

Mallorca

Die Party-Insel einmal anders



Wenn Toni Colon mit seinem Schwager Biel in den karstigen Bergen hoch über dem mallorquinischen Valldemossa verabredet ist, dann steht die Jagd auf eine ganz besondere Delikatesse an, die man hier oben meist unter Steinen findet: Die beiden suchen Schnecken für ein großes Familienessen.

In den Bergen, wo die Weichtiere mit der harten Schale keine natürlichen Feinde haben, findet man sie in Hülle und Fülle.

Trotzdem dauert es fast eine Stunde, bis die beiden Männer genug für das geplante Essen beisammen haben.

"Hier gibt es Schnecken mit Qualitätsgarantie" meint Toni Colon. Pestizide, die anderswo die Qualität verderben, kommen in der steinigen Landschaft nicht zum Einsatz.

Ihre Beute bringen Toni und Biel gleich nachhause, wo die Schnecken noch einige Tage mit einer Kräuter- und Salat-Diät gefüttert werden. Dann gibt es Mehl – zur Reinigung der Därme. Maria Vidal, Tonis Schwiegermutter, wäscht sie, bis sie nicht mehr schleimig sind und gibt sie mit vielen Kräutern in einen großen Topf. Als erfahrene Köchin kennt sie einen Trick, wie die Tiere perfekt gelingen: Man lässt sie einige Minuten stehen, bevor man den Topf aufs Feuer setzt. Die Schnecken riechen die Kräuter, kommen heraus und schon sind sie überlistet. Für den Rückzug bleibt keine Zeit. Später pult man sie leicht aus ihrer Schale heraus.

Das mallorquinische Arme-Leute-Essen früherer Zeiten ist heute eine selten gewordene Spezialität. Die meisten Mitteleuropäer dürften die Schnecke nur als Dosenware mit eher gummiartiger Konsistenz und als Vorwand für das Schleckern von Kräuterbutter kennen. Maria Vidals Schnecken sprechen für die Ursprünglichkeit der Küche auf Mallorca. Zu ihr gehören auch Goldmakrelen, Pa amb oli, Brot mit Olivenöl und Salz, und Bunyols, frittierte Teigkringel, deren Zubereitung Tonis Frau Maria Antonia so meisterhaft versteht.

Pa amb oli

Mallorquinisches Vesperbrot

Die mallorquinische Variante eines Imbiß aus Zeiten, als selbst altes Brot noch kostbar war und keine Scheibe verschwendet werden durfte. Durch Rösten wurde das Brot wieder knusprig. Was im Hause vorrätig war, diente als Belag. Servieren Sie Pa amb oli als Vorspeise bei einer sommerlichen Grillpartie.

2 Portionen:

2 dicke Scheiben kräftiges spanisches Weißbrot,
2 EL Olivenöl,
1 feste Tomate (geeignet sind italienische Flaschentomaten),
Salz,
Pfeffer,
nach Belieben Schinken,
Käse oder
Wurst, vorzugsweise die mallorquinische Sobrasada,
nach Belieben als Beilage Rettich,
Oliven,
Kapern,
eingelegte Paprika



Rösten Sie die Brotscheibe im Toaster oder über einem Gartengrill. Schneiden Sie die Tomate in zwei Hälften und reiben Sie jede Scheibe mit einer Tomatenhälfte kräftig ein. Das geröstete Brot wirkt wie eine Reibe. Träufeln Sie das Olivenöl gleichmäßig darüber. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben in dieser einfachen Version servieren oder mit Schinken, Käse, Wurst belegen. Auch die würzige Beilage können Sie nach Belieben gestalten.

Tips:

- Zum Rösten eignet sich eher Brot, das bereits einen Tag alt ist.
- Ein Olivenöl schmeckt um so feiner und fruchtiger, je niedriger der Anteil an Fettsäure ist. Bei spanischem Olivenöl gibt es offiziell drei Qualitäten: Aceite de Oliva Virgen Extra, kaltgepreßt und weniger als 1 g Fettsäure auf 100 g Öl, was einem Säuregrad von maximal 1,0 entspricht; Aceite de Oliva Virgen, ebenfalls kaltgepreßt, aber ein Säuregrad von maximal 2,0; Aceite de Oliva raffiniertes Öl oder eine Mischung aus kaltgepreßtem und raffiniertem Öl. Diese Qualität eignet sich gut zum Fritieren. Auch die besten Öle unterscheiden sich durch Duft und Geschmack, weshalb Sie vor dem Kauf immer eine Duft- und Geschmacksprobe mit einem Stückchen Weißbrot machen sollten, sofern dies möglich ist.

