

Kochen mit Martina und Moritz vom 14. Juli 2018

Redaktion: Klaus Brock

## Spanische Tapas: Pfiffige Kleinigkeiten zum Glas Wein

Gefüllte Oliven	3
Gebackene Manchegoschnitten	4
Pimientos de Padron	4
Trockenfrüchte im Speckmantel: Feigen, Datteln, Aprikosen und Bananen	5
Zitronenkartoffeln	6
Drei würzige Mojo-Saucen: grün, rot und weiß	7
Albondigas: Würzige Hackfleischbällchen	9
Tortilla	10
Garnelen in Salz	12
Mallorquinischer Mandelkuchen	13

URL: <https://www1.wdr.de/fernsehen/kochen-mit-martina-und-moritz/sendungen/spanische-tapas158.html>

## Spanische Tapas: Pfiffige Kleinigkeiten zum Glas Wein

Alle Rezepte von Martina Meuth und Bernd Neuner-Duttenhofer

Diesmal geht die kulinarische Reise von Martina und Moritz nach Spanien: Tapas, das sind jene kleinen Häppchen, die in spanischen Bars zu einem Glas Wein oder Sherry serviert werden.

Die ursprüngliche Bedeutung des Wortes Tapa ist Deckel. Mit einer Scheibe Brot als Deckel auf dem Glas verhinderte man, dass etwas reintroffen – von den Schinken, die in einer Tapa-Bar an der Decke baumeln – oder hineinfallen konnte, zum Beispiel Sägespäne, mit denen die Bars ausgestreut waren, damit Feuchtigkeit aufgesogen wurde.



Die schlichte Brotscheibe diente dann zunehmend als Grundlage für die Oliven, die zur Bedienung auf dem Tresen standen, für Chorizoscheiben oder Anchovisröllchen. Daraus entwickelten sich immer üppigere Häppchen und Leckerbissen. Und längst sind Tapas Kult, mit immer reicheren Anrichtungen, immer raffinierteren Köstlichkeiten, für die man mitunter sogar schon kleine Teller braucht, weil man sie nicht mehr als einzigen Bissen aus der Hand verspeisen kann. Und je größer die Auswahl, je großzügiger die Fülle von kleinen Platten und Schüsseln, die da vor dem Gast aufgebaut wird, desto so besser.

Tapas können ganz einfache Dinge sein, die man ohnehin im Haus hat und um die anzurichten, man gar kein Rezept braucht: Verschiedene Oliven in Schälchen etwa, Anchovisfilets, die sich um Kapern kringeln. Oder Schafskäse in Würfeln, mit gehacktem Paprika, Frühlingszwiebeln, Petersilie, Rosmarin und zerstoßenem Pfeffer in Olivenöl mariniert. Luftgetrocknete Wurst in Scheibchen oder hauchfein geschnittener spanischer Schinken.

## Gefüllte Oliven

Alle Bestandteile dafür - angemachter Frischkäse, Kräuter und Anchovis - kann man sehr gut vorbereiten. Gefüllt wird aber erst unmittelbar vor dem Servieren. So bleibt alles schön frisch und appetitlich.

Zutaten für sechs bis acht Personen:

### Für die Frischkäsecreme:

- 200 g Frischkäse
- Salz
- Pfeffer
- 1-2 EL Olivenöl
- Zitronensaft und Zitronenschale
- je 3 EL gewürfelte rote, gelbe und grüne Paprika
- 1 Stück Frühlingszwiebel
- Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- Chilipulver oder feingewürfelte frische Chilischote.



### Außerdem:

- 12 bis 16 Anchovis
- Petersilie oder Koriandergrün
- 20- 24 sehr große Oliven

### Zubereitung:

Den Frischkäse mit Salz, Pfeffer, Olivenöl, Zitronensaft und –schale, den gehackten Paprika, Petersilie und Knoblauch im Mixbecher pürieren (Bild 03). Mit Chili kräftig abschmecken. Wenn der Frischkäse zu fest ist, etwas Milch zufügen. Anchovis in zentimetergroße Stücke schneiden, Petersilien- oder Korianderblätter abzupfen. Die großen Oliven längs aufschlitzen, den Stein entfernen. Stattdessen etwas Frischkäse, Anchovis und Kräuter einfüllen, ruhig so, dass an den Seiten ein bisschen herausschaut. Auf einen Teller häufen.

