

Kochabend vom 21.11.2017

Jorge



Anmerkungen zum gewählten Menü

Im November, mit Morgennebel, Nieselregen und dem ersten Kratzen an vereisten Autoscheiben, denkt man doch gerne an die sonnigen Tage des Sommers zurück. Dieses Rezept bringt den Sommer für einen kurzen Moment auf den Teller zurück.

Bom Apetite!

Portugiesische Sprichwörter:

Öl, Wein und Freunde - je älter, desto besser.

Im alten Topf macht man auch gute Suppen.

Ablauf

Besprechung

Suppe

Hauptgang (Sofort Peperoni und Kichererbsen kochen)

Dessert

Zeit bis ca.

18.30 bis 19.00 Uhr

19.00 bis 19.45 Uhr

19.00 bis 20.30 Uhr

21.00 bis 21.30 Uhr

Apéro-Nüsse und Apéro-Mandel

Zubereitungszeit 15 Min, Garzeit 5 Min

Pikante Haselnüsse

150 g *Haselnüsse*
1 Tl *Zucker*
½ Tl *scharfer Paprika*
¼ Tl *Meersalz*
 grober Pfeffer

Haselnüsse in einer beschichteten Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Herausnehmen und auf ein Tuch geben. So lange aneinander reiben, bis sich die Schalen ablösen. Nüsse zurück in die Pfanne geben. Zucker dazugeben und bei mittlerer Hitze unter Rühren caramolisieren. Mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Sofort auf ein Backpapier geben und auskühlen lassen. Falls die Nüsse zusammen kleben, nach dem Auskühlen trennen.

Kräutermandeln

150 g *Mandeln*
1 Tl *Zucker*
¼ Tl *Meersalz*
½ Tl *getrockneter Majoran*

Mandeln in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fett leicht rösten. Zucker beigegeben und unter Rühren caramolisieren. Mit Salz und Majoran würzen. Sofort auf ein Backpapier geben und auskühlen lassen. Falls die Mandeln zusammen kleben, nach dem Auskühlen trennen.

Kartoffel-Nuss-Brot mit Rohschinken und Feigen

Zubereitungszeit 5 Min

250 g *Kartoffel-Nuss-Brot*
1 El *Butter*
1 Tl *grobkörniger Senf*
160 g *Rohschinken*
2 *Feigen*
40 g *Parmesan*

Brot in Scheiben schneiden. Butter und Senf mischen. Brotscheiben damit bestreichen. Rohschinken auf den Brotscheiben verteilen. Feigen vierteln und drauflegen. Parmesan darüber hobeln.

Tremoços / Lupinen

Lupinen (nature) aus der Verpackung nehmen, mit kaltem Wasser abspülen und in kleinen Schälchen servieren.

Gewürzte Lupinen (mit Piri Piri oder Oregano oder ...) nicht waschen, sondern direkt in kleinen Schälchen servieren.

Getränkertipps: Bier, z.B. Cerveja "Sagres" Mini

Sopa de Camarão / Portugiesische Garnelensuppe

Zubereitungszeit 20 Min, Garzeit 15 Min

*1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Tomate
1 Rüebli
3 Kartoffeln
3 El Olivenöl
250 g rohe Garnelen, geschält
1 dl trockener Weisswein
3-4 dl Wasser
Piri Piri Sauce(scharf!)
Salz
Pfeffer*

Garnitur

*1-2 Scheiben Sesambrot
4 (100g) rohe Garnelen, geschält
2 El Olivenöl
Salz
Pfeffer*

Zwiebel und Knoblauch klein würfeln. Tomate klein würfeln. Rüebli und Kartoffeln schälen und würfeln.

Im Dampfkochtopf die Zwiebeln und Knoblauch mit heissen Olivenöl andünsten, Gemüse und Garnelen begeben und kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen, einköcheln lassen, Wasser begeben, Dampfkochtopf mit Deckel verschliessen und bei kleiner Hitze 8 Minuten köcheln lassen.

Suppe pürieren und alles durch ein Sieb passieren. Suppe kurz aufkochen und mit Schwingbesen schlagen (eventuell mit kalter Butter aufmontieren). Mit Piri Piri Sauce, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur das Brot klein würfeln und in wenig Olivenöl goldgelb ausbacken. Garnelen in Olivenöl kurz braten und auf Holzgrillspiesschen stecken. Suppe in Tellern anrichten und mit Brotwürfeln und Garnelen garnieren.

Getränkertipps: fruchtiger Weisswein, z.B. Vinho Verde, Portugal

Bacalhau com Grão / Kabeljau mit Kichererbsen

Zubereitungszeit 30 Min, Garzeit 50 Min

| | |
|-------------|--|
| 180 g | Peperoni, rot und grün |
| 500 g | Kabeljau, ohne Haut und Gräte (ca. 400 g Stockfisch (getrockneter Kabeljau) am Vortag wässern) |
| 1 dl | Milch |
| 2 dl | Wasser |
| 5 | Pfefferkörner, schwarz, ganz |
| 2 | Lorbeerblätter |
| 450 g | Kichererbsen, gekocht (300 g getrocknete Kichererbsen am Vortag wässern) |
| 1 | Ei > Eigelb und Eiweiss trennen |
| 2 gestr. El | Mehl (gestr. = gestrichene) |
| 1 | Knoblauchzehe |
| 50 g | Zwiebel |
| 1 dl | Olivenöl |
| | Pfeffer, Salz |
| 30 g | schwarze Oliven, fein geschnitten |
| | Koriander und Petersilie, grobblättrig, fein gehackt und Basilikumzweig |

Peperoni in Backofen bei 250 Grad ca. 20 Min backen bis die Haut schwarz und sich Blasen bilden. In Blechschale legen und mit Tuch zudecken. Die Haut komplett entfernen und in Streifen von 1cm schneiden.

