

Zu Tisch: Aquitanien

 arte.tv/de/articles/cuisines-des-terroirs-les-pyrenees-atlantiques

Die Rezepte der Sendung



Piperade (Omelette aus Tomate-Paprika)

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Für 4 Personen

Die Piperade ist eine typische Spezialität des französischen Baskenlands. Marie-Laure Hiriart kocht die Tomaten-Paprika auf Vorrat und konserviert sie in Einmachgläsern. Die geschlagenen Eier gibt sie erst kurz vor dem Servieren hinzu.

Tipp: dazu wird in der Pfanne gebratener Schinken oder Tripotch, eine baskische Lamm-Blutwurst, serviert.

Zutaten:

- 6 große, reife Tomaten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Je 2 grüne und rote milde Paprika
- 1 Thymian-Zweig
- Salz
- Piment d'Espelette
- Olivenöl
- 6 Eier
- Bacon oder anderer geräucherter Schinken

Zubereitung:

Die Paprika waschen, vierteln und entkernen und quer in Streifen schneiden.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und klein schneiden,

Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Paprika darin mehrere Minuten andünsten.

Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und unter gelegentlichem Rühren mitdünsten.

Die Tomaten waschen und an der Oberfläche kreuzförmig einschneiden.

Wasser in einem Topf erhitzen und die Tomaten darin zwei Minuten ziehen lassen.

Herausnehmen und die Haut mit einem Messer abziehen. Tomaten ebenfalls kleinschneiden und zu den Paprika geben. Alles gut miteinander vermischen und ohne Topfdeckel einkochen.

Die Eier in einer Schüssel verquirlen.

Thymian und Salz nach Geschmack zu dem eingekochten Gemüse geben. Dann mit Piment d'Espelette würzen, gut vermischen, die Eier vorsichtig unterheben und stocken lassen.

In einer Pfanne Schinkenscheiben in etwas Olivenöl anbraten und dazu servieren.



Piperade

"Euskal biskotxa" - Baskischer Kuchen

Zubereitungszeit: 2 Stunden

Der Mitte des 19. Jahrhunderts erfundene baskische Kuchen wurde innerhalb der Familien gebacken. Jede Familie hatte ihr eigenes Rezept, das von Generation zu Generation weitergegeben wird.

Tipp: Zur Füllung können neben Konditorcreme auch Obst wie Aprikosen, Kirschen und Pflaumen verwendet werden.

Zutaten für den Teig:

- 300 g Mehl
- 100 g Zucker
- 200 g Butter (Raumtemperatur)
- 1 Prise Salz
- 2 Eier (1 für den Teig und das andere für die Lasur)
- Option: ein Spritzer Orangenblütenwasser

Zutaten für die Konditorcreme:

- 3 Eier
- ½ Milch
- 100 g Zucker
- 40 g Mehl oder Speisestärke
- 1 Vanilleschote

Butter und Zucker mischen und gründlich verkneten. Ei unterheben und Mehl und Salz hinzufügen. Alles gut zu einem homogenen Teig kneten. Wer mag, kann einen Spritzer Orangenblütenwasser hinzufügen.

Teig in Folie wickeln und mindestens 1 Stunde kalt stellen.

Cremerfüllung:

Vanilleschote längs halbieren und das Mark mit einem spitzen Messer herauskratzen.

Vanilleschote und Vanillemark mit der Milch erhitzen.

In der Zwischenzeit die Eier und den Zucker in einem Topf schaumig schlagen und am Ende das Mehl unterrühren.

Die Vanilleschote aus der Milch entfernen. Die Vanillemilch etwas abkühlen lassen. Nach und nach in den Eierschaum einrühren und erneut erhitzen.

Dabei ständig mit einem Holzlöffel umrühren bis sich die Creme deutlich verdickt hat. Sie darf nicht auf dem Boden der Pfanne haften. Eine halbe Stunde im Kühlschrank abkühlen lassen.

2/3 des Teiges auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen.

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Eine Springform einfetten oder mit Backpapier auslegen. Teig in die Form legen und einen Rand hochziehen. Die kalte Creme auf dem Teigboden verteilen und dabei einen Rand von etwa 2 cm frei lassen.

Restlichen Teig ebenfalls ausrollen und den Kuchen damit bedecken. Die Ränder festdrücken.

Restliches Ei mit etwas Wasser und einer Prise Salz verrühren und den Kuchen damit einpinseln.

Wer mag, kann mit einer Gabel ein Muster ziehen.

Im Backofen auf der mittleren Schiene ca. 45 Minuten backen.



« Euskal biskotxa » - Baskischer Kuchen

Chilindron (Lamm-Schmortopf)

Zubereitungszeit: 90 Minuten

Für 4 Personen

Der Chilindron ist eine typische Spezialität des französischen Baskenlands. Es kann mit Lammfleisch, Rind- oder Hühnerfleisch gekocht werden.

Tipp: Das Piment d'Espelette sollte immer am Schluss dazugegeben werden, um die fruchtige Note des Chilis zu erhalten.

Zutaten:

- 1 kg Lammfleisch aus der Keule
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzwiebeln
- 1 Glas Piquillos (ca. 400 gr), auf Holzfeuer gegarte milde Paprika mit Flüssigkeit
- ca. 500 ml Gemüsebrühe
- Olivenöl zum Anbraten
- 1 - 2 Thymian-Zweige, nach Geschmack
- Salz
- Piment d'Espelette

Das Lammfleisch unter kaltem Wasser abbrausen, trocken tupfen und in 3 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

Die Piquillos abtropfen lassen und die Flüssigkeit auffangen. Piquillos in Streifen schneiden.

Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen und das Lammfleisch bei höherer Temperatur von allen Seiten anbraten. Fleisch herausnehmen und warmhalten.

Zwiebeln und Knoblauch im Fleischsaft andünsten.

Dann das Fleisch wieder hinzufügen und die Piquillos sowie den Thymian unterheben. Die Flüssigkeit der Piquillos und die Gemüsebrühe dazu gießen und alles gut vermischen.

Ca. 50 Minuten bei kleiner Flamme köcheln lassen

Mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.

Dazu können Salzkartoffeln, Nudeln oder Reis serviert werden.



Chilindron (Lamm-Schmortopf)

Grünkohl-Chips

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Für 4 Personen

Die Grünkohl-Chips sind eine willkommene Aperitif-Abwechslung zu herkömmlichen Chips.

Tipp: Beim Salzen vorsichtig sein. Ansonsten gilt: beim Würzen ausprobieren, was als eine gute Kombination erscheint.

Zutaten:

- 1 Grünkohl
- etwas Olivenöl
- 1 TL Piment Espelette
- 1 TL Bierhefe
- 1 TL getrockneter Thymian
- Meersalz

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Grünkohlblätter waschen. Strunk und Verästelungen rausschneiden.

Dann die Blätter in mundgerechte Stücke rupfen, in einer Salatschleuder trocken schleudern und in eine Schüssel umfüllen. Mit Olivenöl beträufeln und gut durchmischen, damit sich das Öl gleichmäßig auf den Kohlblättern verteilt.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Grünkohlblätter darauf verteilen. Vorsichtig salzen und je nach Geschmack mit Piment Espelette,

Bierhefe und Thymian bestreuen. Im Backofen bei 180 Grad auf der mittleren Schiene ca. 10-12 Minuten kross werden lassen.



Grünkohl-Chips