Tipp: Chicoréeblätter mit dieser Creme füllen. Das sieht hübsch aus, erfrischt und ist ebenfalls schnell gemacht. Dazu die Kolben in Blätter zerlegen, jeweils einen Löffel Frischkäse in die Höhlung streichen, ein Stück Anchovis mit einem Kräuterblatt auflegen und die Schiffchen hübsch auf einer Platte anrichten.

## Gebackene Manchegoschnitten

Schnell gemacht und einfach köstlich. Statt des spanischen Manchegokäses (Schafkäse aus der Region Kastilien-La Mancha) kann man ebenso gut einen kräftigen Bergkäse verwenden. Als Brot nimmt man entweder Ciabatta oder ein anderes italienisches oder spanisches Weißbrot. Oder einfach ein kräftiges Grau- oder Bauernbrot. Wichtig: Es darf nicht zu frisch sein, damit es sich in wirklich sehr dünne Scheiben aufschneiden lässt. Am besten auf der Aufschnittmaschine, nicht mehr als höchsten 2-3 mm stark.



### Zutaten für sechs bis acht Personen:

- 12-16 Brotscheiben wie oben beschrieben
- 12-16 dünne Käsescheiben
- 2-3 rote Spitzpaprika (nach Belieben auch 1 scharfe Chilischote dazu)
- Frühlingszwiebeln
- Rosmarin
- Olivenöl zum Braten

### Zubereitung:

Die Brotscheiben ausbreiten, auf die Hälfte von ihnen Käsescheiben breiten, die möglichst nicht überstehen, sondern exakt zugeschnitten sind. Die Paprika in Scheibchen schneiden und darauf verteilen, ebenso die scharfe Schote, fein geschnittene Frühlingszwiebeln und Rosmarin (Bild 05).

Jeweils mit einer genau passenden Brotscheibe abdecken und in einer beschichteten Pfanne auf beiden Seiten in Olivenöl braten. Dabei sanft bräunen. Die Brotschnitten zu mundgerechten Bissen schneiden und auf einer Platte anrichten.

## Pimientos de Padron

Das sind schmale grüne Chili-, bzw. Paprikaschoten (benannt nach dem Ort Padrón in Galizien), die immer häufiger auch bei uns angeboten werden. Man gibt sie in eine unbeschichtete, heiße Pfanne mit Olivenöl und bräunt sie unter gelegentlichem Wenden. Zum Schluss mit grobem Salz bestreuen und bald verzehren.



Von den Schoten heißt es: „Los pimientos de Padrón, unos pican y otros no“ - einige beißen, andere nicht. Tatsächlich sind aber eher selten scharfe Exemplare dabei.

## Trockenfrüchte im Speckmantel: Feigen, Datteln, Aprikosen und Bananen

Ein Klassiker - aber immer wieder pfiffig. Wir packen außerdem noch Kräuterblätter dazwischen, die für einen besonderen Duft sorgen.

### Zutaten für sechs bis acht Personen:

- Je 8-12 Datteln, Trockenaprikosen, Trockenpflaumen und Feigen
- 2-3 Bananen
- 200 g in hauchdünne Scheiben geschnittener, möglichst luftgetrockneter Bauchspeck (ideal vom Iberico-Schwein)
- geschälte Mandeln
- Salbeiblätter
- Thymian



### Zubereitung:

Die Datteln entsteinen, auch die Pflaumen, wenn nötig. Wer kleinere Häppchen bevorzugt, halbiert die Früchte, natürlich kann man sie auch ganz lassen. In jedem Fall je eine Mandel darin einwickeln, dann jeweils mit einem Speckstreifen umhüllen.