Fisch am Vorabend in kaltes Wasser einlegen. Wasser 3-4-mal austauschen damit der Fisch nicht mehr zu salzig ist. Wasser abschütten.

Milch, Wasser, Pfefferkörner und Lorbeerblätter aufkochen. Fisch dazugeben, 5 Min kochen, Herd abschalten, zugedeckt 10 Min ziehen lassen. Fisch aus Milchwasser herausnehmen und abtropfen, Haut und Gräte entfernen, Fisch von Hand in mundgerechte Stücke zerteilen (nicht schneiden oder zupfen).

Kichererbsen am Vorabend in kaltes Wasser einlegen. Wasser abschütten.

Kichererbsen im Dampfkochtopf mit Wasser und Salz ca. 10 Min weichkochen. 300 g der gekochten Kichererbsen durch das Passevite pressen, Mehl und flüssiges Eiweiss darunter mischen und gut kneten. Auf Backpapier auf 5-6mm Dicke auswallen, 8 Teig-Rechtecke von 8cm x 10cm mit dem Pizzamesser schneiden, mit Eigelb bestreichen, im auf 220 (-250) Grad vorgeheizten Backofen bei Unter- und Oberhitze 15-20 Minuten backen.

Knoblauch fein hacken, Zwiebeln halbieren und in feine Streifen schneiden. 0.5 dl Olivenöl erhitzen, Knoblauch und Zwiebeln dazugeben (dürfen nicht schwarz werden!), mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fisch und Peperoni dazugeben und leicht erwärmen.

Anrichten

1 gebackenes Teigrechteck auf Teller legen, Fischstücke drauflegen, Peperoni und ganze Kichererbsen dazu legen, mit Olivenstücken und Kräutern garnieren. 1 Teigrechteck anstellen. Mit Basilikumzweig dekorieren. 1 Tl Olivenöl über Fisch giessen und sofort servieren.

Getränkertipps: Vinho verde, Vinho rosé

Mandarinen-Flip

Zubereitungszeit 10 Min

| | |
|--------------|-----------------------|
| <i>20 g</i> | <i>Meringues</i> |
| <i>100 g</i> | <i>Mandarinen</i> |
| <i>½</i> | <i>Granatapfel</i> |
| <i>1 dl</i> | <i>Rahm</i> |
| <i>180 g</i> | <i>Joghurt nature</i> |
| | <i>Kirsch</i> |

Meringues zerbröseln. Wenig Meringues in Gläser verteilen.

Einige Mandarinschnitze für die Garnitur beiseitelegen. Die restlichen Schnitze klein schneiden und den Saft auffangen.

Rahm steif schlagen, ein paar Tropfen Kirsch dazu geben und mit Joghurt mischen.

Granatapfelschale wenig einschneiden ohne die einzelnen Samenkörner (Kerne) zu verletzen, schälen und die weisse bittere Haut entfernen.

Abwechslungsweise Mandarinschnitze, Rahm-Joghurt und Granatapfelkerne in Dessertgläser schichten. Mit beiseite gestellten Mandarinschnitzen dekorieren.

Pastel de Nata



Pastel de Nata (Plural: Pastéis de Nata) oder Pastel de Belém (Plural: Pastéis de Belém) ist ein Blätterteigtörtchen mit Pudding, das vermutlich bereits vor dem 18. Jahrhundert von den Mönchen des Mosteiro dos Jerónimos (Hieronymus-Kloster) in Belém, heute ein Stadtteil Lissabons, hergestellt wurde. 1834 wurde das Kloster geschlossen und die Mönche verkauften ihr Rezept an eine Zuckerraffinerie. Seit 1837 werden die Pastel de Nata von der Pastelaria (Patisserie) Casa Pastéis de Belém unter dem Namen Pastéis de Belém hergestellt und vertrieben.

Die Törtchen bestehen aus Blätterteig, der mit einer Creme aus Eigelb, Zucker, Milch und Mehl gefüllt wird. Die gebackenen Pastéis werden in Portugal meist mit Zimt oder Puderzucker bestreut gegessen.

Bica (Espresso)



Eine Bica ist eine portugiesische Espressovariation und ist speziell in Lissabon die Bezeichnung für einen Espresso. Die wörtliche Übersetzung heißt "Ausguss". Der Begriff ist ebenso ein Akronym oder Wortspielerei und bedeutet **Beba Isto Com Açúcar** (Trinke dies mit Zucker). Als man nämlich begann, den Espresso im berühmten Café A Brasileira im Lissaboner Stadtteil Chiado zu vermarkten, gefiel der bittere Geschmack des Cafés den Leuten dort überhaupt nicht. So erfand man kurzum einen neuen Slogan. Der Begriff wurde alsdann so erfolgreich, dass er sich bis heute gehalten hat. Die Portugiesen unterscheiden noch zusätzlich zwischen einer „normalen“ Bica (dem halb gefüllten Tässchen) und einer vollen Tasse, dem café cheio (deutsch: volle Tasse). In ganz Portugal gehört es zum „guten Ton“, sich täglich mindestens 2–3 Mal in seinem Stamm-Café blicken zu lassen, eine Bica zu genießen und mit seinen Freunden die wichtigsten Neuigkeiten zu besprechen.