naked Chef“ eigentlich auch nackt gekocht?** Nur ein einziges Mal. Und ich kann es nicht empfehlen. **Warum nicht?** Weil ich mir dabei den Penis verbrannt habe. **Oha.** Richtig schmerzhaft. **Was ist passiert?** Ein ganzer Seebarsch in einem ganz neuen Gaggenu. **Immerhin: toller Ofen.** Ohne Frage. Vor allem hält er die Temperatur. **Und was war mit dem Penis?** Als ich nachschauen wollte, was der Barsch so macht, schießt auf einmal eine Dampf Wolke raus – und trifft mich mitten im Schritt. Höllische Schmerzen. Am Valentinstag. Dabei war alles so gut vorbereitet: Kerzenlicht, perfekt temperierter Chardonnay, ich hatte sogar eine rote Schleife umgebunden. Sie wissen schon wo. **Wow.**

### O wie Options

**Mit 28 standen Sie bereits oben auf der „Times“-Liste der „Reichsten Briten unter 30“: Sie hätten sich zurücklehnen können. Dennoch wählten Sie die andere Option und wurden Food-Aktivist.** Das Geld hätte damals nie und nimmer gereicht. Also dachte ich: Du bist hyperaktiv – mach was daraus. **Woraufhin Sie „Fifteen“ gründeten, eine Kochschule mit angeschlossenem Restaurant, in dem Jugendliche mit ordentlichem Vorstrafenregister kochen lernten.**



### 45 Millionen

Nach J. K. Rowling ist Oliver mit seinen Kochbüchern der erfolgreichste Autor Großbritanniens

Wir haben mehr als 500 Kids zu Köchen ausgebildet. Und darauf bin ich wirklich stolz! Manche davon sind übrigens längst besser als ich: Die haben eigene Restaurants und Michelin-Sterne. **Dafür wagten Sie sich in die Provinz, erschreckten besorgte Mütter und mischten Englands Schulessen auf.** Auch bei diesem Abenteuer war es hilfreich, dass ich mit einer Naivität, die schon an Dummheit grenzt, ausgestattet bin. Die Verfettung der Welt ist eine der größten Epidemien unserer Zeit. Mein neues Ziel ist, die Fettleibigkeit von Kindern bis 2030 zu halbieren. Offiziell werde ich das erst im Oktober verkünden. **Wollen wir kurz über die Yorkshire Mums**



**Sad Britannia** Jamie Oliver, damals 30, hatte auch 2005 keine Angst vor den sogenannten Yorkshire-Mums

**reden? 2005 fuhren Sie nach Yorkshire, um das Essen in der Schulkantine aufzupeppen ... woraufhin die entsetzten Mütter Sturm liefen und Süßigkeiten und Chips durch den Zaun stopften. Die hatten wahrscheinlich Angst, dass ihre Kinder vom Fleisch fallen. Es war grauenhaft. Hat nicht eine Mutter ihrem Baby Cola aus der Säuglingsflasche kredenzt?** Einfach nur schrecklich! All diese Mütter, die dachten, man wolle ihren Kindern Übles. Das Gegenteil war der Fall.

Aber für Ernährung gilt wie in der Politik: Wenn der Wandel zu schnell geschieht, drehen sich viele um und laufen zurück. Leider die falsche Richtung. **Sie haben die Politik beindruckend gut im Griff. Mit dem Ergebnis, dass die britische Regierung nach Ihrem Engagement mehr als 500 Millionen Pfund zusätzlich in Schulessen investierte.** 620 Millionen Pfund.

### P wie Politics

**Können Sie sich vorstellen, in die Politik zu wechseln?** Ich mache ja schon Politik und werde aus meiner jetzigen Position heraus auch besser gehört. Ich will unbedingt erreichen, dass Nahrungsmittelkunde in allen G20-Staaten verbindlich gelehrt wird. Denn auch Kinder, die mit Cola im Fläschchen und Pizza zum Frühstück aufwachsen, müssen eine Chance auf ein gesundes Leben bekommen.

