

# Zu Tisch: Aragonien

---

 [arte.tv/de/articles/zu-tisch-aragonien](https://arte.tv/de/articles/zu-tisch-aragonien)

## Die Rezepte der Sendung

---

### Sopa de borajas - Borretschcremesuppe

---

Zubereitungszeit ca. 60 Minuten

6 Portionen

Seinen volkstümlichen Namen Gurkenkraut verdankt der Borretsch seinem an Gurken erinnernden Geruch und Geschmack.

Tipp: Ungeschält behalten die haarigen und rauen Stiele die Vitamine besser und es geht auch schneller, die Suppe zuzubereiten. Wer das nicht möchte, kann die Stiele auch mit einem Sparschäler schälen. Die Blüten der Borretschpflanze sind genießbar und eignen sich hervorragend zum Garnieren.

### Zutaten

---

- 1000 g Borretsch
- 200 g Kartoffeln
- 200 g Karotten
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 30 ml Olivenöl (zum Andünsten)
- 50 ml Sahne
- 100 g luftgetrockneter Schinken (bevorzugt Jamón Serrano aus Teruel)
- 4 hartgekochte Eier
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung

---

Blätter von den Borretschstielen entfernen. Die Stiele gut waschen und zerkleinern. Kartoffeln und Karotten waschen, schälen und grob zerkleinern. Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinhacken. In einem Topf in heißem Öl andünsten.

Die Borretschstiele mit den Kartoffel- und Karottenstücken dazugeben mit kochendem Wasser aufgießen. Das Gemüse sollte knapp mit Flüssigkeit bedeckt sein.

Etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Den Topf vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen und mit dem Mixer fein pürieren. Die Sahne unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die hart gekochten Eier und den rohen Schinken in kleine Würfel schneiden und je nach Bedarf zur Suppe reichen.



Borretschcremesuppe

## **Crespillos de borraja – frittierte Borretschblätter**

---

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

8 Portionen

Die Crespillos sind eine „süße“ Variante, den Borretsch zu nutzen. Normalerweise verwendet man in Aragonien nur die Stiele. Doch dann hat man herausgefunden, dass die jungen Blätter frittiert und gesüßt auch köstlich schmecken. Es ist ein typischer Nachtisch in Aragonien.

Tipp: Am besten nur die zarten, jungen Blätter verwenden. Das Olivenöl muss heiß sein. Die Kunst besteht nun darin, die zarten Crespillos nicht anbrennen zu lassen.

### **Zutaten**

---

- 40 frische Borretschblätter
- 75 ml Milch
- 125 g Mehl
- 10 g Zucker
- 3 Eier
- 40 ml Anislikör
- 5 g Backpulver

- Olivenöl (zum Frittieren)
- 15 g Puderzucker( zum Bestäuben)

## Zubereitung

---

Die Blätter gut waschen und trocken tupfen.

Eier schaumig schlagen. Mehl mit Backpulver mischen und mit Zucker und Milch in die Eimasse rühren. Solange schlagen, bis ein dickflüssiger Teig entstanden ist.

Zum Schluss den Anislikör unterheben.

Öl in einem Topf erhitzen.

Die trockenen Borretschblätter durch die dickflüssige Masse ziehen und im heißen Öl (ca. 170 Grad) frittieren.

Auf einem Küchentrepp gut abtropfen lassen. Mit Puderzucker bestäuben und servieren.



Frittierte Borretschblätter

## Acelga-Patata-Cocido - Mangold-Kartoffel-Eintopf

---

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

6 Portionen

Mangold schmeckt ein wenig wie Spargel. Deswegen wird er auch „Spargel des armen Mannes“ genannt.

Tipp: Wenn man die Kartoffeln bricht statt schneidet, kann die Stärke besser austreten. Das gibt mehr Geschmack.

## Zutaten

---

- 1000 g Mangold
- 300 g Kartoffeln (festkochend)
- 2 Knoblauchzehen
- 30 ml Crème fraîche
- 15 ml Zitronensaft
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

## Zubereitung

---

Kartoffeln waschen, schälen und vierteln. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zur Seite stellen. Mangold putzen und waschen. Die Mangoldstiele auf eine Länge von ca. 3 cm schneiden. Die Blätter in feine Streifen schneiden. Kartoffeln und Mangoldstiele in einen Topf geben. Mit Wasser auffüllen und zum Kochen bringen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die geschnittenen Mangoldblätter dazugeben und weitere 8 Minuten mitkochen. Creme fraîche unterrühren und mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und eventuell einer Prise Zucker abschmecken. Sofort servieren.

