

Côte Vermeille

An der Côte Vermeille stoßen die Pyrenäen schroff auf das Mittelmeer. Dort, wo die Berge etwas Platz gelassen haben, öffnet sich die Aussicht auf eine malerische Bucht mit kleinem Hafen und ein paar hundert Häusern. Hier liegt Collioure, berühmt für salzige Anchovis und süßen Wein.

Und so kommt man zwischen Weinbergen die steile Straße hinab in den Ort, vorbei an einer kleinen Fischfabrik, dem Stammsitz der Familie Roque. Bei den Roques wird gefischt, gepökelt und gleichzeitig einer der delikatesten Süß-Weine Frankreichs gemacht.



Guy und Marie Roque in ihrem Laden, dem Reich der 1000 Anchovis

Der Großvater der Familie Roque ist einer der ältesten Anchovis-Salzer der Stadt. Er steht noch mit beiden Beinen im Anchovis-Geschäft. Im Nebenberuf produziert er Wein. Doch während die ältere Generation noch beiden unterschiedlichen Berufen nachgehen kann, werden die Zeiten für die Tochter Malou und ihren Mann, den Fischer Thierry, immer schwieriger. Der Fang auf hoher See hängt vom Wetter ab, für den Wein bleibt keine Zeit. Auch sehen die beiden ihre Zukunft nicht unbedingt im Schoß einer Großfamilie.

So unterschiedlich die Mitglieder der Familie Roque sind, so vielfältig ist auch ihr Essen. Süßer Wein kommt neben salzigem Fisch auf einen Tisch. Gepökelt oder mariniert, die Anchovis gehören zu jedem Aperitif. Oft legt Malou sie auch nach katalanischer Art auf geröstete Tomatenbrote. Wenn Thierry Dorade oder Wolfsbarsch nach Hause bringt, werden sie mit *Rancio*, einem oxidierten Rotwein, im Ofen gegart. Und für den Nachtisch zieht der Sohn des Hauses Teigfladen hauchdünn auf dem Knie aus. Jedes Essen wird dabei vom süßen Banyulswein eingerahmt – er eignet sich sowohl zum Aperitif als auch als Digestif.



Der Fischer und seine Frau: Thierry und Malou



Bei einer Grillade kommt alles auf den Tisch, was der Kühlschrank hergibt: Guy Roque serviert Blutwurst.

Der Film begleitet Familie Roque zwischen Weinbergen, Wind und den Wellen des Mittelmeeres.

Anchois marinés et salés

Marinierte und gesalzene Anchovis

Kein Aperitif an der Côte Vermeille ohne Anchovis! Hier die schönste Weise, Anchovis anzu-richten: Die braunen, gesalzenen und die weißen, marinierten Fische werden abwechselnd auf einer Platte angerichtet und zusammen mit gutem Brot serviert.

Zutaten für 4 Portionen:

150 g frische oder marinierte Anchovisfilets,
150 g gesalzene Anchovis oder Anchovisfilets

Für die Marinade:

1 Zitrone,
Oregano,
Thymian,
Knoblauch

Olivenöl,
Essig,
Petersilie

Meistens werden die Anchovis bereits entsalzen und filetiert in Öl eingelegt verkauft. Haben Sie aber die Gelegenheit, in Collioure ein traditionelles Glas Anchovis in grobkörnigem Salz zu erstehen, zögern Sie nicht! Je länger der Fisch im Salz liegt, desto feiner wird sein Geschmack.

Zuerst müssen die gepökelten Fische entsalzt werden. Spülen Sie sie vorsichtig mit klarem Wasser ab und lassen Sie sie dann – je nach Geschmack – ½ oder 1 h im Wasserbad liegen. Das Wasser dabei zwei- bis dreimal austauschen. Teilen Sie die Fische behutsam und nehmen Sie die Gräte heraus.

Auch die hellen, marinierten Anchovis kann man inzwischen im Glas kaufen. Haben Sie aber frische Anchovis erstanden, müssen Sie zuerst den zarten Fischen Kopf und Gräte entfernen und sie ausnehmen. Das verlangt Zeit und ein gewisses Geschick. Lassen Sie sie dann eine Nacht lang abgedeckt im Kühlschrank mit Salz, dem Saft einer Zitrone, Oregano, Thymian, Petersilie, Knoblauch, Pfeffer, Olivenöl und Weinessig ziehen.