### Q wie Quality Time

**Wie definieren Sie Lebensqualität?** Mit der Familie. Am Herd. Und am liebsten beides zusammen. **Was bereitet Ihnen mehr Vergnügen: Kochen oder Essen?** Kochen. **Darf ich ein paar schnelle Entweder-oder-Fragen stellen?** Gern! **Tate Modern oder British Museum?** Tate! **East End oder West End?** East End. **Soho House oder Local Pub?** Local Pub. **Kate oder Meghan?** Beide! **Knight of the Queen oder Night out mit den Mates?** Die Nacht mit den Freunden, keine Frage! **Tee oder Kaffee?** Kaffee. **Wer bringt morgens den Kaffee ans Bett?** Ich. Und zwar immer. **Geheimrezept gegen einen fiesen Kater?** Kreuzkümmel, eine ganze Handvoll.

### R wie Revolution

**Wollen wir kurz über die „Food Revolution“ in Huntington/South Carolina reden? 2010 bereisten Sie in aufklärerischer Mission die übergewichtigste Stadt Amerikas.** Das war echt hart. Richtig hart. Morgens Pizza, mittags Chicken Nuggets und Schokomilch, die so verzuckert war, dass selbst Cola als gesunde Alternative daherkommt. Mir haben die Kids dort so leid getan. Das Schulessen in Huntington war eine Vollkatastrophe. **Die Schüler wussten nicht, wie eine Tomate aussieht.** Nein. Die hatten ▶

**„Jeder soll seine Cola genießen, aber nicht ausschließlich. Deshalb: Trink Wasser!“**



## „Wenn Sie mir einen Gefallen tun wollen, dann diesen: Kochen Sie nicht nackt. Niemals“

wirklich keine Ahnung. Und als sich dann einer vortraut, sagt er zögerlich: „Kartoffel“. Ganz furchtbar. Ich musste erst einmal erklären, dass Spaghetti nicht auf Bäumen wachsen. **Immerhin wurden Sie mit einem Emmy ausgezeichnet.** Preise sind scheißegal. Ich will die Menschen erreichen und ihnen aufzeigen, wie man sich besser ernährt. Gerade wächst nämlich zum ersten Mal eine Generation heran, deren Lebenserwartung kürzer sein wird als die der Eltern. Und das nur, weil sie sich beschissen ernährt. Fettsucht hat Hunger als Epidemie abgelöst. Und die Folgekosten schlechter Ernährung sind astronomisch. **Deshalb haben Sie das „Ministry of Food“ gegründet.** Der Kampf geht weiter. **2014 haben Sie durch Ihren „Food Revolution Day“ mit 10 000 Events in 123 Ländern Millionen von Menschen an den Herd gelockt. Auf Twitter sahen es 1,4 Milliarden Menschen. Zum Vergleich: Die Oscars erreichten im selben Jahr 1,6 Milliarden Zuschauer.** Eine gute Aktion. Aber ich möchte die Menschen nicht nur einmal im Jahr, sondern Tag für Tag erreichen. **Ab Oktober.** Wir werden die Anzahl der fettsüchtigen Kinder bis 2030 halbieren. Versprochen!

### S wie Sugar

**Ihr bisher größter Erfolg im Kreuzzug gegen den Zucker ist die Zuckersteuer, die 2018 in Großbritannien eingeführt wurde: 20 Pence auf jede Dose Zuckerbrause.** Diese Steuer musste einfach kommen: Das Gift in Flaschen macht den höchsten Anteil am Zuckerkonsum bei Kindern und Jugendlichen in England aus. In Deutschland vermutlich auch. Bitte verstehen Sie mich nicht falsch: Jeder soll ab und an seine Cola genießen, aber eben nicht ausschließlich. Deshalb: Leute, trinkt Wasser! Zumal diese ganzen Brausen auch sehr teuer sind. **Das behaupten Fast-Food-Freunde auch vom Kochen.** Bullshit! Wenn eine Familie vier Big-Mac-Menüs kauft, kostet das mehr als 20 Pfund. Für zehn Pfund kann man problemlos eine vollwertige Mahlzeit kochen. **Angeblich schießt Boris Johnson gegen die Zuckersteuer, er bezeichnete sie populistisch als „Sin Tax“.** Ich hörte davon.