Dabei je ein Salbeiblatt oder abgezupfte Thymianblättchen mit einwickeln. Hübsch und nachher auch besonders köstlich, wenn das Salbeiblatt nach außen kommt, damit es schön knusprig gebraten wird. Dann muss man die Häppchen mit Küchenzwirn umschnüren, damit das Kräuterblatt haften bleibt.

Die Bananen in dicke Scheiben schneiden und ebenfalls in Speckstreifen wickeln. Die so vorbereiteten Speckpäckchen in einer beschichteten Pfanne rundum knusprig braten.

Entweder sofort servieren – zuvor auf Küchenpapier sorgsam abgetupft, oder auf einem mit

Backpapier belegten Blech kurz vor dem Servieren im 200 Grad heißen Ofen Heißluft (220 Grad bei Ober- und Unterhitze) nochmals kurz aufbacken, damit die Päckchen wieder schön knusprig sind.

## Zitronenkartoffeln

Sie schmecken sehr gut zu Fleisch- und Fischgerichten, aber auch mit Dips oder einer würzigen Mojo-Sauce. Dafür am besten kleine Kartoffelchen aussuchen, möglichst alle von derselben Größe.



### Zutaten für sechs bis acht Personen:

- 1,5 kg kleine festkochende Kartoffelchen
- 2 EL Olivenöl
- 1 gehäufter TL grobes Meersalz
- Schale und Saft einer Zitrone

### Zubereitung:

Die Kartoffeln gründlich waschen und abtrocknen. In einer unbeschichteten Pfanne oder einem möglichst breiten Topf, in dem alle Kartoffeln Kontakt mit der Bratfläche haben, das Öl erhitzen und die Kartoffeln darin kräftig anrösten. Immer wieder den Topf schütteln, damit sie rundum bräunen.

Dann mit Salz bestreuen, eine kleine Kelle Wasser angießen und sofort den Topf mit einem Deckel verschließen. Auf kleine Hitze stellen und je nach Größe in rund 15 Minuten gar kochen.

Dabei verdampft das Wasser, die Kartoffeln beginnen wieder zu braten - man kann sie durch den Deckel knistern hören. Jetzt die abgeriebene Zitronenschale und Zitronensaft zufügen. Den Topf nochmals verschließen, auf starkem Feuer zwei bis drei Minuten braten, dabei rütteln und schütteln.

## Drei würzige Mojo-Saucen: grün, rot und weiß

Sie passen zu den gerösteten Kartoffeln, einfach pur aufs Weißbrot, zu den Hackfleischbällchen und natürlich auch zu Fisch und zu unseren Salzgarnelen. In Schraubgläsern halten sie sich im Kühlschrank mühelos mehrere Tage.



### Grüner Mojo:

- 3 Knoblauchzehen
- 1 milde grüne Spitzpaprika
- 2 scharfe grüne Chilis
- ½ reife Avocado
- Saft und Schale einer Zitrone
- Salz, Pfeffer
- 100 ml Olivenöl

### Roter Mojo:

- 1 Tomate
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Spitzpaprika
- 2 rote Chilis
- 1 Weißbrotscheibe
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL Ras el Hanout (marokkanische Würzmischung)
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Essig
- 100 ml Olivenöl

### Weißer Mojo (weiße Aioli):

- 3-4 Knoblauchzehen
- 1 TL scharfer Senf
- 50 ml Milch
- 1 Weißbrotscheibe
- Salz Pfeffer
- etwas abgeriebene Zitronenschale
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Prise Zucker
- 100 ml Olivenöl

## **Zubereitung:**

Jeweils alle Zutaten auf Zimmertemperatur bringen, dann in einen schlanken hohen Mixbecher geben: Knoblauch zerdrückt, Chilis entkernt, Paprika gewürfelt.

Mit dem Mixstab von unten her zunächst die Zutaten fein pürieren, dann langsam hochziehen und so alles zu einer dicken Creme emulgieren.

