



Wer röstet, der rastet

Unser Autor ist morgens immer spät dran. Seine kleine Röstpfanne zwingt ihn, trotzdem innezuhalten – und genau darin liegt ihre Magie. Von Erik Hlacer

AUS DER SERIE: ODE AN EIN DING

14. NOVEMBER 2025, 14:18 UHR AKTUALISIERT AM 15. NOVEMBER 2025, 14:13 UHR

Lange gesucht und endlich gefunden: In der Serie "Ode an ein Ding" feiern wir jede Woche völlig subjektiv ein Produkt. Dieser Artikel ist Teil von ZEIT am Wochenende, Ausgabe 46/2025.

Fast jeder Morgen beginnt mit einem Widerspruch. Ich bin zu spät und renne schon beim Aufstehen meiner Zeit hinterher. Und doch stelle ich mich an den Herd, um in meiner kleinen Pfanne Nüsse fürs Müsli zu rösten. Mal sind es Cashews, mal Walnüsse, mal ist es diese Nussmischung, bei der die Haselnussschalen so blöd abblättern, dass ich sie dann mit den Fingerkuppen aus der Pfanne fische, stets mit der Aussicht, mich zu verbrennen.

Das Rösten der Nüsse ist das Erste, was ich morgens tue. Und es ist der letzte Moment, in dem ich noch guten Gewissens verdrängen kann, wie spät ich eigentlich dran bin. Die Ruhe vor dem Sturm also. Und die gilt es, zu genießen. Das Zischen, das Knistern, der Duft – sie machen aus mir für wenige Minuten einen Morgenmenschen, einen dieser Leute, deren Wecker frühmorgens nur einmal

klingselt und die dann entweder Kaffee schlürpfend Zeitung lesen oder eine Runde joggen gehen. Für mich ist Rösten ein tägliches Nein zum Takt des Alltags. Das Mini-Format der Pfanne ist ein Meisterwerk. Genauso viele Nüsse, wie ins Müsli gehören, passen hinein, ohne dass sich auf dem Pfannenboden eine Nuss über die andere drängelt.

Es ist nicht immer so, dass ich die Ruhe einhalte. Dass ich neben der Pfanne stehe und den Nüssen beim Gedeihen zuschaue. Dass ein sanfter Duft emporsteigt und sich wie in einem Comic als warmes Wölkchen in den Nasen meiner Mitbewohner entfaltet. Wie oft musste ich mir durch die Wohnung wuselnd von eben jenen Mitbewohnern anhören, dass mir gerade die Nüsse anbrennen. Ein Freund hat mir vor Kurzem sogar einen Tipp gegen das Anbrennen gegeben. Ich könne die Nüsse ja auch im Ofen backen. Ich könne mir einfach einen Timer stellen. Nach zehn Minuten seien die Nüsse immer goldbraun. Ich nickte skeptisch. Die Idee behagte mir nicht. Inzwischen weiß ich auch, wieso. Ich möchte gar nicht, dass die Nüsse immer perfekt sind – perfekt ist langweilig.

Woran erkennt man eine gute Nuss?

Die kleine Röstpfanne von Spring fordert mich heraus. Sie will meine Aufmerksamkeit, Gleichgültigkeit duldet sie nicht. Man muss beobachten, wenden, schütteln. Dreht man die Hitze zu niedrig, passiert gar nichts. Dreht man sie zu hoch, verbrennen die Nüsse, und ich muss sie angekokelt essen. Aber das ist kein Scheitern, sondern eine Erinnerung – daran, dass ich noch nicht ganz wach bin, noch nicht ganz in der Spur. Und wenn sie dann beim nächsten Mal wieder goldbraun sind, weiß ich es umso mehr zu schätzen. Alle empfohlenen Produkte wurden von den Autorinnen und Autoren selbst gekauft und sind in vielen Fällen schon lange in Gebrauch.