

AUF MEXIKANISCH GEMIXT

8x

MARGARITA

Für 1 Person:
1 Limette, Salz
etwa 1 EL zerstoßenes Eis
4 cl Tequila
Triplesec
nach Belieben Cointreau

Tipp:

Das Tequila-Ritual mit Salz und Limettensaft hat einen tieferen Sinn. Bei dem heißen Klima soll damit der gefährliche Verlust von Mineralstoffen wieder ausgeglichen werden.

SANGRITA

Für 1 Person:
1 *chile ancho*
¼–½ weiße Zwiebel
1 Frühlingszwiebel
2 Orangen, 1 Limette
nach Belieben ¼ Liter Tomatensaft, Salz
1 Msp. Cayennepfeffer

Tipp:

Anstelle des Tomatensafts wird auch häufig einfach mehr Orangensaft genommen.

8x

TEQUILA SUNRISE

Für 1 Person:
3 cl Tequila
12 cl Orangensaft
2 cl Grenadine

MARGARITA (rechts)

Den Saft der Limette auspressen. Den Rand eines Cocktailglases mit etwas Saft benetzen und in Salz tauchen. Das Eis in einen Shaker geben, Tequila, den restlichen Limettensaft sowie etwas Triplesec zufügen und kurz schütteln. In das Glas füllen und servieren. Gern wird der Cocktail zusätzlich mit Cointreau abgerundet.

SANGRITA (Mitte)

Den *chile* in einer trockenen Pfanne rösten. Herausnehmen, von Samen und Scheidewänden befreien und mit ⅛ Liter heißem Wasser übergießen. 15 Minuten stehen lassen. Zwiebel abziehen, Frühlingszwiebel waschen und in schmale Ringe schneiden. Orangen und Limette auspressen. *Chile ancho* mit Einweichwasser und Zwiebel in den Mixer geben und pürieren. Orangen-, Limetten- und Tomatensaft zugießen und mit Cayennepfeffer abschmecken. Mit Eiswürfeln und Frühlingszwiebelgrün servieren.

Dieses gut gewürzte Erfrischungsgetränk wird gern zu oder nach einem Glas Tequila, dem Nationalgetränk Mexikos, getrunken.

TEQUILA SUNRISE (links)

Tequila del sol

Tequila und Orangensaft in ein Glas geben und verrühren. Den Grenadine mit Hilfe eines Trichters zufügen, damit der Sunrise-Effekt voll zur Geltung kommt.

Der kleine Ort Tequila in der Provinz Jalisco, umgeben von ausgedehnten Agavenpflanzungen in den Bergen nicht weit entfernt von Guadalajara, hat einem der berühmtesten Schnäpse seinen Namen gegeben. Er wird aus dem Saft der Herzstücke – piñas – der Maguey-Agave gebrannt. Ein Teil des farblosen Alkohols wird in Eichenfässer gefüllt und muss in vielen Jahren reifen, bis er eine goldene Färbung angenommen hat. Nun kann er namengebender Bestandteil eines Mixgetränkes werden. Wenn sich die verschiedenen Flüssigkeiten dieses Cocktails im Glas setzen, soll das an einen mexikanischen Sonnenaufgang erinnern.

Pikante Garnelen & Avocadostücke auf knusprigen Tortilla-Ecken

Für 8–10 Personen

ZUTATEN

- | | | |
|--------------------------------|---|-----------------------------------|
| 500 g gekochte Garnelen | 1 reife Tomate, gewürfelt | 2 Avocados |
| 4 Knoblauchzehen, zerdrückt | Salz | 200 ml saure Sahne |
| 1/2 Tl. mildes Chilipulver | 6 Maismehl-Tortillas (Grundrezept s. S. 42) | mildes Chilipulver, zum Garnieren |
| 1/2 Tl. gemahlener Kreuzkümmel | Pflanzenöl, zum Frittieren | |
| Saft von 1 Limone | | |

1 Garnelen, Knoblauch, Chilipulver, Kreuzkümmel, Limonensaft und Tomatenwürfel in eine Schüssel geben, Salz zufügen und alles vorsichtig vermengen. Für mindestens 4 Stunden oder besser noch über Nacht im Kühlschrank marinieren.

2 Die Tortillas in kleine Dreiecke schneiden. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, eine Portion Tortilla-Ecken zugeben und bei mittlerer Hitze so lange braten, bis sie knusprig sind. Den Vorgang mit den restli-

chen Tortilla-Ecken wiederholen.

3 Avocados halbieren, Kerne entfernen, Fruchtfleisch von der Schale lösen, in kleine Würfel schneiden und mit der Garnelemischung vermengen.

Wenn es einmal schnell gehen soll, können auch Tostadas oder leicht gesalzene Tortilla-Chips verwendet werden.

VARIATION

Die Garnelen durch gewürfelte Mozzarella oder milden frischen Pecorino ersetzen.