Llampuga em prebes

Gebratene Goldmakrelen in Tomaten-Paprikasauce

Für die Bewohner Mallorcas sind Goldmakrelen ein typisches Herbstessen. Denn nur von September bis November tummelt sich dieser feine und seltene Speisefisch im Meer rund um die Balearen.

Die Goldmakrele, ein schneller Schwimmer, der es bis zu einer Länge von eineinhalb Metern und einem Gewicht von 30 kg bringen kann, kommt bei uns nur in geringen Mengen auf den Markt. Seinen Namen hat er von dem intensiven goldenen Glanz über dem silbrig-weißen Bauch.

6 Portionen:

Sauce:

4-5 Knoblauchzehen,
2 große rote Paprikaschoten,
500 g feste Tomaten (geeignet sind italienische Flaschentomaten),
250 ml Olivenöl,
1 Lorbeerblatt,
1 Prise Zucker,
Salz,
Pfeffer

Fisch:

3 Knoblauchzehen,
1 scharfe Chilischote,
250 ml Olivenöl,
2 Goldmakrelen (küchenfertig, jeweils etwa 800 g),
etwa 100 g Mehl,
Salz



Bereiten Sie zunächst die Sauce zu: die Knoblauchzehen zieht man ab und hackt sie grob. Aus den Paprikaschoten die Samen und die Scheidewände entfernen. In grobe Streifen schneiden. Man zerkleinert die Tomaten auf der Küchenreibe. Erhitzen Sie das Olivenöl in einer tiefen Pfanne über großer Hitze. Achten Sie darauf, daß es nicht zu rauchen beginnt. Knoblauch und Paprika darin kurz fritieren, schon in dieser Zeit die Hitze zurückschalten, damit das Öl etwas abkühlt. Gießen Sie das überschüssige Öl bis auf einen kleinen Rest weg. Man gibt die zerriebenen Tomaten, das Lorbeerblatt und den Zucker dazu, würzt vorsichtig mit Salz und Pfeffer und kocht die Sauce etwa 45 min auf kleinster Flamme ein. Noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Chilischote aufschneiden und Samen und Scheidewände mit einem Teelöffel herauskratzen. Arbeiten Sie hierbei mit Gummihandschuhen, um unnötige Hautreizungen durch die Inhaltsstoffe der scharfen Schote zu vermeiden. Erhitzen Sie das Olivenöl in einer großen schweren Pfanne, die beide Fische nebeneinander fassen kann. Geben Sie den Knoblauch und die halbierte Chilischote dazu. Auf kleinster Flamme 2-3 min anschwitzen.

Währenddessen die Goldmakrelen kalt abspülen, dabei die Bauchhöhle nicht vergessen. Tupfen Sie die Makrelen trocken und wenden Sie sie in dem Mehl. Halten Sie die Makrelen an der Schwanzflosse in die Höhe und schütteln Sie den Fisch leicht. Überschüssiges Mehl fällt ab und der Fisch ist nur noch von einer haudünnen Mehlschicht überzogen. Er sollte sofort in die Pfanne, wo man ihn auf mittlerer Flamme auf beiden Seiten goldbraun brät. Dabei leicht salzen. Der Fisch ist richtig gegart, wenn sich das Fleisch an der dicksten Stelle unmittelbar an der Mittelgräte leicht lösen läßt. Beachten Sie, daß der Fisch noch etwa 1-2 min nachgart, nachdem Sie ihn vom Feuer genommen haben.

Gießen Sie das überschüssige Öl ab. Geben Sie die Sauce über den Fisch und tragen Sie ihn mit etwas Weißbrot auf.

Tips:

- Wenn Sie Fisch mit Mehl panieren möchten, verfahren Sie immer nach der in unserem Rezept geschilderten Methode. Wichtig ist, den Fisch sofort anzubraten, bevor das Mehl feucht wird.
- Tomaten sollte man nicht im Kühlschrank aufbewahren. Darunter leidet ihr Aroma.

Llampuga en escabeche

Goldmakrele in Essig

Die Escabeche ist eine würzige Essigmarinade der iberischen Halbinsel, die sich überall dort in vielen Abwandlungen findet, wo Spanier und Portugiesen einst geherrscht haben. Damit ist Südamerika gemeint, aber auch die belgische Wallonie, die einmal zu den spanischen Niederlanden gehört hat.

