

Zu Tisch Färöer Inseln

Auf den Färöern wachsen Kartoffeln, Kohlrabi, Steckrüben und Rhabarber so langsam, dass sie sich mit der Zeit mit unglaublichen Aromen füllen.

Rhabarber-Chutney

- 5 Stangen Rhabarber
- 2 rote Chilischoten (mittelscharf)
- 90 g Rohrzucker
- 50 ml trockener Weißwein (oder Wasser)
- ½ Zitrone (Schale und Saft), Bio-Zitrone bevorzugen
- 50 ml Apfelessig
- Meersalz und schwarzer Pfeffer

Den Rhabarber putzen (Fäden), waschen und in Stücke schneiden, die Chilischoten waschen, Kerne entfernen und fein hacken.

Rhabarber in Rohrzucker, Weißwein (oder Wasser), Zitronensaft, geriebener Zitronenschale und Essig weichkochen.

Hitze reduzieren und die Chilischoten, Salz und Pfeffer hinzufügen.

20 Minuten auf kleiner Flamme weiterköcheln lassen.

In heiß ausgespülte Glasgefäße geben, abkühlen lassen. Im Kühlschrank aufbewahren.

Salat aus Kohl, Fenchel und Äpfeln

- 500 g Rotkohl oder roter Spitzkohl
- 250 g Fenchel
- 2-3 säuerliche Äpfel
- 250 g Grünkohl
- nach Belieben weiteres Gemüse, etwa Radieschen

Die Zutaten putzen, waschen und fein zerkleinern und mit dem Dressing (s.u.) servieren.

Salatdressing à la Luxemburg

- 3 Knoblauchzehen
- 1 Esslöffel Mayonnaise
- 1 Esslöffel Senf
- 2 Esslöffel Apfelessig

- 6 Esslöffel Öl, je nach Geschmack
- Salz und Pfeffer

Knoblauch auspressen und alle Zutaten gut miteinander verrühren.



Rhabarber-Chutney

© Enno Grabenhorst

Im Gegensatz zum Rhabarber auf dem Festland ist der Rhabarber hier weitgehend frei von Oxalsäure.

Roh eingelegter Rhabarber (z. B. als Salatbeilage)

- Ca. 10 Stangen Rhabarber
- 300 ml Wasser
- 300 ml Apfelessig
- 300 g Zucker
- Schale einer Bio-Zitrone

Rhabarber gründlich waschen, putzen, in 1,5 cm lange Stücke schneiden und in ein heiß ausgespültes Glasgefäß geben. Mit etwas Zucker und Zitronenschale überstreuen und etwas ziehen lassen.

Wasser, Apfelessig und den restlichen Zucker in einem Topf zum Kochen bringen und köcheln lassen, bis der Zucker geschmolzen ist.

Die kochend heiße Zuckermischung über den Rhabarber gießen.

Über Nacht - gerne länger - zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Im geschlossenen Glas gekühlt aufbewahren.

Gesalzene Dorschbäckchen

Dorschbäckchen sind in Deutschland schwer zu bekommen. Fragen Sie Ihren Fischhändler oder versuchen Sie die Bäckchen im Internet zu bestellen.

Kabeljau wird, bis er die Geschlechtsreife erlangt, Dorsch genannt.

- 4 Dorschbäckchen
- 100 g Salz
- 1 kg Kartoffeln
- 2 weichgekochte Eier
- Butter, nach Geschmack

100 g Salz in 1 Liter kaltem Wasser auflösen. Die Dorschbäckchen hineinlegen und 5-6 Stunden (für kräftigeren Geschmack bis zu 24 Std.) im Kühlschrank ziehen lassen. Der Fisch muss dabei ganz mit Flüssigkeit bedeckt sein. Vor der weiteren Verwendung die Dorschbäckchen gut abspülen.

In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen, anschließend in Scheiben schneiden.

Reichlich Wasser zum Kochen bringen, die Dorschbäckchen hineinlegen und einige Minuten bedeckt ziehen lassen, bis sie gar sind. Nicht wieder aufkochen! Dorschbäckchen in mundgerechte Stücke zerteilen.

Butter vorsichtig in einem Topf erhitzen und bräunen.

Auf dem Teller anrichten: Zuerst die gekochten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln, dann den Fisch, zuletzt je 1/2 Ei mit reichlich gebräunter Butter übergießen.



Gesalzene Dorschbäckchen

© Enno Grabenhorst

Marinierte Lammkeule in Rhabarberblättern

Hier kann Alufolie verwendet werden, da der Rhabarber wenig Säure enthält.

- 1 Lammkeule (ca. 2 kg)
- Rhabarberblätter zum Einwickeln
- weiche Butter

Für die Marinade:

- 4 Knoblauchzehen
- 1 großes Bund Petersilie
- 4 Esslöffel geriebener Ingwer
- 2 Esslöffel chinesische Sojasoße
- 2 Esslöffel brauner Zucker

Zunächst die Marinade zubereiten:

Knoblauch und Petersilie putzen und fein hacken. Mit den restlichen Zutaten vermischen.