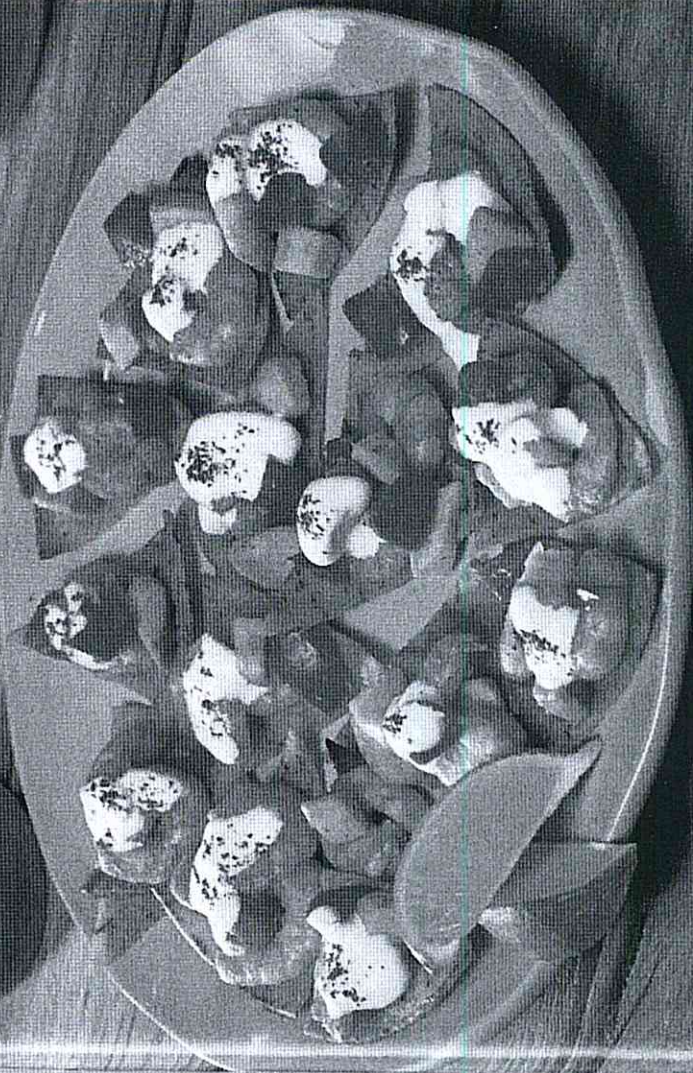
1



2



4



Zwei klassische Salsas

Für 4-6 Personen

INGREDIENTS

JALAPEÑO-SALSA

- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 2-3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 4-6 eingelegte Jalapeñoschoten, grob gehackt
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz

- 6-8 reife Tomaten, fein gewürfelt
- 100 ml Tomatensaft
- 3-4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1/2-1 Bund frischer Koriander, grob gehackt
- 1 Prise Zucker
- 3-4 frische grüne Chilischoten, entkernt und fein gehackt

SALSA CRUDA

1

Für die Jalapeño-Salsa
Zwiebel, Knoblauch, Chillies, Zitronensaft und Kreuzkümmel in einer Schüssel mischen. Mit Salz abschmecken. Abdecken und bis zum Verzehr kalt stellen.

2

Für eine grobkörnige Salsa Cruda alle Zutaten in eine Schüssel geben, mit Salz abschmecken, mischen, abdecken und bis zum Verzehr kalt stellen.

VARIATION

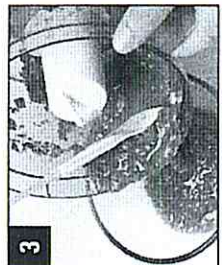
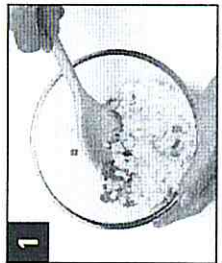
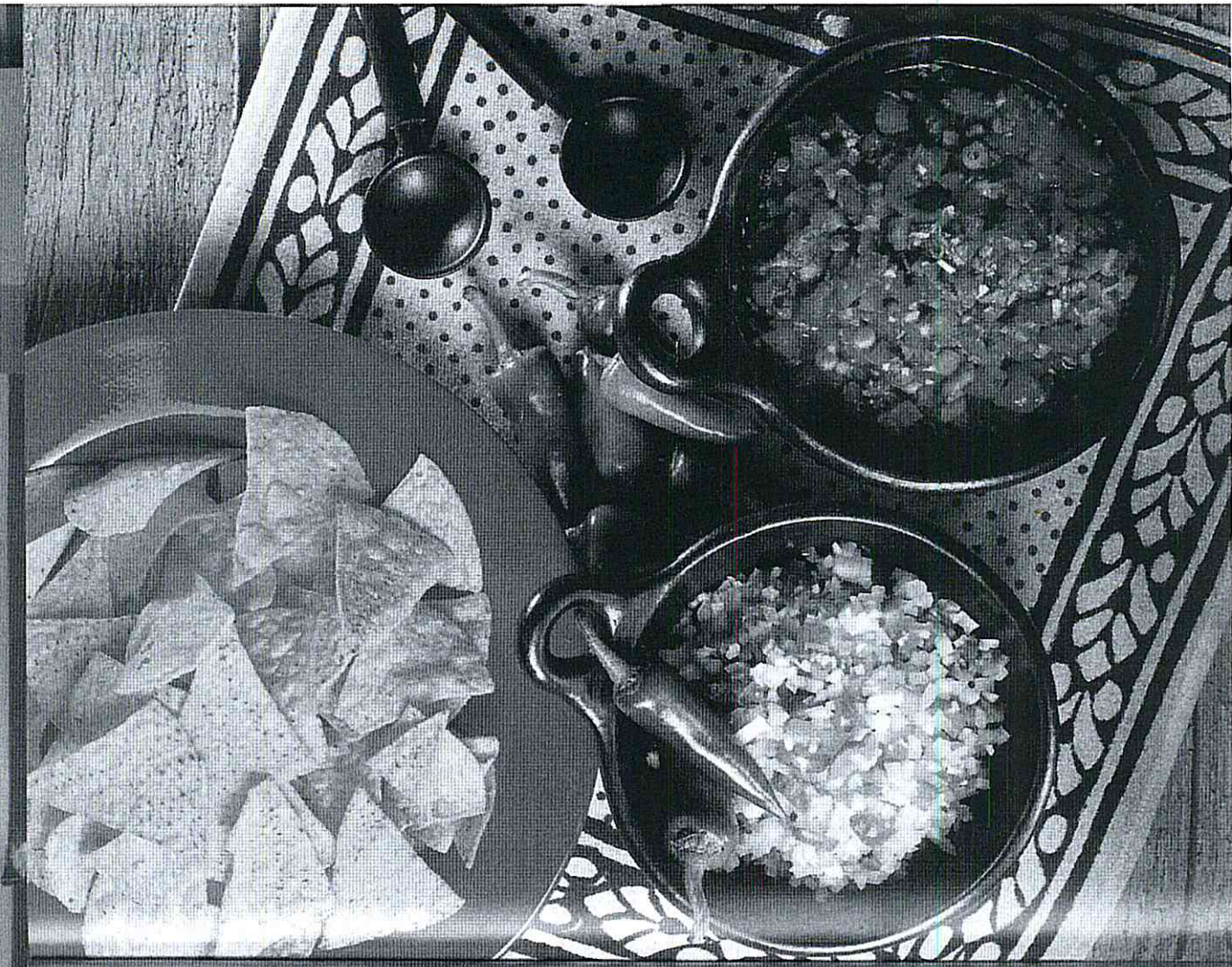
Statt der Tomaten kann die Salsa Cruda mit kleinen Orangensektchen und Zucchiniwürfeln zubereitet werden. Sie schmeckt dann fruchtiger.

