

Hier und heute



Das schmeckt nach Urlaub: Mallorquinische Appetizer

Köchin Sandra Dusza nimmt Sie mit auf ihre kulinarische Reise nach Mallorca und macht typisch mallorquinische Appetizer: frische Gazpacho, Mojo Verde und die Gemüsespezialität Tumbet mit süßer Paprika. So kommt Urlaubsstimmung auf den Teller.

Mallorquinische Appetizer

Rezepte für 4 Personen von Sandra Dusza

Gazpacho

Zutaten

- 450 g reife Fleischtomaten
- 1 Salatgurke
- ¼ rote Paprika
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 EL Rotweinessig
- 60 ml Wasser
- 1 Schreibe Weißbrot ohne Kruste
- Salz, Pfeffer
- nach Belieben Basilikum, frische Petersilie und frische Chili

Zubereitung

Zunächst die Paprika entkernen und in grobe Stücke schneiden. Die Tomate ebenfalls klein schneiden.

Nun den Knoblauch schälen und zusammen mit allen anderen Zutaten in einem Standmixer zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ei Tumbet

Zutaten

- 1 Zucchini
- 2 Auberginen
- 1 grüne Paprika
- 4 große Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- Salz, Pfeffer
- 400 g stückige Tomaten
- Olivenöl
- 1 TL Oregano
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Die Knoblauchzehen feinhacken und in etwas Olivenöl scharf anbraten. Die stückigen Tomaten hinzugeben und alles kurz aufköcheln lassen. Die Sauce dann mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen und zur Seite stellen.

Die Aubergine, die Zucchini und die Paprika in Scheiben schneiden. Die Kartoffeln schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden.

Die Kartoffeln in reichlich Olivenöl bei mittlerer Hitze anbraten, bis sie gar sind. Anschließend gut abtropfen lassen und klassisch in einer Tonschale, der „Greixonera“, oder einer Auflaufform auf dem Boden ausbreiten.

Danach die Zucchini, Auberginen und Paprika anbraten, ebenfalls gut abtropfen lassen und in Schichten auf die Kartoffeln geben.

Die heiße Tomatensauce über das Gemüse gießen und den Auflauf bei 180 Grad Umluft im vorgeheizten Backofen für höchstens zehn Minuten schmoren.

Hier und heute



El Tumbet wird heiß oder kalt, als Tapas oder Beilage gegessen.

Mojo verde

Zutaten

- 1 Bund (ca. 30 g) Koriander
- 2 Bund (ca. 60 g) Petersilie
- ½ Bund (ca. 15 g) Minze
- 3 Knoblauchzehen
- 2 frische Chilischoten
- 120 ml Olivenöl
- 3 EL Weißweinessig
- Salz, Pfeffer
- Nach Belieben: 1 EL Agavendicksaft

Zubereitung

Den Koriander, die Petersilie und die Minze waschen und grobhacken. Den Knoblauch schälen.

Die Chilischote halbieren und entkernen.

Dann alle Zutaten zusammen zu einer gleichmäßigen Masse pürieren und mit Salz, Pfeffer und nach Belieben etwas Agavendicksaft abschmecken.

Pa amb oli

Zutaten

- 4 Scheiben Weißbrot
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Tomate
- Salz
- 2 EL Olivenöl

Zubereitung

Die Brotscheiben auf einem Grill oder in einer Grillpfanne von beiden Seiten goldgelb rösten.

Die Knoblauchzehen halbieren und mit den Schnittflächen über die gerösteten Brotscheiben reiben.

Die Tomaten halbieren und ebenfalls mit den Schnittflächen über das Brot reiben.

Das Brot mit etwas Meersalz bestreuen und mit Olivenöl beträufeln.

Bon Profit! Das heißt „guten Appetit“ auf Catalan, der Sprache Mallorcas.