

„Stadt, Land, Lecker“ vom 9. Juni 2018 Rezept von Gabriel Heuberger Muiños



4 Tapas:

Empanada con Cordero (Teigtaschen mit Lammfüllung)

Patata Rellena (Gefüllte Ofenkartoffel)

Tumbet (Mallorquinischer Gemüseauflauf)

Cap Roig (Drachenkopf-Fisch mit Fenchelsalat)

„Deckelchen“ ist die wörtliche Übersetzung von Tapas und spielt an auf die ursprüngliche Sitte (alkoholische) Getränke mit einem kleinen Leckerbissen quasi “abzudecken”. Dies wurde zu einem eigenen gastronomischen Phänomen und heute kann man in Spanien allerorten Tapas essen: Ein informelles, lockeres Essen in geselliger Runde. Jeder wählt ein, zwei Tapas, aber alles wird geteilt. So steht der Tisch voll mit einer Unzahl kleiner Töpfchen und es kann durchprobiert werden. Wenn man noch nicht satt ist, ordert man eine weitere Runde – oder zieht eine Kneipe weiter.

Gabriel Heuberger präsentiert in dieser Tradition vier Tapas, in denen er einerseits mallorquinische Produkte und Zubereitungen, andererseits seine eigenen lateinamerikanischen Wurzeln einfließen lässt.

Empanada con Cordero (Teigtaschen mit Lammfüllung)

Zutaten für die Füllung:

500 g	Hackfleisch vom Lamm
1	Zwiebel
	Knoblauch
1	Karotte (in Würfeln)
1 rote	Paprika
	Tomaten
50 g	Erbsen
15 g	Erbsen
200 ml	Rotwein
	Lorbeerblätter
	Salz und Pfeffer
	Thymian
	Rosmarin

Zutaten für den Teig:

350 ml	Vollmilch
350 ml	Olivenöl
1 kg	Mehl
	Salz

Zubereitung:

1. Olivenöl, Milch und Salz in eine Schüssel geben und langsam das Mehl untermischen, bis der Teig eine feste, aber gut formbare Konsistenz hat, etwa wie Mürbeteig. Kühl stellen.
2. Karotten, Zwiebeln und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Erbsen einige Minuten in Salzwasser abkochen.
3. Paprika mit Thymian und Rosmarin im Ofen grillen, dann schälen.
4. Tomaten waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Thymian und Rosmarin zerhacken.
5. Lammhackfleisch in einen Topf geben, mit Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln, Karotten und Knoblauch dazugeben und mitgaren. Tomatenwürfel dazugeben, mit Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen.
6. Das restliche Gemüse dazugeben und leicht köcheln lassen. Mit frischen Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Die entstandene Masse abkühlen – sie dient ja als Füllung.
8. Den Teig ausrollen, größere Kreise ausstechen, mit einem Ausstecher oder einem großen Glas. Die Ränder mit Eigelb einpinseln.
9. Die Füllung auf eine Seite der Kreise geben, Teig im Halbkreis umklappen und verschließen.
10. Bei 170 Grad für circa 30 Minuten backen.

Patata rellena con Chorizo y Queso Mahon (Gefüllte Ofenkartoffel mit Chorizo und Mahon-Käse)

Zutaten:

4	mehlig kochende Kartoffeln
½ kg	Chorizo
200 g	Mahon (ein mallorquinischer Käse)
200 g	Frischkäse
	Knoblauch
3 rote	Zwiebeln
	Kreuzkümmel
	Paprikapulver (geräuchert)
	frischer Koriander
	Salz
	Cayenne-Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln waschen und in gesalzene und gebutterte Alufolie einwickeln. Im Ofen garen – bei 220 Grad Celsius - je nach Größe zwischen 30 und 45 Minuten (durch Anstechen kann man den Gargrad prüfen).
2. Währenddessen Chorizowürfel, Knoblauch (fein gehackt) und Zwiebelwürfel schneiden, alles zusammen in einer Pfanne anschwitzen.
3. Gegarte Kartoffeln halbieren und aushöhlen.
4. Diese Kartoffelmasse aus dem Inneren, Mahonwürfel und Frischkäse zu den Zwiebeln und Chorizowürfeln hinzugeben und vermengen.
5. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver, Salz, Cayenne-Pfeffer, frischem Koriander und Petersilie abschmecken.
6. Die Kartoffeln wieder mit der Masse füllen und im Ofen unter dem Grill bei 250 Grad Celsius einige Minuten lang gratinieren lassen (bitte in der Nähe bleiben und beobachten!)

Tumbet (Mallorquinischer Gemüseauflauf)

Zutaten:

4	Kartoffeln
1	Aubergine
1	Paprika
	Knoblauch
	Lorbeerblätter, Thymian, Rosmarin, Basilikum
3	Zwiebeln
2	Karotten
1	Sellerieknolle
	dunkler Balsamico
	Salz und Pfeffer
	Olivenöl
1 Dose	Tomaten

Zubereitung:

1. Zwiebeln, Karotten, Sellerie in Würfel schneiden und mit Knoblauch in Olivenöl anschwitzen.
2. Mit etwas Balsamico ablöschen und die Dosentomaten hinzugeben.
3. Mit Salz, Pfeffer, Zucker würzen und leicht kochen lassen. Kurz vorm Ende Kräuter hinzugeben und langsam ziehen lassen.
4. Das Ganze abschmecken und durch ein grobes Sieb passieren.
5. Während die Tomatensoße erneut köchelt, die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden.
6. Die Aubergine ebenso in Scheiben und die Paprika in größere Würfel schneiden.
7. Einen Topf mit viel Olivenöl aufstellen und darin als erstes leicht die Paprika mit etwas Knoblauch frittieren, danach auch die Aubergine und als letztes die Kartoffeln darin angaren. Alles auf Küchenpapier gut abtropfen lassen und entfetten.
8. Nun alle Zutaten abwechselnd in einer Tonschale aufschichten. Tomatensoße darüber geben und bei 160 Grad Celsius für circa 20 Minuten in den Ofen geben.