3

Für eine weniger grobe Salsa Cruda die Zutaten nach dem Mischen kurz in einer Küchenmaschine pürieren, abdecken und bis zum Verzehr kalt stellen.

TIPP

Die Mengen an Knoblauch, Chilischoten und gemahlten Gewürzen in einer Salsa können je nach Geschmack variiert werden. Eine echte mexikanische Salsa besitzt jedoch stets einen kräftigen Geschmack.



SAUCE AUS DEM MÖRSE ERDNUSS-SAUCE

SAUCE AUS DEM MÖRSE

3–4 *chiles serranos*
3 sonnengereifte Tomaten
2 Knoblauchzehen
Salz
½ Bund frischer Koriander

ERDNUSS-SAUCE

3–4 *chiles anchos*
2 *chiles pasillas*
2 Knoblauchzehen
175 g ungesalzene Erdnusskerne
2 EL Olivenöl
etwa 375 ml Hühnerbrühe
Salz
1–2 Msp. Kreuzkümmel

SAUCE AUS DEM MÖRSE (oben)

Salsa de molcajete

Die *chiles* und die Tomaten in einer Pfanne 6 bis 7 Minuten rösten, dabei wenden. Die Haut von beiden abziehen. Die Knoblauchzehen abziehen und mit Salz im *molcajete* (Mörser) zerstoßen. Nun kommen die *chiles serranos* dazu und werden ebenso zerdrückt, dann die Tomaten. Alles wird zu Mus zerstampft. Den Koriander waschen, trockentupfen, die Blättchen von den Stielen zupfen und etwas zerkleinert zufügen.

Bei der Zubereitung einer Sauce kann man die Zutaten vorbehandeln, etwa indem man sie röstet und dann alle zusammen in einem Mörser zerreibt. Das ergibt einen pikanten Geschmack. Eilige zerkleinern einfach alles in einem Mixer. Die entstandene Sauce gehört unverzichtbar zu den Appetithäppchen – antojitos –, die überall in Mexiko an den Straßenständen angeboten werden.

ERDNUSS-SAUCE (unten)

Salsa de cacahuete

Eine möglichst schwere Pfanne erhitzen. Die getrockneten *chiles* bei mittlerer Temperatur beidseitig 1 bis 2 Minuten rösten, dabei aufpassen, dass sie nicht verbrennen. Anschließend Samen sowie Scheidewände entfernen und mit ¼ Liter heißem Wasser übergießen. Die Knoblauchzehen abziehen. Die Erdnüsse mit Knoblauchzehen und eingeweichten *chiles* samt Einweichwasser im Mixer pürieren. Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Mischung unter Rühren einige Minuten schmoren lassen. Die Sauce mit der Hühnerbrühe verdünnen, mit Salz und Kreuzkümmel würzen. Diese Sauce wird sehr gern zu gegrilltem Fleisch gereicht.

Um das Aroma der getrockneten Chili zu intensivieren, können sie geröstet werden. Dazu erhitzt man eine möglichst schwere Eisenpfanne, legt die Chili hinein und drückt sie mit einem Löffel flach. Wenn sie Farbe angenommen haben, werden sie gewendet. Dabei ist jedoch darauf zu achten, dass keine Stelle anbrennt. Bitterer Geschmack wäre die Folge.