Olivenöl und Knoblauch je nach Geschmack dazu geben.



Mangold-Kartoffel-Eintopf

## Cordero asado con patatas – Kartoffel-Lammpfanne

---

Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten

6 Portionen

In Spanien ist gebratenes Lammfleisch vor allem an Festtagen beliebt. Dazu passen Kartoffeln aus der Region.

Tipp: Viele Menschen bevorzugen ausschließlich das Milchlamm. Es hat ein zartes Fleisch und das finden viele Gourmets interessant.

### Zutaten

---

- 1 Lammkeule (ca. 1200g)
- 1000 g festkochende Kartoffeln
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 125 ml Brandy
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
  
- Beize:
- 100 ml Olivenöl
- 50 g glattblättrige Petersilie
- 30 g Rosmarin (gehackt)
- 8 Salbeiblätter
- 30 g Thymian
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung

---

Für die Beize die Kräuter waschen, trockenschütteln und klein hacken. Die Knoblauchzehen abziehen und ebenfalls ganz fein hacken. Alle Zutaten vermischen und das Olivenöl dazugeben, verrühren. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Eine Fettfangschale oder ein tiefes Backblech einfetten.

Die rohen Kartoffeln waschen, schälen, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf dem Backblech verteilen. Kräftig salzen, pfeffern und mit Paprika bestreuen.

Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Unter die Kartoffeln heben. Etwas Beize darüber geben.

Die Lammkeule kalt abspülen, trockentupfen, salzen und pfeffern. Mit der Beize rundherum bestreichen und zu den Kartoffeln auf das Backblech legen. Etwas Brandy über das Fleisch gießen.

Das Blech in den vorgeheizten Backofen schieben. Nach ca. 45 Minuten die Lammkeule wenden, wieder mit etwas Brandy beträufeln und weitere 60 Minuten garen. Während der Garzeit die Keule immer wieder mit Brandy und eigenem Bratensaft einstreichen.

Nach der Garzeit die Keule in Alufolie wickeln und 10 Minuten ruhen lassen. Dann aufschneiden und servieren. Dazu schmecken grüne Bohnen.



Kartoffel-Lammpfanne

## **Caracoles con verdura – Schnecken-Gemüsepfanne**

---

Zubereitungszeit ca. 60 Minuten

6 Portionen

Im Mittelalter waren Schnecken in Klöstern eine begehrte Fastenspeise, weil sie nicht zum Fleisch gezählt wurden, also auch unter kein Fastengebot fielen.

Tipp: Bevor die Schnecken aus dem Garten in die Küche kommen, werden sie erst mal einige Tage auf Diät gesetzt. Beim Fasten entleeren sie sich und verringern ihren Schleimgehalt.

### **Zutaten**

---

- 1000 g Gartenschnecken
- 3 mittelgroße Zwiebeln
- 300 g Fleischtomaten
- 1 Paprika (grün)
- 1 Paprika (rot)

- Olivenöl (zum Anbraten)
- Cayennepfeffer
- Salz

## Zubereitung

---

Die Schnecken gründlich in einer Schüssel mit kaltem Wasser, einem Spritzer Essig und Salz so lange säubern, bis der Schleim vollständig entfernt ist.

Die Zwiebeln abziehen und kleinhacken. Die Paprika und Tomaten waschen. Paprika klein schneiden. Die Tomaten in eine Schüssel reiben.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schnecken lebend in das heiße Öl geben und umrühren.

In einer anderen Pfanne zwischenzeitlich die Zwiebeln andünsten bis sie glasig sind. Dann die Paprika hinzugeben und salzen. Wenn die Zwiebeln leicht braun werden, die geriebenen Tomaten dazugeben und alles unter die Schnecken mischen. Salzen und mit dem Cayennepfeffer abschmecken, so dass die Sauce eine leichte Schärfe bekommt. 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Ab und zu umrühren.



Schnecken-Gemüsepfanne