Cap Roig (Drachenkopf-Fisch) in Safran-Sud und Meeresfenchel-Limetten-Salat

Zutaten:

ca. 3 kg	Cap Roig (Drachenkopf-Fisch, ganz, mit Kopf)
1	Fenchelknolle
1 Bund	mallorquinischer Meerfenchel
2	Zwiebel
½	Lauchstange
½	Sellerieknolle
½	Selleriestaude
2	Zitronen
2	Limetten
300 ml	Weißwein
150 ml	Anislikör
	Salz und Pfeffer
	Zucker
	Lorbeerblätter
	Senfsaat
	Koriandersamen
	Apfelessig
1 g	Safran

Zubereitung:

1. Fenchel, Zwiebel, Lauch und Sellerie schälen, klein schneiden und mit ein wenig Butter und Olivenöl anschwitzen. Safran dazugeben.
2. Dann mit Weißwein und Anislikör ablöschen, einreduzieren lassen.
3. Mit Wasser auffüllen. Senfsamen, Koriandersaat und Lorbeerblätter dazugeben.
4. Köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, durch ein Sieb passieren.
5. Währenddessen den Fisch schuppen: mit einem Messer in der Gegenrichtung zur Lage der Schuppen kräftig schrubben. Dabei fliegen die Schuppen umher, daher sollte man diese Arbeit über der Spüle erledigen.
6. Nach dem Schuppen den Fisch filetieren: Zunächst vorsichtig mit einem Filetirmesser die Bauchhöhle öffnen. Dabei nicht zu tief einschneiden, die Innereien dürfen nicht verletzt werden. Nun mit dem Finger sämtliche Innereien rauskratzen und entsorgen. Fisch unter fließendem Wasser abwaschen.
7. Hinter den Kiemen das Fischfleisch einschneiden. Nun einen Schnitt entlang des Rückgrates machen, etwas oberhalb der Rückenflossen. Diesen Schnitt entlang der Gräte Richtung Bauch fortsetzen und das erste Filet ablösen. Den Fisch drehen und Vorgang wiederholen. Gräte mit Kopf (Karkasse) zu Seite stellen.
8. Je nach Geschmack kann die Haut des Fisches auch entfernt werden. Dafür die beiden Filets auf die Hautseite drehen. Mit dem Filetirmesser zwischen Haut und Fleisch fahren und vorsichtig möglichst nah an der Haut entlang schneiden.

9. Meerfenchel mit Zitronen- und Limettensaft, Salz, Zucker, Apfelessig und Olivenöl marinieren.
10. Fisch sehr kurz anbraten, im bereits hergestellten, nicht mehr kochenden Safransud garziehen lassen.
11. Fisch auf Salat anrichten und mit ein wenig Safransud überträufeln

Bonusrezept: Tarta de Limon

Zutaten für den Teig:

1	Eigelb
2 EL	kaltes Wasser
1 TL	Vanilleextrakt
175 g	Mehl
80 g	Zucker
1 Prise	Salz
125 g	weiche Buter

Zutaten für die Füllung:

3	Eigelb
3	Eier
180 g	Zucker
180 ml	Zitronensaft
2 EL	Zitronenschale von einer unbehandelten Zitrone
185 g	Butter

Zubereitung:

1. Für den Boden: In einer kleinen Schüssel Eigelb, Wasser und Vanille mischen und beiseite stellen.
2. In einer zweiten Schüssel Mehl, Zucker und Salz mischen. Die Butter einkneten, bis ein gleichmäßiger Teig entsteht.
3. Dann die Ei-Mischung hinzufügen und gut durchkneten. Teig zu einer Kugel formen, in Klarsichtfolie wickeln und 30 Minuten in den Kühlschrank legen.
4. Auf der mit Mehl bestreuten Arbeitsplatte den Teig ausrollen.
5. Eine Tarte- oder Quicheform mit Butter einfetten und den Teig hineinlegen - möglichst ohne zu drücken. Der Rand sollte anderthalb bis zwei Zentimeter (eine Fingerbreite) hoch sein.
6. Die Form inklusive Teig für 15 Minuten ins Gefrierfach legen.
7. Zwischenzeitlich den Backofen auf 190 Grad vorwärmen und den Teig dann für 25 bis 30 Minuten backen (bis er goldbraun ist). Abkühlen lassen und zwischenzeitlich die Füllung vorbereiten.
8. Alle Zutaten für die Füllung in einem Topf mischen und auf dem Herd bei mäßiger Hitze erwärmen.
9. Dabei regelmäßig rühren, bis das Eigelb stockt und die Flüssigkeit eine etwas festere Masse ergibt. Wichtig ist, dass alle Stellen des Topfs mit dem Schneebesen erreicht werden, sonst entsteht Röhrei!
10. Den Topf vom Herd nehmen und durch ein grobmaschiges Sieb laufen lassen. Die gesiebte Masse kann dann auf den Kuchenboden gegeben werden.

11. Anschließend zwei bis drei Stunden in den Kühlschrank stellen.

12. Zur Dekoration beim Servieren eignen sich Zitronenscheiben und frische Pfefferminzblätter sowie etwas Puderzucker.