Die Lammkeule mit der weichen Butter bestreichen, dann die Marinade darüber geben, abdecken und einige Stunden (24 Stunden, wenn möglich) in den Kühlschrank geben.

Die marinierte Lammkeule mit den Rhabarberblättern umwickeln, anschließend mit reichlich Alufolie gut verschließen, damit der Saft nicht ausläuft.

Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die eingewickelte Keule je nach Größe 2 - 2 1/2 Stunden im Bräter oder auf einem Backblech garen. Kurz ruhen lassen, dann vorsichtig auspacken und tranchieren.

Rhabarbercrumble

Dessert aus Haselnuss-Baiser, Creme und Rhabarberkompott

Crumble:

- 2 Eiweiß
- 200 g Zucker
- 100 g ganze Haselnüsse
- 100 g Haselnüsse, im Mixer fein zerkleinert
- 100 g geschmolzene, abgekühlte Butter
- Schale einer Orange

Das Eiweiß sehr steif schlagen, den Zucker nach und nach dazugeben und gut durchschlagen. Die restlichen Zutaten hinzufügen und vorsichtig unterheben.

In einer Backform bei 180 Grad etwa 1/2 Stunde backen, bis der Teig goldbraun ist.

Nach dem Abkühlen in kleine Stücke brechen.

Creme:

- 250 ml Sahne
- 250 ml Crème fraîche (38% Fett)

Zuerst die Sahne schlagen, dann Crème fraîche hinzufügen und verquirlen.

Rhabarberkompott:

- 1 kg frischer (oder eingefrorener) Rhabarber in kleinen Stücken
- 270 g Zucker
- 400 ml Wasser
- 1 Vanilleschote

Den (aufgetauten) Rhabarber mit der Hälfte des Zuckers bestreuen, mindestens eine Viertelstunde ziehen lassen.

Restlichen Zucker, Wasser und Vanilleschote (Samen und Schote) bei geringer Hitze zu einem hellen, dicken Sirup einkochen. Den Rhabarber hineingeben und gut durchwärmen (nicht weichkochen). Abkühlen lassen.

Dessert in Gläsern servieren:

Unten eine Schicht Crumble, dann Creme, obenauf Rhabarberkompott



Rhabarbercrumble

© Marvin Entholt

Skandinavische Pfannkuchen

- 4 Eier
- 1 Teelöffel Zucker
- 500 ml Vollmilch
- 180 g Mehl
- 1/2 Teelöffel Salz
- 1/2 Teelöffel gemahlener Kardamom
- Butter für die Pfanne

Eier und Zucker kräftig durchschlagen, dann langsam die restlichen Zutaten hinzufügen und verrühren. Den Teig ca. 1/2 Stunde stehen lassen. In etwas Butter sehr dünn ausbacken.

Die Pfannkuchen auf einem Teller stapeln und evtl. warmhalten. Warm oder kalt servieren. Am Tisch mit Marmelade bestreichen, evtl. mit Schlagsahne füllen. Oder einfach mit Zucker bestreuen und aufrollen.

Rhabarbermarmelade

(z.B. zum Bestreichen der Pfannkuchen)

Die Marmelade kann, natürlich, auch mit Gelierzucker gekocht werden. Das spart Zucker und Zeit.

- 1 kg Rhabarber
- 1 kg Zucker

Rhabarber waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden und mit dem Zucker gründlich vermischen.

Etwa 6 Stunden stehen lassen, damit sich Saft bildet. Kurz aufkochen, dann bei niedriger Hitze 4-5 Stunden köcheln lassen. In heiß gespülte Gläser abfüllen.

Rhabarbersaft

Rhabarbersaft ist ein idealer Saft für Mixgetränke.

- 2 kg Rhabarber in kleinen Stücken
- 400 g Rohrzucker
- 2 l Wasser
- 1 Zitrone (Schale und Saft)
- 1 Vanilleschote (Samen und Rest der Schote)

Rhabarber putzen, waschen und in kleine Stücke schneiden.

Die Zutaten vermischen und etwa 15-20 Minuten kochen lassen. Die Mischung in ein feines Sieb geben (noch besser: ein Baumwolltuch in einem Durchschlag) und den Saft in ein Gefäß ablaufen lassen.

Im Kühlschrank aufbewahren.

Gemüse aus der Pfanne mit Liebstöckel

Geschmack und Geruch von Liebstöckel erinnern an „Maggiwürze“, so kennt man es auch unter dem Namen Maggikraut.

- 600 g Möhren
- 600 g gekochte Kartoffeln
- Gesalzene Butter
- 1 Bund Liebstöckel

Die Liebstöckelblätter abzupfen, waschen und kleinschneiden.

Möhren putzen, waschen und schälen, dann schräg in fingerdicke Stücke schneiden und in der Pfanne mit reichlich Butter weichdünsten. Liebstöckel dazugeben. Dann die abgekühlten, zerkleinerten Kartoffeln

hinzufügen und alles gut durchwärmen.



Gemüse aus der Pfanne mit Liebstöckel

© Enno Grabenhorst