Ein Rezept für Aal in Essigmarinade finden Sie unter dem Stichwort Wallonien.

4 Portionen:

2 Auberginen,
2 mittelgroße Zwiebeln,
3 Knoblauchzehen,
1 kleiner Blumenkohl,
1 kg Goldmakrelensteaks, jedes etwa 2 cm dick,
etwa 100 g Mehl,
250 ml Olivenöl,
3 Lorbeerblätter,
Salz,
Edelsüß- oder Delikateßpaprika,
200 ml Weißweinessig



Die Aubergine waschen, mit der Schale in Würfel schneiden und diese 30 min in leicht gesalzenes Wasser legen, das ihnen die Bitterstoffe entzieht. Abspülen und trocken tupfen. Die Zwiebeln und die Knoblauchzehe abziehen. Die Hüllblätter des Blumenkohls ablösen, den Strunk ausschneiden und den Kohl in Röschen teilen. Gründlich waschen, abtropfen lassen und beiseite stellen.

Panieren Sie die Goldmakrelenstücke mit dem Mehl. Schütteln Sie überschüssiges Mehl ab. Braten Sie die Stücke in dem Öl über mittlerer Flamme goldgelb an. Verwenden Sie dazu eine große und tiefe Pfanne. Nehmen Sie die Makrelenstücke heraus. Lassen Sie sie auf Küchenpapier abtropfen. Danach legt man sie in einen tiefen feuerfesten Topf.

Die Zwiebeln in dünne Ringe oder Halbringe schneiden und in dem heißen Öl über mittlerer Flamme goldbraun braten. Die Auberginen, den Blumenkohl und die ganzen Knoblauchzehen dazugeben und in dem heißen Öl weich garen. Gegen Ende der Garzeit, wenn sich bereits Flüssigkeit in der Pfanne gesammelt hat, mit Salz und Paprika würzen. Heben Sie die Gemüse aus der Pfanne und geben Sie sie zu dem Fisch in den Topf. Essig und 100 ml Wasser angießen und weitere 20 min auf kleiner Flamme garen. Legen Sie am besten ein Flammsieb unter. Die Escabeche kann man ein bis zwei Tage stehen lassen und dann bei Zimmertemperatur servieren. Sie können sie aber auch sofort auftragen. Man ißt Brot dazu, das man in die Essigmarinade tunkt.

Tips:

- Etwas milder wird das Gericht durch die Verwendung von Apfelessig – auch wenn das nicht typisch mallorquinisch ist.
- Die Goldmakrelen können Sie durch jeden anderen festfleischigen Seefisch ersetzen.

Gelat d'ametlla

Mandeleis

Selbstgemachtes Eis war früher eine Selbstverständlichkeit in vielen bürgerlichen Haushalten. Man ließ den Konditorjungen kommen, der mit der hauseigenen Maschine mühevoll die eiskalte Delikatesse rühren mußte. Eine halbe Stunde bis eine Stunde dauerte es, bis das Eis die richtige Konsistenz hatte.

Heute erledigen dies elektrische Maschinen. Gestern wie heute gilt, daß ein gutes selbstgemachtes Eis jedem gekauften überlegen ist.

Für 6 Portionen:

500 ml Milch,
1 gut gehäufte Messerspitze Zimt,
200 g Zucker,
6 Eigelb,
1 Zitrone,
300 g Mandeln



Kochen Sie die Milch mit dem Zimt und der Hälfte des Zuckers auf. Mindestens 5 min stehen lassen. Schlagen Sie die Eigelb mit der anderen Hälfte des Zuckers solange auf, bis das Eigelb hellgelb und dicklich ist. Es dürfen keine Zuckerkrystalle mehr zu sehen sein. Gießen Sie die heiße Milch über die Eigelb und verrühren Sie beides mit einem Kochlöffel. Geben Sie die Eiermilch zurück in den Topf. Erhitzen Sie die Eiermilch unter unablässigem (!) Rühren mit einem Holzlöffel bis die Eier die Milch bei etwa 82 °C abbinden. Die Flüssigkeit steigt im Topf hoch, weil sich die darunter geschlagene Luft ausdehnt. Die Milch wird dick. Sie bildet ein rosenförmiges Muster, wenn Sie etwas davon auf einen Löffel nehmen und darauf blasen. Am Topfrand zeigen sich erste Luftblasen. Wenn sie noch keine Erfahrung mit einer solchen Eiermilch haben, arbeiten Sie langsam und vorsichtig.