Salsa, Tortillas, Bohnen & Reis

Chipotle-Salsa

Ergibt 450 ml

ZUTATEN

- | | | |
|--|--|--|
| 450 g reife Tomaten, gewürfelt | 1 kleine Zwiebel, gerackelt | Salz |
| 3-5 Knoblauchzehen, grob gerackelt | 1-2 TL Adobo-Marinade (Saft von eingelegten Chipotle-Chillies) | 1 Prise Zimt (nach Belieben) |
| 1/2 Bund frischer Koriander, gerackelt | 1/2-1 TL Zucker | 1 Prise Fiment (nach Belieben) |
| | Limonsaft; zum Abschmecken | 1 Prise gemahlener Kreuzkümmel (nach Belieben) |

1 Tomaten, Knoblauch und Koriander in eine Küchenmaschine geben.

2 Das Gemüse fein pürieren, dann die Zwiebel, die Adobo-Marinade und den Zucker unterrühren.

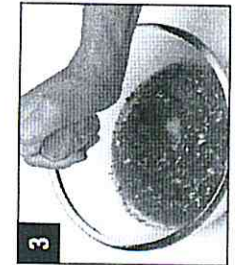
3 Die so entstandene Paste mit Limonsaft, Salz, Zimt, Fiment und Kreuzkümmel würzen.

4 Sofort servieren oder abdecken und bis zum Verzehr kalt stellen. Dabei bedenken, dass frische Salsa immer am besten schmeckt.

TIPPS

Um die Zubereitung zu vereinfachen, können die frischen Tomaten durch 400 g gehackte Dosentomaten ersetzt werden.

Eingelegte Chipotle-Chillies sind im Fachhandel erhältlich.



LIMETTENSUPPE

2x

LIMETTENSUPPE

2 Hühnerbrustfilets
nach Belieben 2 Hühner-
lebern
2 Knoblauchzehen
1 gelbe Zwiebel
1 kleine weiße Zwiebel
1 kleine rote Zwiebel
4 Zweige frischer
Koriander
Salz
3 Tomaten
1 kleine grüne
Paprikaschote
1 Stück Zimtstange von
etwa 2 cm
1 Nelke
3 Msp. Kreuzkümmel
½ TL getrockneter
Oregano
4 Limetten
30 g Butter
frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer
1 Tortilla (möglichst vom
Vortag)
1 EL Olivenöl
1 Avocado
nach Belieben 1 TL grüne
eingelegte Pfefferkörner

LIMETTENSUPPE

Sopa de lima

Die Hühnerbrustfilets und -lebern waschen und trockentupfen. Die Knoblauchzehen und die Zwiebeln abziehen. Den Koriander waschen. 1½ Liter Wasser mit 1 Knoblauchzehe, der gelben Zwiebel und dem Koriander zum Kochen bringen. Salzen, Hühnerbrustfilets hineingeben und abgedeckt bei mäßiger Temperatur 20 bis 30 Minuten kochen lassen. In den letzten 10 Minuten die Hühnerlebern zufügen. Währenddessen die weiße und die rote Zwiebel fein würfeln. Die Tomaten überbrühen, häuten und hacken. Die Paprikaschote aufschneiden, von den Zwischenwänden und den Kernen befreien und in sehr kleine Stücke schneiden. Restliche Knoblauchzehe, Zimtstange, Nelke, Kreuzkümmel und Oregano in eine kleine trockene Pfanne geben und leicht rösten. Auf keinen Fall anbrennen lassen, herausnehmen und beiseite stellen. Die Hühnerbrustfilets und -lebern aus dem Topf nehmen und die Brühe durch ein Sieb gießen. Die gerösteten Gewürze mit etwas Brühe im Mixer pürieren und zurück zu der restlichen Brühe geben. Das Hühnerfleisch und die Lebern in

Streifen schneiden und abgedeckt aufbewahren. Die Limetten warm abwaschen. Eine Limette in Scheiben schneiden, den Saft einer Limette auspressen, die anderen beiden vierteln. Die Butter in einem Topf erhitzen. Die weiße und die rote Zwiebel darin einige Minuten andünsten. Die Paprikawürfel zufügen und weitere 1 bis 2 Minuten dünsten. Nun die Tomaten hineingeben und 5 Minuten unter Rühren garen. Den Saft der Limette zufügen und mit der Hühnerbrühe auffüllen. Hühnerbrust und -lebern zufügen. 2 Minuten bei mäßiger Temperatur kochen lassen und mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Die Tortilla in Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Tortillastreifen darin goldgelb anbraten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Avocado schälen, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Suppentassen mit den Limettenscheiben auslegen. Die heiße Hühnerbrühe mit dem Fleisch und den Lebern sowie Tortillastreifen darin verteilen. Nach Belieben mit grünen Pfefferkörnern garnieren. Limettenviertel und Avocado-scheiben getrennt dazu reichen.

