

Angels Aioli - Rezept für 4 Personen:

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a -](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-3.html)

[z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-3.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-3.html)

Zutaten

250 ml Rapsöl

1 Ei

1 EL Essig

1 TL Zucker

½ TL Salz

1 TL Senf

3 Zehen Knoblauch

Wichtig ist, dass alle Zutaten etwas die gleiche Temperatur haben. Man püriert zunächst Ei, Essig, Zucker, Salz, Senf und Knoblauch mit dem Mixstab. Dann gibt man das Rapsöl ganz langsam dazu und mixt die Masse auf niedriger Stufe bis sie steif ist.

Crema Catalana

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen a -](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen/a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-6.html)

[z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-6.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen/a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-6.html)

Zutaten (8 Personen)

1l Vollmilch

40 g Maisstärke

die Schale einer Zitrone

150 g Zucker

1 Zimtstange

6 Eigelbelb

Zubereitung

Die Milch, den Zimt und die Zitronenschale in einem Topf aufwärmen. Wenn es zu köcheln beginnt, den Topf vom Herd nehmen und 15 min stehen lassen.

Die Zitronenschale und die Zimtstange entfernen. Die Maisstärke, den Zucker und die Eigelbe mit einem Handrührer schaumig schlagen bis die Creme ein bisschen weiß wird.

Die Creme mit der Milch vermengen und unter ständigem Rühren langsam erhitzen bis die Milch dickflüssig wird.

Die Creme in feuerfeste Förmchen verteilen, abkühlen lassen und im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Servieren die Förmchen mit einer Prise Zucker bestäuben und diesen mit einer Lötlampe karamellisieren.

Die Paella mixta

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen a -](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-5.html)

[z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-5.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-5.html)

Paella stammt ursprünglich aus der Region Valencia, wo man zunächst nur Gemüse verwendete. Später kam dann Fleisch, vor allem Kaninchen dazu und in den Küstenregionen Meeresfrüchte. Traditionell kocht man die Paella in Spanien am Sonntag, weil man mit diesem Gericht auch große Familien satt bekommt. Und bis zu 30 Personen sind bei einer Familienzusammenkunft keine Seltenheit...

Paella isst man eher mittags, weil sie sehr sättigend ist. In der Regel gibt es in eine Person in der Familie, die für die Zubereitung verantwortlich ist. Ana hat die Zubereitung einer guten Paella bei ihrem Großvater kennen gelernt, später dann bei ihrem Onkel und ihrer Mutter. Für Paella verwendet sie einen speziellen Paella Reis aus der Region Valencia. Ein Rundkornreis ähnlich dem Risottoreis. Wichtigster Unterschied bei der Zubereitung: Risottoreis darf kleben – Paella nicht...

Zutaten (10 Personen)

200 ml Olivenöl

1 rote Paprika

½ Knoblauchknolle

10 Hähnchenunterschenkel

1 kg Reis (rund)

Salz

Safran

Pfeffer

750 g Tintenfisch

500 g grüne Bohnen

4 Reife Tomaten

2 l Fischbrühe

20 Miesmuscheln

20 Garnelen

Rosmarin

3 Zitronen

Zubereitung

Fischbrühe: die Garnelenköpfe, die Schwertfischknochen (falls vorhanden) und die Miesmuscheln ca. 1h in Salzwasser kochen.

Die geschälten Knoblauchzehen und die Paprika in Streifen geschnitten in Olivenöl frittieren und sie danach wieder herausnehmen. Im gleichen Öl die Hähnchenunterschenkel anbraten und dann den Tintenfisch und die grünen Bohnen in dieser Reihenfolge hinzufügen.

Wenn alles angebraten ist, die Tomaten zerreiben und dazugeben. Nach 5 min die Brühe dazugießen, kochen lassen und mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Safran würzen. Danach den Reis, die angebratene Paprika und den Knoblauch dazugeben. Ab jetzt die Paella nicht mehr rühren! Mit Garnelen und Miesmuscheln garnieren. Der Reis muss 15 bis 20 min kochen.