### T wie Tomatoes

**Tomaten können wie ein Kurzurlaub der Sinne oder furchtbar langweilig und wässrig schmecken: Worauf kommt es an?** Erstens: Tomaten haben Saison, dementsprechend schmecken sie auch. Zweitens: Tomaten gehören nicht in den Kühlschrank. Niemals – leider versteht das nicht einmal meine Frau. Drittens: Immer am Strauch kaufen.

### U wie University of Life



**Only in America** Als der Aktivist 2010 in der übergewichtigsten Stadt Amerikas auf Sendung ging, knallte es richtig

**Katzen haben neun Leben, aber Jamie Oliver scheint neun Leben gleichzeitig zu führen. Wie schaffen Sie all das?** Ich schlafe viel weniger, als ich möchte. Im Schnitt etwa sechs Stunden. **Wann stehen Sie auf?** Heute klingelte der Wecker um sechs. **Wie halten Sie sich fit?** Im Gym. Laufen und Gewichte. **Wie digital ist Ihr Leben?** Beruflich immer mehr, privat eher analog. **Schalten Sie Ihr Telefon nachts aus?** Nein. **Sind Handys im Schlafzimmer der Olivers erlaubt?** Ja. **Gibt es deswegen Streit?** Ja (*lacht*).

### V wie Vanitas

**Auch Küchenhelden haben ein Verfallsdatum: Wie soll man Sie in Erinnerung behalten?** Das müssen glücklicherweise andere entschei-

den. Aber ich fände es schön, wenn ich halbwegs gut dabei wegkomme.

### W wie World Favourite Restaurant

**Verraten Sie uns das Restaurant, in das Sie Ihre Frau zum 20. Hochzeitstag ausführten?** Wir waren im „River Café“, sehr symbolisch und für unsere Beziehung auch hoch romantisch. **Wer hat bezahlt?** Ich wollte, durfte aber nicht (*lacht*).

### X wie XXX

**Verraten Sie uns ein paar Geheimnisse des „Naked Chef“?** Versuchen Sie Ihr Glück! **Es heißt, Brad Pitt sei ein so großer Fan Ihrer Küche, er habe sogar Ihr altes Haus in London gekauft.** Ich wünschte, es wäre so. **Welche Fertigbrühe verwenden Sie, wenn mal keine Zeit für Knochen und Auskochen bleibt?** Dann werfe ich getrocknete Shiitake-Pilze und

Rosmarin in einen Topf und gieße kochendes Wasser drüber. Fertig. **Gibt es eine Küche, die Mr. Oliver auch in 20 Jahren nicht meistern wird?** Ich liebe die Küche Japans, weiß aber: Jamie, das wird nichts mehr. Dabei habe ich sogar fast drei Jahre lang dort gelebt und gekocht. **Sie waren zweimal bei Johannes B. Kerner im Fernsehen – und hatten beide Male ein blaues Auge. Was war da los?** Lustig, dass Sie das fragen. An das eine Mal kann ich mich sogar noch erinnern. **Und?** Es war viel unspektakulärer, als Sie vermuten: Ich bin in der Nacht vor der Sendung auf dem Weg zur Toilette gestolpert und knallte der Länge nach hin. Am nächsten Morgen hatte ich ein blaues Auge **Ja, ja.** Genau so war es! Allerdings hatte ich ein paar Drinks am Abend zuvor.

### Y wie Youth

**Was würde wohl der 16-jährige Jamie über den Mann sagen, der heute hier sitzt? Don't do it! Und was würden Sie ihm raten?** Shut up and just do it!

### Z wie Zhe End

**Ihr letztes Abendmahl?** Der Sonntagsbraten meiner Mum. Mit der besten Sauce der Welt. **Folglich bräuchte Jools einen Löffel.** In diesem besonderen Fall eher einen Strohhalm. **Der Teufel steht vor der Tür, Sie haben 15 Minuten: Was kochen Sie?** Gefrorene Chilis, fein geraspelt. Diese würde ich als teuflischen Staub über göttlichen Mozzarella streuen. Dazu: Salz, Pfeffer und richtig gutes Olivenöl. Der passende Drink? Tequila auf Eis. **Ihre letzten Worte?** See you on the other side! ■