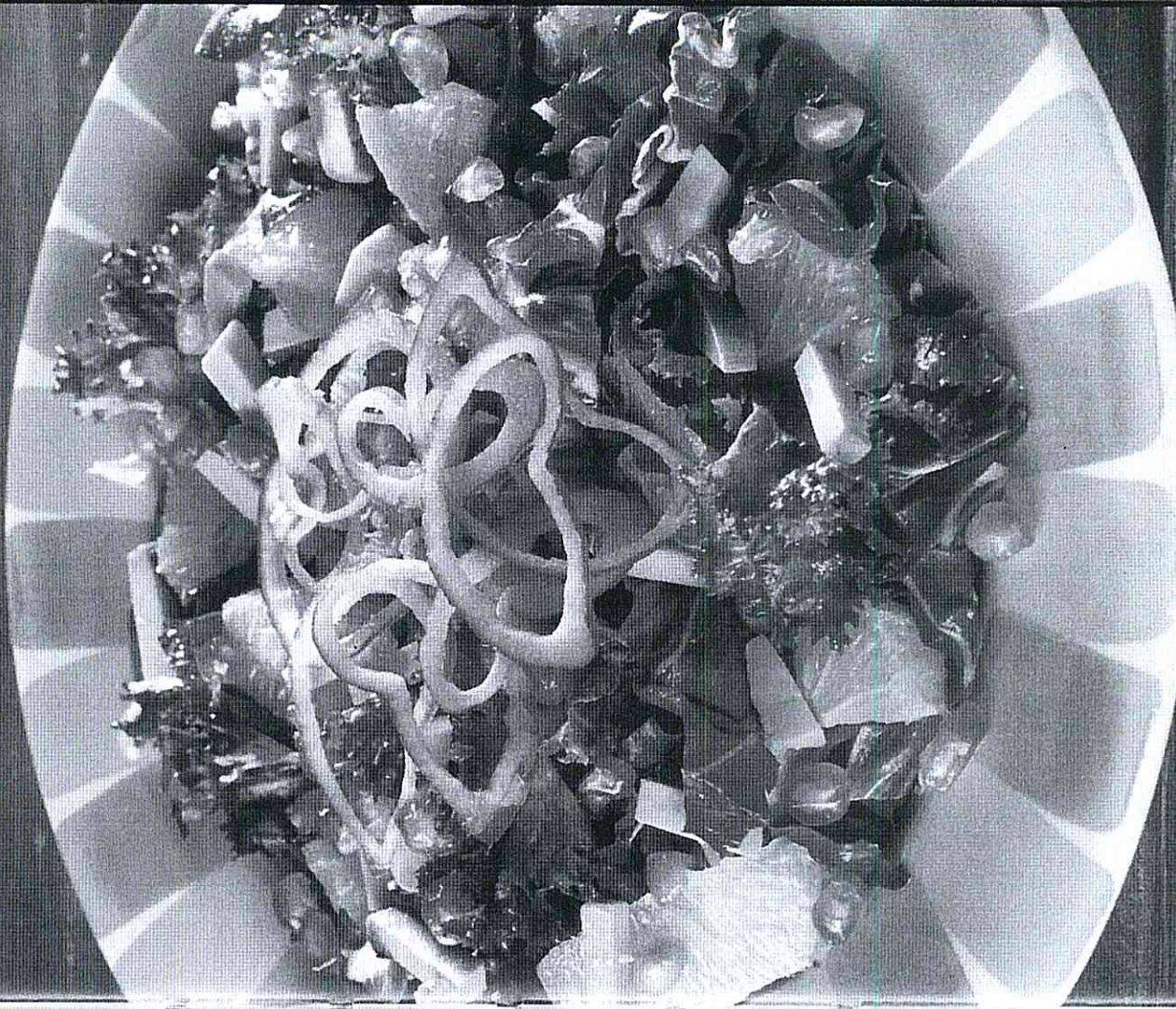
Zitrussalat mit Granatapfelsamen & Avocadostrücken

Für 4 Personen

ZUTATEN

- | | | |
|---------------------------------|---|---|
| 1 großer Granatapfel | Saft von 2 Limonen | 1 Avocado, entkernt, gewürfelt und mit Limonensaft beträufelt |
| 1 Grapefruit | 1/2 Tl. Zucker | |
| 2 süße Orangen | 1/2 Tl. Senfpulver | 1/2 rote Zwiebel, in feine Ringe geschnitten, zum Garnieren |
| geriebene Schale von 1/2 Orange | Salz und Pfeffer | |
| geriebene Schale von 1/2 Limone | 4-5 EL Olivenöl | |
| 1-2 Knoblauchzehen, zerdrückt | 1 rotblättriger Salat, z. B. Lollo Rosso, geputzt und zerkleinert | |
| 3 EL Rotweinessig | | |

- Den Granatapfel vierteln, die Außenhaut umstülpen und die Samen herausdrücken.
- Mit einem scharfen Messer die Grapefruitschale oben und unten entfernen, die restliche Schale mit von oben nach unten geführten Schnitten ebenfalls ablösen; dabei auch die Außenhaut der Fruchtfleischkammern entfernen. Dann das Fruchtfleisch filtern; dazu die einzelnen Fruchtsegmente ent-
- Die Orangen ebenso verarbeiten wie die Grapefruit. Dann Granatapfelsamen, Grapefruit- und Orangenstücke in eine Schüssel geben und gut mischen.
- Zitrusschalen, Knoblauch, Essig, Limonensaft, Zucker, Senfpulver,
- Salz und Pfeffer mischen. Das Olivenöl langsam zugeießen und alles gut verquirlen.
- Salatblätter, Zitrusfruchtmischung und Avocado in eine Servierschüssel geben, Dressing darüber gießen und vorsichtig unterrühren. Mit Zwiebelringen garnieren und sofort servieren.



FRUCHTSALAT

NOPALITOS-SALAT

FRUCHTSALAT

¼ Wassermelone
1 kleine Papaya
1 Mango
3 Scheiben einer
möglichst frischen Ananas
1 Limette
Salz
2 Msp. Cayennepfeffer

NOPALITOS-SALAT

1 Glas *nopalitos* (Feigen-
kaktusblätter, 450 g Inhalt,
270 g Abtropfgewicht)
3 Tomaten
2 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe
1 Bund frischer Koriander
1 *chile serrano*, eingelegt
1 EL Apfelessig
Salz
frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer
4 EL Olivenöl

Tipp:

Häufig sind nopalitos mit einigen Möhrenscheiben eingelegt. Klein geschnitten und mit an den Salat gegeben, runden sie diesen geschmacklich ab.