Trocknen Sie die Filets, das Innere nach unten, auf einer Lage Küchenpapier. Tupfen Sie sie behutsam ab. Zum Anrichten legen sie die Filets auf einem großen Teller im Kreis aus, jeweils ein helles, mariniertes neben einem dunklen, gepökelten Filet. Geben Sie auf jedes Filet einen Tropfen Öl und Essig und streuen Sie etwas gehackte Petersilie über die Fische.

Tip:

- Servieren Sie zu den Anchovis den *Rancio sec*, einen traditionellen, oxidierten Wein aus der Grenache-Traube. Er erinnert etwas an trockenen Sherry und paßt zu den kleinen delikaten Fischen wie kein anderer.

Pain, anchois, ail et tomate

Anchois-Tomatentoasts

Das war unsere Entdeckung in Collioure! Zusammen mit Knoblauch entwickeln die Anchois ein ganz ungewöhnliches Aroma. Die Toasts lösen einen Sturm unterschiedlichster Geschmacksempfindungen aus.

Zutaten für 4 Portionen:

1 halbes Baguette oder ein kleines Weißbrot,
4 sehr reife Fleischtomaten,
20 gesalzene Anchovisfilets,
3 Knoblauchzehen,
10 hauchdünne Scheiben luftgetrockneter Schinken,
Olivenöl

Lassen Sie die Anchovisfilets zwischen zwei Lagen Küchenpapier trocknen. Schneiden Sie das Weißbrot in dicke Scheiben und rösten Sie diese 5 min im vorgeheizten Backofen. Reiben Sie das noch heiße Brot mit den Knoblauchzehen ab, bis der Knoblauch verschwindet. Halbieren Sie die Tomaten und zerreiben Sie sie auf den Brotscheiben. Legen Sie dann auf jedes Brot ein oder zwei Filets und geben Sie ein paar Tropfen Olivenöl darüber. Zwischen die Brote kommt schließlich noch der Schinken, den sie dafür in Streifen teilen.

Tip:

- Setzen Sie alles daran, die Toasts warm zu servieren! Verlegen Sie den Aperitif doch einfach in die Küche und bereiten Sie diese Köstlichkeit vor den Augen der Gäste zu.

Ravier d'anchois à la catalane

Anchovis nach katalanischer Art

Dieses einfache, kalte Gericht ist der Klassiker der Anchovis-Küche. Weil es ein leichtes Gericht ist, passt es gut zu heißen Sommertagen.

Zutaten für 4 Portionen:

2 Paprika,
4 hartgekochte Eier,
30 Anchovis-Filets,
glatte Petersilie,
Knoblauch,
Olivenöl,
Banyulsessig



Der Klassiker schlechthin ist Anchovis nach katalanischer Art: ein leichtes Gericht für einen heißen Sommer.

Garen Sie die Paprika 30 min im Ofen, ziehen Sie anschließend die Haut ab und zerteilen Sie sie in schmale Streifen. Schälen und vierteln Sie die Eier. Trocknen Sie die Anchovisfilets zwischen zwei Lagen Küchenpapier. Drappieren Sie ungefähr dreißig Anchovisfilets im Wechsel mit den Paprikastreifen auf einem großen Teller im Kreis, legen Sie die Eier dazwischen und garnieren Sie den Teller mit Petersilie und Knoblauch. Geben Sie zum Schluss noch Petersilie, Olivenöl und Banyuls-Essig darüber.

Tip:

- Als Beilage können Sie wie Marie gekochte Saubohnen reichen, die Sie mit Crème fraîche, Zitrone und Pfefferminze anrichten.

La sardinade

Sardinen auf dem Grill

An der Côte Vermeille wird bei jeder Gelegenheit gegrillt. Auf den Grill kommt, was die Saison zu bieten hat. Wie überall auf der Welt ist die Geselligkeit dabei wenigstens genauso wichtig wie das kulinarische Ereignis.

Zutaten für 1 Portion:

5-6 frische Sardinen,
Banyulsessig

Grillen Sie die Sardinen von beiden Seiten auf einem Grill bis sie gar, innen aber noch saftig sind. Die exakte Garzeit hängt von der Größe der Sardinen, der Hitze des Feuers und dem Abstand des Grillgutes zum Feuer ab und lässt sich daher nicht standardisieren. Servieren Sie die gegrillten Fische mit einigen Tropfen Banyuls-Essig.

