

Moqueca Paraense

 [sites.arte.tv /glueck-teller/de/moqueca-paraense-glueck-teller](https://sites.arte.tv/glueck-teller/de/moqueca-paraense-glueck-teller)

Diese Variation der traditionellen Moqueca (Gericht aus dem brasilianischen Bundesstaat Bahia) wurde von meinem Vater, Seu Chicão, kreiert und ist in unserer Region mittlerweile ein Klassiker. In unserem Restaurant Remanso do Peixe ist diese Moqueca das am häufigsten bestellte Gericht.

Für 4 Personen:

2 Eier
550 g Filhote-Filet (oder anderer weißer Fisch wie z. B. Seehecht)
Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
1 TL Knoblauch, gehackt
Saft einer halben Zitrone
Natives Olivenöl Extra
3 EL Maniokstärke (oder Maisstärke)
1 l Tucupí (gelber Manioksaft)
30 g Zwiebeln, gehackt + 30 g Zwiebelringe
30 g Tomaten, gewürfelt + 30 g Tomaten, in Ringe geschnitten
1 kleine Chili-Schote
30 g rote Paprika, in Ringe geschnitten
20 g grüne Paprika, in Ringe geschnitten
2 EL Koriander, grob gehackt
2 EL Basilikum, gehackt
2 EL Schnittlauch, gehackt
100 g gekochte Garnelen, gehäutet aber mit Schwanz

1. Die Eier 8 Min. in siedendem Wasser kochen. Im Wasser abkühlen lassen, abtropfen, schälen und halbieren.
2. Den Fisch mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Zitronensaft und ein wenig Olivenöl würzen.
3. In einer Schüssel die Maniokstärke in 100 ml Tucupí auflösen.
4. In einer Tonkasserolle 50 ml Olivenöl erhitzen und die gehackte Zwiebel, die Tomatenwürfel und das Chili daran anbraten, bis alles ganz weich ist.
5. Den restlichen Tucupí (900 ml) und den Fisch dazugeben. 5 Min. kochen lassen.
6. Die Tucupí-Maniokstärke-Mischung dazugeben. Dabei mit einem Kochlöffel gut umrühren. Kochen bis das Ganze andickt.
7. Die Paprika-, Tomaten- und Zwiebelringe und die Garnelen dazugeben. Die hart gekochten Eier dazugeben, mit den gehackten frischen Kräutern bestreuen und sofort servieren.
8. Mit Jambú-Reis und feinem Maniokmehl servieren.