

Am Herd mit einem «New Jersey Devil»

Er gilt als einer der besten Eishockey-Verteidiger der Welt: der Zürcher Jonas Siegenthaler (27). Der Spieler der National-Hockey-League (NHL) ist dazu Hobbykoch und Markenbotschafter von Thai Kitchen. Ein Gespräch über Heimweh, Abschalten und die thailändische Küche.

TEXT KRISTINA A. KÖHLER

Jonas Siegenthaler, Ihre Mutter ist in Thailand geboren. Was verbindet Sie mit dem Land?

Meine Mutter stammt aus der Provinz Surin, einem Bauerndorf im Nordosten Thailands. Meine Tanten und Onkel le-

ben noch immer dort und auch meine Eltern zog es vor zwei Jahren von der Schweiz nach Hua Hin, in Thailands Süden. Hua Hin ist nicht weit von Bangkok entfernt und somit einfacher erreichbar als Surin. Meine Eltern haben sich dort – mittlerweile mit ein paar adoptierten Strassentieren – gut eingelebt. Auch die Nähe zum Strand hilft sicherlich. *(Lacht.)*

Sie leben seit acht Jahren in den USA, derzeit in New Jersey. Vermissen Sie die Schweiz?

Im Sommer bin ich jeweils für drei Monate in der Schweiz und habe deshalb noch immer meine Wohnung in Zürich Höngg. Auch meine Schwester wohnt da in der Nähe. Mein Job in den USA erscheint mir eher wie ein sehr langer Arbeits-Trip. Meine Herzensheimat ist und bleibt Zürich, insbesondere Zürich Affoltern, da bin ich aufgewachsen.

Sie haben im Mai mit der Schweizer Nationalmannschaft die Silbermedaille an der Eishockey-Weltmeisterschaft in Tschechien

gewonnen. Im Oktober startet die Saison mit den New Jersey Devils. Wie hoch ist der Druck?

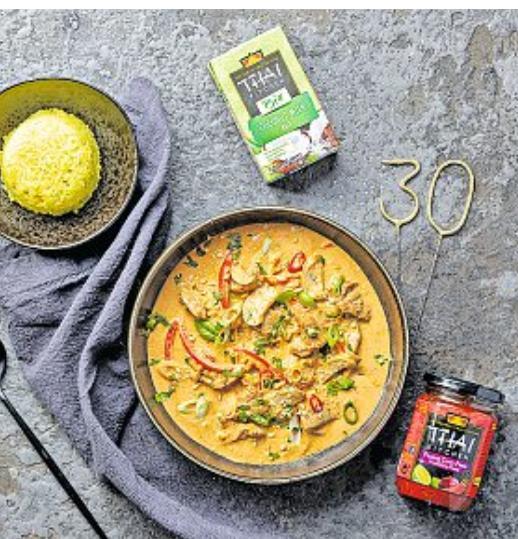
Er wird immer grösser. Aber wir wissen, dass wir gute Spieler sind und den Erwartungen gerecht werden können. Die Saison dauert jeweils bis Mitte April, dann starten die Playoffs und wer weiterkommt, ist wirklich durchgängig bis Mitte Juni am Spielen.

Sie zählen zu den weltbesten Verteidigern, doch der Weg war mit einigen Verletzungen gepflastert ...

Es war in der Tat nicht immer nur schön und es gab Momente, in denen habe ich alles hinterfragt. Aber ich war mir immer bewusst, dass es ein enorm grosses Privileg ist, als Schweizer so eine Chance zu erhalten. Ich habe auf die Zähne gebissen und mich durchgekämpft.

Spitzensport ist ein lukratives, doch knallhartes Geschäft. Was wirkt ausgleichend?

Dass nicht über Hockey gesprochen wird! *(Lacht.)* Nach einem Match muss



Feierlaune: Seit 1994 gibt es Thai Kitchen in der Schweiz.

REISE IN DIE USA ZU GEWINNEN

Anlässlich des 30-Jahr-Jubiläums von Thai Kitchen in der Schweiz gibt es eine exklusive NHL-Reise in die USA zu gewinnen: zum Markenbotschafter Jonas Siegenthaler. Zwei Personen dürfen dabei im Januar 2025 an zwei NHL-Eishockey-Heimspiele der New Jersey Devils fliegen. Der Wettbewerbspreis beinhaltet zwei Flüge, vier Hotelübernachtungen sowie ein Meet & Greet mit Jonas Siegenthaler.



Teilnahmeschluss ist der 31. Oktober 2024.
Weitere Informationen gibt es über:
thaikitchen.ch/win



Beinharter Job: Jonas Siegenthaler in voller Aktion.



Jonas Siegenthaler mit einem selbst gekochten Thai-Curry zum Jubiläum.

ich abschalten, will nicht mehr darüber nachdenken müssen. Und in der Saisongapause, im Sommer, in der ich auch immer in Zürich bin, ist es einfach schön, sich wieder wie ein normaler Mensch bewegen und fühlen zu können. Der Abstand hilft enorm – und Kochen!

Kochen als Oase?

Schon als kleiner Junge habe ich gerne in der Küche mitgeholfen. Und ich koche noch immer aus Spass, Genuss und um abzuschalten. Natürlich muss ich auf mein Gewicht achten, aber ich zähle keine Kalorien. Ab und an gehe ich auch essen, in Zürich etwa ins «Jao Praya», oder ich bestelle etwas. Aber im Vergleich mit anderen Hockeyanern bin ich ein echter Vielkocher. *(Lacht.)*

Was haben Sie als Kind gerne gekocht und gegessen?

Bei uns gab es einfache thailändische Gerichte, wie Reissuppen, eine Tom-Kha-Gai (*traditionelle Thai-Suppe mit Kokosnussmilch, Anm. der Red.*) und Reis mit einer thailändisch inspirierten Omelette. Jedoch auch Schweizer Küche, etwa Rösti mit Fleischkäse.

Was ist Ihr heutiges Lieblingsgericht?

Die Omelette mit Reis mache ich mir oft. In die Omelette gehören dabei Zwiebeln sowie Sojasauce, wobei im Originalrezept auch Muscheln hineingehören. In der kühleren Jahreszeit mag ich gerne Tom-Kha-Gai-Suppen und Thai-Currys, am liebsten mit Poulet, die mit den Pasten von Thai Kitchen ganz einfach gelingen.

In diesem Sommer haben Sie in Chiang Mai, im Norden Thailands, ein Eishockey-Camp für Kinder von 7 bis 17 Jahren auf die Beine gestellt. Ihr Fazit?

Wenn die Kinderhorde nur schon den Puck auf dem Eis sieht, dreht sie komplett durch. *(Lacht.)* Ich war wirklich überrascht, auf welchem Niveau die Kinder spielen, sowohl die Jungen als auch die Mädchen. Eishockey ist in Thailand ein Nischensport und ich bin der einzige Profispieler der Welt mit thailändischen Wurzeln. Ich würde das Camp nächstes Jahr gerne wiederholen. Mich haben die kleinen Fans sehr gerührt, vor allem ein Mädchen, das genau von einer NHL-Karriere wie der meinen träumt. ●

30 JAHRE THAI KITCHEN IN DER SCHWEIZ

Seit 30 Jahren steht Thai Kitchen in der Schweiz für eine qualitativ hochstehende Thai-Küche. Die Produkte erlauben es, authentische thailändische Gerichte ganz einfach zu Hause zuzubereiten. Das breite Sortiment und die sorgfältig ausgewählten, frischen Zutaten transportieren so die feinsten Aromen Thailands in die Schweizer Küchen.