Tip:

- Wenn es Ihnen gelingt, für das Feuer trockene Weinreben aufzutreiben, können Sie den Geschmack der Sardinen weiter verfeinern. Jede Rebsorte gibt dem Fisch einen anderen Geschmack.

Le loup de Tata Pauline

Der Wolfsbarsch von Pauline

Dieses Rezept stammt aus der Künstlerbar „Les Templiers“. Anstelle des sehr schmackhaften Wolfsbarschs wurde ursprünglich der Drachenkopf verwendet, der inzwischen aber sehr selten geworden ist und zur Schonung der Restbestände nicht mehr befischt werden sollte.

Zutaten für 6-8 Portionen:

1 oder 2 Wolfsbarsche, ungefähr 2 kg,
1,5 kg Kartoffeln,
300 g schwarze entkernte Oliven,
5-6 reife Tomaten gleicher Größe,
1 frische Fenchelknolle,
Thymian,
Lorbeer,
Kerbel,
glatte Petersilie,
1 Glas *Rancio sec*,
1 EL Erdnußöl,
3 EL Olivenöl

Nehmen Sie den Fisch aus und schuppen Sie ihn. Streichen Sie eine ausreichend große Auflaufform mit Öl aus. Schneiden Sie den Fenchel in kleine Würfel, dann die Kartoffeln in Scheiben und legen Sie sie in die Form. Den Fisch mit einem Teil der Oliven, des Fenchels und der Kräuter füllen. Die restlichen Oliven kommen mit dem Fenchel, den Kräutern, etwas Salz und mit frischem Pfeffer zu den Kartoffeln und werden mit beiden Händen gut untergemischt. Dann den Fisch auf die Kartoffeln legen und die halbierten Tomaten mit der Schnittseite nach oben um den Fisch drapieren. Geben Sie das Glas *Rancio* zum Fisch und den Kartoffeln, salzen und peppern Sie nochmals und gießen Sie etwas Erdnußöl darüber.

Garen Sie den Fischtopf bei mittlerer Hitze 90 min. Vor dem Servieren etwas Olivenöl auf den Fisch geben und ihn noch einige Minuten im Ofen ziehen lassen. Jetzt tragen Sie auf!

Tip:

- Für dieses Rezept lassen sich auch andere Mittelmeerfische wie etwa Dorade verwenden.

Bougnettes

Orangenkrapfen von der Côte Vermeille

Bougnettes sind eigentlich ein österliches Gebäck. Doch mittlerweile sind sie so beliebt, daß sie das ganze Jahr über zum Nachtisch oder zum Nachmittagstee gegessen werden.

Zutaten:

ein halber Würfel Hefe,
500 g Mehl,
½ Stück Butter,
4 EL Rum,
2 EL Orangenblütenwasser,
4 EL Wasser,
Salz,
Fritieröl

Lösen Sie in einem Topf die Hefe in der warmen (nicht in heißer!) Butter auf. Die Butter wird mit 500 g Mehl, 4 EL Rum, 2 EL Orangenblütenwasser, 4 EL Wasser zu einem geschmeidigen Teig verknetet. Eine Prise Salz hinzugeben. Noch etwas Mehl hinzufügen, bis der Teig nicht mehr klebt.

Der Teig muß nun an einem warmen Ort zugedeckt – zum Beispiel unter der Bettdecke, wie es an der Côte Vermeille üblich ist – 6 h gehen. In deutschen Wintermonaten ist mit Sicherheit ein Platz auf der Heizung vorzuziehen.

Wenn der Teig aufgegangen ist, verstreichen Sie etwas Öl auf einem Tisch und wellen Sie aus einer kleinen Teigmenge einen hauchdünnen Fladen aus. Wenn das Nudelholz mit Eiswasser gekühlt ist (es geht auch eines aus Marmor, das sie rechtzeitig in den Kühlschrank legen) klebt der Teig nicht fest.

Jede Bougnette 2-3 min in einer Pfanne in heißem Fritieröl ausbacken, abtropfen lassen und sofort mit Puderzucker bestreuen.

Tip:

- Nehmen Sie sich für das Rezept entsprechend Zeit, denn das Ausbacken kann einen ganzen Abend dauern. Lassen Sie es sich aber auf keinen Fall nehmen, rechtzeitig die noch warmen Bougnettes zu kosten.