FRUCHTSALAT (oben)

Ensalada de frutas

Wassermelone, Papaya und Mango schälen, von den Kernen beziehungsweise dem Stein befreien und wie die Ananas in Würfel schneiden. Die Limette auspressen und die Früchte damit übergießen. Mit wenig Salz und etwas mehr Cayennepfeffer würzen. In eine Glasschüssel füllen und gut gekühlt servieren.

Baummelonen, wie die Papayas auch genannt werden, stammen vermutlich aus Südamerika. Sie werden heute in Mittel- und Südamerika, auf den Karibischen Inseln, in Florida, Indien und Afrika angebaut. Ihr angenehmer Geschmack, das milde, melonenartige süße und saftige Fruchtfleisch sowie der gesundheitliche Wert machen sie zu einer beliebten Frucht. Mit Papayas lassen sich köstliche Drinks und Fruchtsalate bereiten. Da ihnen Fruchtsäure fehlt, gibt man gern Zitronen- oder Limettensaft hinzu; so wird das herrliche Aroma noch betont.

NOPALITOS-SALAT (unten)

Ensalada de nopalitos

Die *nopalitos* abspülen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten überbrühen, häuten, grob entkernen und klein schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und in schmale Ringe schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und zerdrücken. Den Koriander waschen, trockentupfen, die Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Den *chile serrano* entkernen und klein schneiden. Essig mit Salz und Pfeffer verrühren und das Öl zufügen. Alle Zutaten miteinander vermischen und abschmecken.

Nicht nur die Kaktusfrüchte des nopal werden auch heute noch gesammelt und zu einer süßen Fruchtpaste verarbeitet; auch die jungen Blätter sind bis auf den heutigen Tag ein sehr geschätztes Gemüse. Die flachen, ovalen Blätter müssen zunächst mit einem scharfen Messer von ihren Stachelbüscheln befreit, jedoch nicht geschält werden. Ihr Geschmack ähnelt dem grüner Bohnen. Frische nopalitos sind nur in Mexiko erhältlich. In Gläsern oder Dosen abgefüllt werden sie in alle Länder exportiert und im Fachhandel angeboten.

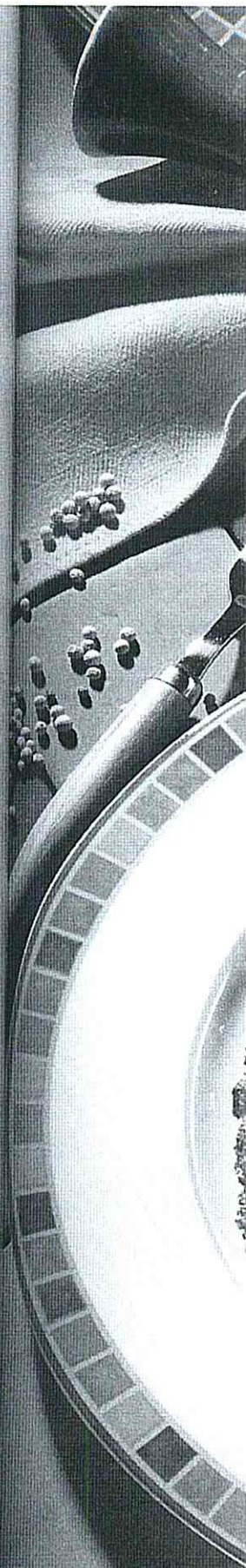
FISCH IN MANDELSAUCE

600–700 g Fischfilet von Seebarsch, rotem Schnapper oder einem anderen Fisch mit festem Fleisch
1 Limette
Salz
frisch gemahlener weißer Pfeffer
120 g abgezogene gemahlene Mandeln
200 g Crème cuisine oder Crème fraîche
5 EL süße Sahne oder Milch
2 EL frisch geriebener Parmesan
50 g Butter
50 g *queso chihuahua* oder geriebener Cheddar
20 g Mandelblättchen nach Belieben

Pescado almadrado

Das Fischfilet waschen und trockentupfen. Den Saft der Limette auspressen. Das Fischfilet in eine Schale geben. Mit der Hälfte des Limettensafts beträufeln, salzen und pfeffern. Abgedeckt in den Kühlschrank stellen und durchziehen lassen. Die Mandeln mit Crème cuisine oder Crème fraîche, süßer Sahne oder Milch sowie Parmesan verrühren, salzen und pfeffern. Den Backofen auf 190 °C vorheizen. Die Butter in einer weiten Pfanne erhitzen. Die trockengetupften Filets darin beidseitig je etwa 1 Minute anbraten. Mit der Butter und dem restlichen Limettensaft in eine Auflaufform legen. Die Mandelcreme darauf streichen. Mit *queso chihuahua* oder Cheddar bestreuen und für 10–15 Minuten in den Backofen geben. Nach Belieben mit gerösteten Mandelblättchen bestreuen und mit Reis oder Kartoffeln servieren.

Bei der Zubereitung von Speisen haben Mandeln in Mexiko einen festen Platz. Wenn Sie Mandelfisch mögen, ahnen Sie, dass nicht nur Chili zu Fischgerichten passen, und wenn Sie es erst einmal genossen haben, wissen Sie es sicher.