Tapas Rezepte aus dem Kochkurs

[SR* sr.de/sr/fernsehen/sendungen a -](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-4.html)

[z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-4.html](https://www.sr.de/sr/fernsehen/sendungen_a-z/uebersicht/im_suedwesten_kocht_die_welt/20200328_iskdw_spanisch_georgisch_100~_seite-4.html)

Pulpo a feria con aceite de pimentón

(Oktopus mit Frühkartoffeln aromatisiert mit Paprikaöl)

Zutaten

1 Oktopus
1 große Zwiebel
2 Lorbeerblätter
4 Knoblauchzehen
6-8 schwarze Pfefferkörner
1 Flasche Bier (Pils)
100 ml Olivenöl
1 TL Paprikapulver scharf
1 kg Frühkartoffeln
Meersalz

Zubereitung

Den ganzen Oktopus mit geschnittener Zwiebel und Knoblauch, den Lorbeerblättern, Pfeffer, Bier und Salz in ein tiefes Backblech geben. Mit Olivenöl begießen und bei 180 °C eineinhalb Stunden backen. Ab und zu wenden. Die Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, schälen und in dicke Scheiben schneiden.

Paprikapulver mit Salz und Olivenöl mischen. Wenn der Oktopus weich ist, in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln und Oktopus Scheiben abwechselnd aufspießen und zum Schluss mit Paprikaöl und Meersalz beträufeln.

Tapa de aguacate, mango y gambas

(Tapa mit Avocado, Mango & Garnelen)

Zutaten (4 Personen)

1 Avocado
1 Mango
1 TL Sesam
1 Zitrone
Schwarzer Pfeffer, Tabasco, Olivenöl
8 Garnelen
Salz

Zubereitung

Die Avocado mit der Mango und mit 4 Garnelen in Würfel schneiden. Die anderen 4 Garnelen beiseite legen. Die Avocado mit dem Saft der Zitrone besprenkeln, damit diese nicht dunkel wird. Den Sesam in einer Pfanne kurz anrösten. Eine Vinaigrette aus Zitrone, Olivenöl, 4 Tropfen Tabasco, Salz und Pfeffer machen und das Ganze kurz übergießen.

Alles zusammen in Gläsern anrichten, die Garnelen dazugeben und mit dem Sesam garnieren.

Croquetas de jamón

(Schinkenkroketten)

Zutaten

100g Butter
1 Zwiebel
3 EL Weißmehl
100 g Semmelbrösel
Muskat und Salz
200 g Serrano Schinken
3 Tassen Milch
1 Ei
200 ml Sonnenblumenöl
schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Den Schinken in sehr feine Streifen schneiden. Die Zwiebel so klein wie möglich schneiden und mit der Butter in einer Pfanne glasig anbraten. Dann das Mehl einrühren und hellgoldgelb anschwitzen und die Milch unter ständigem Rühren dazu gießen und kurz aufkochen. Anschließend das Ganze bei niedriger Temperatur und unter sachtem Rühren ca. 10 Minuten lang zu einer dick cremigen Béchamel-Sauce emulgieren lassen. Dann den Schinken mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und 2 Stunden kalt stellen.

In drei tiefen Tellern Mehl, Ei und Semmelbrösel bereitstellen. Mit einem nassen Esslöffel aus der Schinken-Béchamel-Mischung einzelne Stücke abstechen, zu Kroketten formen und diese nacheinander erst im Mehl, dann im Ei und zum Schluss in den Semmelbröseln wenden. In einer tiefen Pfanne reichlich Öl oder Butter erhitzen und die Kroketten portionsweise darin frittieren. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen und sehr heiß servieren.

Champinones rellenos de queso fresco y tomate seco con crujiente de jamón pata nera

(Champignons gefüllt mit Frischkäse und knusprigem Pata negra Schinken)

Zutaten

8 Champignons

100g getrocknete Tomate

frischer Schnittlauch

2 Scheiben pata negra Schinken

100 g Frischkäse

2 EL Olivenöl

schwarzer Pfeffer, Salz

Zubereitung

Den Schinken auf Backpapier bei 180°C im Backofen backen. Dann kalt stellen und in kleine Stücke brechen. Den Frischkäse mit dem klein gehackten Schnittlauch, den getrockneten Tomaten, Pfeffer und Salz mischen.

Die Champignons in der Pfanne braten. Wenn sie goldfarben sind, mit dem Käse füllen und mit einigen Schinkenstücken servieren.