Wenn die Milch abgebunden hat, gießen Sie sie sofort in die Rührschüssel für die Eigelbe zurück. Die abgeriebene Schale einer Zitrone unterrühren. Ebenso die gerösteten Mandeln. Lassen Sie die Eismasse zunächst auf Zimmertemperatur abkühlen. Stellen Sie sie dann in den Kühlschrank. Wenn Sie gut durchgekühlt ist, geben Sie die Eismasse in ihre Eismaschine und rühren Sie das Eis.

Durch das ständige Rühren während des Gefrierens wird die Bildung von Eiskristallen verhindert. Wenn Sie keine Eismaschine besitzen, können Sie Eis herstellen, indem Sie die Masse in den Tiefkühlschrank stellen und jeweils nach 10-15 min mit dem Schneebesen durchschlagen. Machen Sie dies solange, bis das Eis cremig ist. Auf diese Weise bekommt es allerdings eine etwas körnige Struktur.

Tips:

- Achten Sie bei der Eisbereitung auf absolute Sauberkeit aller Geräte, die Sie dafür verwenden, um ihr Eis unter optimalen hygienischen Bedingungen herzustellen.
- Nehmen Sie das Eis einige Zeit vor dem Servieren aus dem Gefrierschrank und lassen Sie es im Kühlschranks antauen. Die konkrete Zeit – zwischen 30 und 60 min – richtet sich nach der Zusammensetzung der Eiscreme und der Temperatur von Gefrier- und Kühlschranks. Eis hat die richtige Konsistenz, wenn man mit einem Messer hineinstecken kann, ohne daß man einen Widerstand spürt.
- Bei Eiscreme rechnet man mit 125 ml Eis, also zwei Kugeln pro Person. Aus einem Liter Eis erhalten Sie also 8 Portionen.

Caragols

Schneckenpfanne

Ein Klassiker des europäischen Vorspeisenrepertoires für geduldige und fleißige Hausfrauen- und -männer, denn schließlich ziehen sich die Vorarbeiten für diese Delikatesse über mehrere Tage hin.

Lebende Schnecken der Gattung *Helicidae*, das heißt Schnirkelschnecken, findet man längst nicht mehr in den Weinbergen, nach denen sie in Deutschland auch Weinbergschnecken heißen. Sie lebt heute in Gärten und Parks, an Hecken und Wiesenrainen und an den Randzonen unserer Wälder, wo sie in der Abenddämmerung zur Nahrungssuche herauskommt. Schnecken sammelt man am besten von April/Mai bis Oktober, dann sind sie nämlich schön fett. Heute gilt die Schnecke als Leckerbissen, früher war sie ein weitverbreitetes Volksnahrungsmittel, das die Menschen mit tierischem Eiweiß versorgte.

Für 8 Portionen:

Schnecken:

100-120 lebende Schnecken,
Kopfsalat,
etwas Mehl,
grobkörniges Salz,
etwas Rotweinessig,
insgesamt 2-3 Bund Küchenkräuter ihrer Wahl,



Sauce:

100 g frischen Schweinespeck,
100 g Olivenöl,
1 Sobrasada,
500 g feste Tomaten (italienische Flaschentomaten),
Salz,
Pfeffer

Da einige der Pflanzen, die Schnecken fressen, für den Menschen giftig sind, sollten Sie selbstgesammelte Schnecken auf jeden Fall noch etwa vier bis fünf Tage am Leben lassen. Füttern Sie die Schnecken in dieser Zeit mit Salat. Es gibt jedoch auch Köche, die die Schnecken in dieser Zeit hungern lassen. Allerdings verlieren sie dadurch an Gewicht. Geben Sie den Schnecken am letzten Tag etwas Mehl zu fressen. Das reinigt ihre Därme. Am besten halten Sie die Schnecken in einem Eimer gefangen, den Sie mit einem Mauersieb abdecken und den Sie an einen kühlen, schattigen Platz stellen.

Gehen Sie am Tag der Zubereitung so vor: Legen Sie die Schnecken in eine Schüssel und fügen sie etwas grobkörniges Salz und einen Schuß Rotweinessig hinzu. Lassen Sie die Schnecken etwa 5 min in dieser Mischung. Zwei- bis drei Mal mit der Hand umrühren. Die Schnecken sondern so einen großen Teil ihres Schleims ab. Jeweils eine Handvoll Schnecken in frischem kaltem Wasser waschen, um den Schleim abzulösen. Vor jedem Waschen sollte das Wasser erneuert werden. Geben Sie die noch nassen Schnecken in einen großen tiefen Topf, zusammen mit den gewaschenen, nassen Küchenkräutern. Geben Sie noch ½ Kaffeetasse Wasser dazu. Warten Sie etwa 5 min bis die Schnecken aus ihren Häuschen herauskommen, weil der Duft der Kräuter sie herauslockt. Deckel auf den Topf setzen und auf größter Flamme auf den Herd setzen. Die Schnecken 10 min garen.