Für die weiße Mojo-Sauce braucht man unter Umständen Geduld und muss länger mixen, bis sie cremig geworden ist.

In Schälchen füllen und kalt stellen.



## Albondigas: Würzige Hackfleischbällchen

Als Tapa würzt man sie in Spanien gern mit Pinienkernen, gehackten Datteln und zerkrümelten Chilis. Aber natürlich gehört auch hier eingeweichtes Weißbrot zum Auflockern hinein.



### Zutaten für sechs bis acht Personen:

- 100 g altbackenes Weißbrot
- 100 ml Weißwein zum Einweichen
- 1 Zwiebel
- 3-4 Knoblauchzehen
- 2-3 EL Olivenöl
- 2 EL Pinienkerne
- 1 Handvoll glatte Petersilienblätter oder Koriandergrün
- 500 g Hackfleisch (Rind oder Lamm)
- 4 Datteln
- 2 Eier
- Salz, Pfeffer
- 1 EL süßes Paprikapulver
- etwas Cayennepfeffer oder Chiliflocken (Pul biber)
- Außerdem: Olivenöl zum Braten

### Zubereitung:

Das Weißbrot in kleine Würfel schneiden und mit dem Weißwein tränken. Eine halbe Stunde lang zugedeckt ziehen lassen, bis das Brot gut durchgeweicht ist. Die Zwiebel sehr klein würfeln, den Knoblauch fein hacken und in Olivenöl langsam weich dünsten, ohne Farbe annehmen zu lassen.

Die Pinienkerne zufügen und die auch sehr fein gehackte Petersilie untermischen. Etwas zusammenfallen lassen. Schließlich unter das Hackfleisch mischen, dabei auch das eingeweichte Brot und die Eier einarbeiten.

Die Datteln entsteinen, fein hacken und ebenfalls unter das Hackfleisch mischen. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver würzen und mit Cayennepfeffer oder Chiliflocken nach Gusto schärfen. Aus diesem Teig mit angefeuchteten Händen kleine, höchstens walnussgroße Kugeln formen. In etwas Olivenöl in einer beschichteten Pfanne rundum braun braten – immer wieder rütteln und schütteln, damit sie Hackfleischbällchen rundum gleichmäßig bräunen.

## Tortilla

Sie darf auf keinem Tapa-Buffer fehlen, und kann immer wieder neu variiert werden. Grundzutat sind Kartoffeln, und dann lässt sich alles, was der Kühlschrank bietet, mit verwenden. Von A wie Artischocke oder Aubergine bis Z wie Zwiebel oder Zucchini.



### Zutaten für sechs Personen:

- 800 g gekochte Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 3 EL Olivenöl
- 1 grüne und 1 rote Spitzpaprika
- Rosmarin
- Glatte Petersilie
- Salz, Pfeffer
- 6-7 Eier
- Chiliflocken (nach Gusto)
- Muskatnuss

### Zubereitung:

Die gekochten Kartoffeln würfeln, möglichst gleichmäßig und höchstens zweizentimeterklein. Die Zwiebel sehr fein würfeln, den Knoblauch ebenso. Zunächst Zwiebeln und Knoblauch in etwas Olivenöl in einer beschichteten Pfanne (von 22 cm Durchmesser) andünsten. Sobald sie weich werden, die Kartoffelwürfel zufügen. Bei nunmehr etwas höherer Temperatur braten, bis die Kartoffelwürfel ganz sanfte

Bräunungsspuren zeigen. Dann den gewürfelten Paprika, die fein gehackte Petersilie und das Rosmarin hinzugeben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer großen Schüssel die Eier verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen, nach Belieben auch mit Chiliflocken und Muskat. Den Pfanneninhalte etwas abkühlen lassen, dann in die Eimasse geben. So stocken die Eier nicht durch dessen Hitze. Alles gründlich mischen.

In der Pfanne das restliche Öl erhitzen, das Eier-Kartoffelgemisch auf einmal hineinkippen.