1/2

TRUTHAHN IN MOLE POBLANO

Für 6–8 Personen

1 junger Truthahn von etwa 3,5 kg Gewicht
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
2 Möhren
2 Stangen Staudensellerie
Salz

Für die Sauce:

5 *chiles anchos*
4 *chiles pasillas*
5 *chiles mulattos*
2 *chiles chipotles*
1 Zwiebel
5 Knoblauchzehen
120 g enthäutete Mandeln
80 g Erdnuskerne
6 schwarze Pfefferkörner
1 TL Koriandersamen
½ TL Anissamen
6 Nelken
1 Stück Zimtstange von etwa 4 cm
60 g Rosinen
4 Tomaten
80–90 ml Olivenöl
80–100 g dunkle Blockschokolade
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
etwa 2 TL Zucker
4 EL Sesamsamen

Tipp:

Chiles mulattos sind sehr schwer zu bekommen. Als Ersatz kann man einfach mehr von den chiles anchos nehmen.

Mole poblano de guajolote

Den Truthahn in Portionsstücke teilen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen und grob zerkleinern. Das Gemüse waschen. Die Möhren schaben und wie den Sellerie in Stücke schneiden. 3 Liter Wasser mit Zwiebel, Knoblauchzehe, Möhren und Sellerie zum Kochen bringen, salzen und die Truthahnteile hineingeben, abgedeckt bei mittlerer Temperatur etwa 1 Stunde kochen lassen, bis sie weich sind. Die Brühe aufheben. Für die Sauce die *chiles* von Samen und Scheidewänden befreien. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen. Die Zwiebel grob zerteilen. Eine trockene Pfanne ohne Hinzugabe von Öl auf mittlere Temperatur erhitzen. Mandeln, Erdnuskerne, Pfefferkörner, Koriander- und Anissamen, Nelken und Zimtstange unter ständigem Rühren einige Minuten rösten, aber nicht verbrennen lassen. Mit den Rosinen in den Mixer geben. Die Pfanne kurz auswischen. Die *chiles chipotles* und die Tomaten in die Pfanne geben und rösten. Die Tomaten enthäuten, grob entkernen und mit den *chiles chipotles* in den Mixer geben. Die Pfanne auswischen. 2 bis

3 Esslöffel Olivenöl hineingeben, erhitzen und die *chiles anchos*, *chiles pasillas* und *chiles mulattos* darin kurz anbraten. Die *chiles* in eine Schüssel legen und mit heißem Wasser übergießen. Mit etwas Einweichflüssigkeit in den Mixer geben und pürieren, herausnehmen und beiseite stellen.

Im gleichen Öl die Zwiebel und die Knoblauchzehen kurz braten und im Mixer pürieren. Herausnehmen und beiseite stellen. Das restliche Öl in einem weiten Topf erhitzen und alle im Mixer pürierten Zutaten vermischen und in dem Öl unter Rühren 5 bis 6 Minuten garen. Die Schokolade zerbröckeln und darin schmelzen, mit ¾ bis 1 Liter Truthahnbrühe ablöschen, zum Kochen bringen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Truthahnstücke hineinlegen und bei mäßiger Temperatur abgedeckt 10 bis 15 Minuten sanft kochen lassen. Den Sesam in einer trockenen Pfanne leicht rösten und über das fertige Gericht streuen.

Ganz besonders schön sieht das Gericht in einer landestypischen Schüssel aus. Dazu serviert man Reis, Kidneybohnen oder schwarze Bohnen und Tortillas.



Bananen-Schokoladen-Empanadas

Für 4-6 Personen

ZUTATEN

8 Platten Filoteig, der Länge nach halbiert
Butter, geschmolzen, oder Pflanzenöl, zum Bestreichen

2 reife süße Bananen
1-2 Tl Zucker
Saft von $\frac{1}{4}$ Limone
175-200 g harte Schokolade, in kleine Stücke gebrochen

Puderzucker, zum Bestäuben
Zimt, zum Bestäuben

1 Die Teigstreifen nebeneinander auf die Arbeitsplatte legen und mit Butter oder Öl bestreichen.

2 Die Banane schälen und würfeln, in eine Schüssel geben und mit dem Zucker und dem Limonensaft mischen. Dann die Schokoladenstücke einführen.

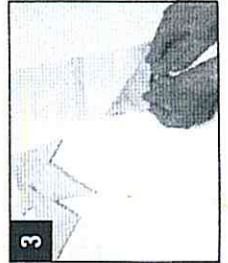
3 Einige Teiglöffel der Bananen-Schokoladen-Mischung auf jeweils eine Teigecke geben. Dann die Teigstreifen diagonal zusammenfalten, sodass kleine Dreiecke entstehen, die die

TIPP

Statt Filoteig kann auch fertiger Blätterteig verwendet werden.