Schneiden Sie den Schweinespeck in grobe Würfel und braten Sie ihn in dem Olivenöl auf mittlerer Hitze 3-5 min an. Nehmen Sie dafür eine große tiefe Pfanne, die später alle Schnecken fassen kann. Die grob zerschnittene Sobrasada dazugeben und weitere 3-5 min anbraten. Währenddessen die Tomaten auf der groben Seite der Haushaltsreibe reiben. In die Pfanne geben, salzen und pfeffern und etwa 45 min leise kochen lassen. Geben Sie jetzt die noch heißen Schnecken mit ihrer Kochflüssigkeit dazu. Gut mit der Tomatensauce vermischen und 10 min ziehen lassen, damit sich alle Aromen verbinden. Heiß mit Weißbrot servieren. Zum Essen holt man die Schnecken mit einer kleinen Gabel oder einem Zahnstocher aus ihrem Gehäuse heraus.

Tips:

- Wenn Sie Schnecken in Gärten- und Parkanlagen sammeln, achten Sie darauf, daß kein Schneckenkorn gestreut wurde.
- Wem die Vorarbeiten zu mühsam sind, der nimmt Schnecken aus der Konserve. Diese Schnecken werden in Schneckengärten für die Industrie gezüchtet. Allerdings sind diese Schnecken nicht so köstlich wie frisch zubereitete.
- Wenn Sie die Schnecken mit Kräutern und nicht mit Salat füttern, nehmen diese den Geschmack der Kräuter an.

Bunyols

Süßkartoffelkrapfen

Olivenöl zum Fritieren dieser Krapfen ist ein absolutes Muß! Nur so erhalten Sie den "typisch mallorquinischen" Geschmack.

Zutaten:

3 mittelgroße Süßkartoffeln,
1 mittelgroße Kartoffel,
etwa 100 g Weizenmehl,
etwas Wasser,
1 Hefewürfel,
Olivenöl zum Fritieren



Die vier Kartoffeln waschen und kochen. Noch warm pellen und durchdrücken. Das Mehl dazugeben. Bröckeln Sie die Hefe in eine halbe Tasse lauwarmes (30 bis (maximal) 40 °C) Wasser. Man rührt um, deckt die Tasse ab und stellt sie an einen warmen, vor Zugluft geschützten Ort, bis die Hefe Blasen wirft. Mit dem Kartoffelteig unter ständiger, tropfenweiser Zugabe von Wasser zu einem sehr feuchten Teig verkneten, der aber nicht dickflüssig werden soll. Lassen Sie den Teig abgedeckt 1 h an einem warmen Ort gehen.

Einen tiefen Topf 3-4 cm hoch mit Olivenöl füllen. Sie können natürlich auch eine elektrische Friteuse verwenden, benötigen dann aber mehr Olivenöl. Erhitzen Sie das Öl auf 180 °C. An einem hineingetauchten, hölzernen Kochlöffelstiel steigen dann feine Luftbläschen auf. Formen Sie die Bunyols auf diese Weise: Befeuchten Sie beide Hände. Etwas Teig in die linke Handfläche nehmen, den Zeigefinger und den Daumen zu einer runden Öffnung formen und den Teig herauspressen, bis sich eine Teigkugel formt. Nehmen Sie diese Kugel mit dem Daumen der rechten Hand ab und drücken Sie gleichzeitig mit dem Mittelfinger der rechten Hand ein Loch in die Mitte. Dies erfordert einige Übung, daher sollten Sie beim ersten Mal das Formen einüben, bevor Sie das Öl erhitzen. Man läßt die Kringel in das heiße Öl gleiten und fritiert sie wie Krapfen auf beiden Seiten, bis sie goldbraun sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und noch warm mit Honig und Zucker essen.

Sicherheitshinweis:

Arbeiten Sie vorsichtig! Überhitzen Sie nicht das Öl, es könnte Feuer fangen. Halten Sie insbesondere Kinder fern vom Herd, um Verbrennungen zu vermeiden.

Tip:

- Zum Fritieren reichen die einfachen Ölqualitäten, also das Aceite de Oliva völlig aus.