Auf mittlerer, lieber eher sanfter als zu starker Hitze langsam durchgaren und stocken lassen. Man kann zu diesem Zweck ruhig einen Deckel auflegen, damit die Eiermasse durchgart. Sie darf nicht zu heiß werden, weil sonst unschöne Bläschen entstehen. Sobald an der Oberfläche nichts mehr flüssig aussieht - nach rund 20 Minuten - kann

man die Tortilla stürzen: am besten mit Hilfe des Deckels, wenn dieser flach genug ist. Auflegen, die Pfanne auf den Kopf stürzen und die Tortilla vom Deckel zurück in die Pfanne schieben.

Eventuell noch einen kleinen Schuss Öl in die Pfanne geben, damit nichts ansetzt. Jetzt auf etwas stärkerer Hitze die Tortilla auf der Unterseite goldbraun backen. Auf eine Platte stürzen, etwa zehn Minuten sich setzen lassen, bevor sie angeschnitten wird. Entweder zum aus-der-Hand-Essen in Rauten oder in Tortenstücke schneiden, wenn man sie vom Teller essen will.

## Garnelen in Salz

Diese Art der Zubereitung ist eine besonders schonende Methode, so bekommen die Garnelen gleichmäßige Hitze und außerdem behalten sie ihren Duft. Dafür Garnelen mit Kopf und Schale verwenden – möglichst darauf achten, dass sie aus umweltgerechtem Fang oder Zucht stammen.



### Zutaten für sechs bis acht Personen:

- 12-15 Garnelen (wie oben beschrieben)
- ca. 200 g grobes Meersalz

### Zubereitung:

Die Garnelen waschen und abtrocknen. Das Salz in einer gusseisernen Pfanne so verteilen, dass diese für die Garnelen eine ausreichend große Fläche bildet. Die Garnelen nebeneinander auflegen und jetzt auf kräftigem Feuer auf beiden Seiten insgesamt fünf Minuten garen.

Sie sind gar, wenn sie auf Fingerdruck an der dicksten Stelle des Schwanzes Widerstand bieten. Auf eine Platte setzen und servieren. Dazu die verschiedenen Würzsaucen servieren.

## Mallorquinischer Mandelkuchen

Ein fabelhafter Kuchen, saftig, duftend, einfach köstlich. Macht absolut keine Mühe, und enthält kein Gramm Mehl – also das ideale Rezept für alle, die kein Gluten vertragen.



### Zutaten für eine Springform von 24 cm Durchmesser:

- 6 Eigelbe
- 200 g Zucker
- 1 TL Vanillezucker (oder das ausgeschabte Mark einer Vanilleschote)
- die abgeriebene Schale und der Saft einer Orange
- 1 Schuss Orangenlikör
- ½ TL Zimt
- 200 g geschälte fein gemahlene Mandeln
- 6 Eiweiße
- 1 Prise Salz
- Butter für die Form
- Puderzucker zum Bestäuben

### Zubereitung:

Eigelbe und Zucker mit dem Handrührer dick und cremig schlagen. Erst wenn der Zucker nicht mehr knirscht, Vanille, Orangenschale, Orangensaft, Orangenlikör und Zimt zufügen. Die gemahlene Mandeln unterziehen.

Das Eiweiß in der Küchenmaschine mit der Salzprise zu cremig-steifem Schnee schlagen und in zwei Portionen unter die Teigmasse heben.

In eine ausgebutterte Springform füllen, bei 160 Grad Heißluft (180 Grad Ober- und Unterhitze) eine knappe Stunde backen. Entscheidend ist die Stäbchenprobe: Ein eingestochenes Holzstäbchen muss trocken sein und sich an der Lippe warm anfühlen.

Den Kuchen aus der Form holen, auf ein Gitter stürzen und auskühlen lassen. Abermals zurück auf eine Platte stürzen und mit Puderzucker bestäuben. Ein Kuchen, der von Tag zu Tag besser schmeckt. Bleibt eine gute Woche durch und durch saftig.