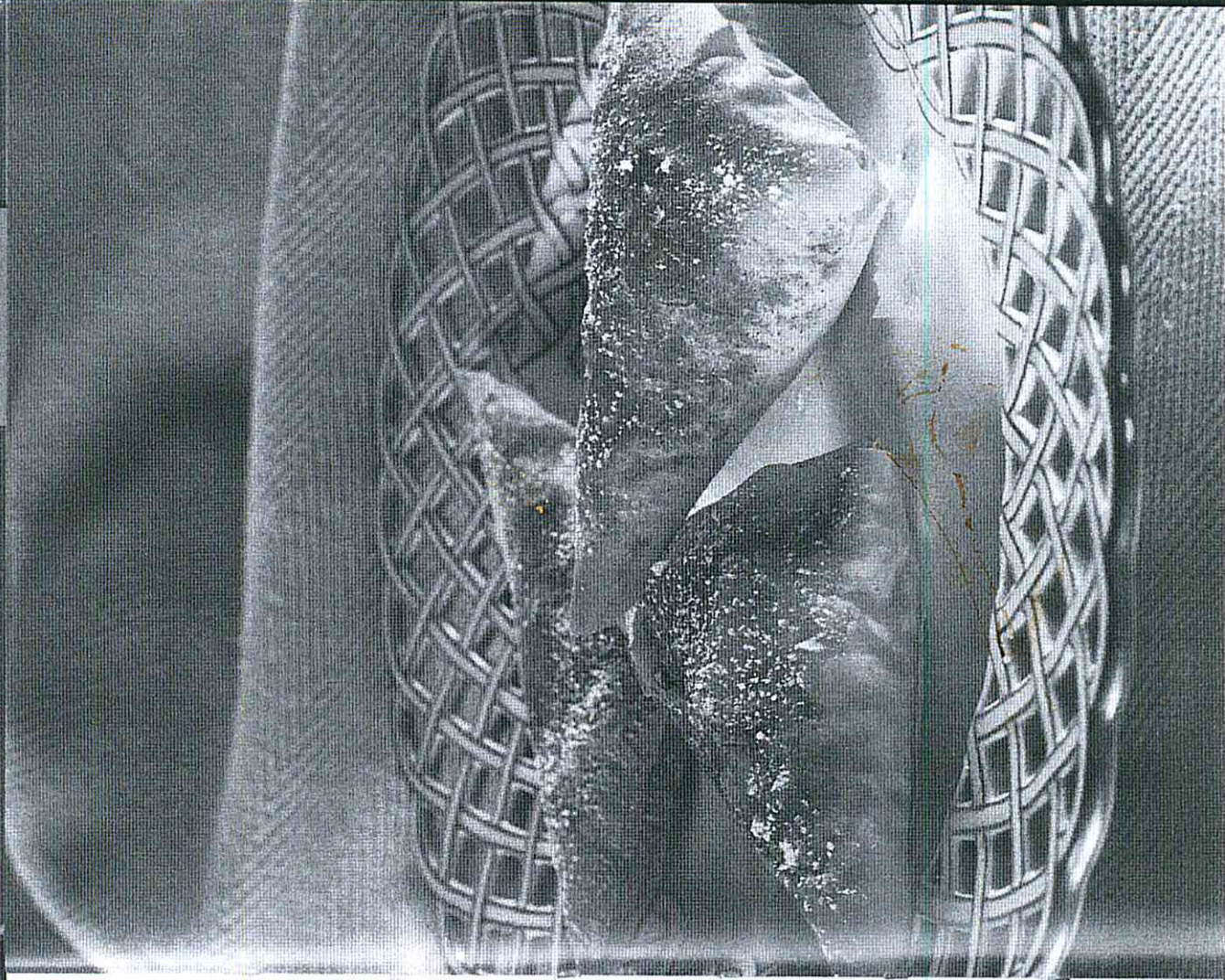
3



3



4



Churros

Für 4 Personen

ZUTATEN

225 ml Wasser	1/4 TL Zimt	Zimt, zum Bestäuben
Schale von 1 Zitrone	3–5 Tropfen Vanille-Aroma	
6 EL Butter	3 Eier	
1/2 TL Salz	Pflanzenöl, zum Frittieren	
125 g Mehl	feiner Zucker, zum Bestäuben	

1 Wasser und Zitronenschale in einem kleinen Topf geben. Aufkochen lassen, Butter und Salz zugeben, und alles so lange erhitzen, bis die Butter geschmolzen ist.

2 Mehl, Zimt und Vanille-Aroma zugeben, den Topf vom Herd nehmen, den alles rasch verrühren, bis ein festes Püree entsteht.

3 Nach und nach die Eier zugeben und mit einem Holzlöffel unterrühren. Eventuell die Eier zunächst mit einem Kartoffelstampfer unter die Masse mengen, bis

sie geschmeidig ist. Den Holzlöffel aber auf jeden Fall benutzen, um den Teig glatt zu rühren.

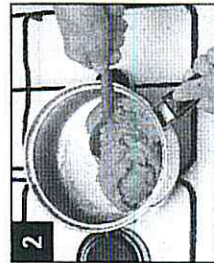
4 Eine Pfanne ca. 2 1/2 cm hoch mit Öl auffüllen. Das Öl so stark erhitzen, dass ein Brotwürfel innerhalb von 30 Sekunden darin bräunt.

5 Den Teig in einen Spritzbeutel mit breiter Tülle füllen und daraus etwa 12 cm lange Teigstreifen direkt in das heiße Fett gleiten lassen. Dabei darauf achten, dass die Streifen nicht zu dicht beieinander liegen, da

sie beim Frittieren noch aufgehen werden.

6 Die Churros von jeder Seite etwa 2 Minuten goldbraun frittieren. Mit einer Schaumkelle aus der Pfanne heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Vorgang so lange wiederholen, bis der gesamte Teig verarbeitet ist.

7 Die fertigen Churros großzügig mit Zucker und ein wenig Zimt bestäuben und entweder heiß oder auf Zimmertemperatur abgekühlt servieren.



AUF EIS ODER HEISS

REISGETRÄNK

75 g weißer Langkornreis
1 ½ Liter stilles Mineralwasser
40 g Mandeln
50 g Zucker
etwa ½ EL Zimt
Eiswürfel

KAFFEE IM TONTOPF

1 Zimtstange (8 cm)
3 Nelken
etwas Schale von 1 unbehandelten Orange
90–100 g *piloncillo* (ersatzweise brauner Zucker)
40–50 g stark gerösteter grob gemahlener Kaffee

HEISSE SCHOKOLADE

Für 6 Personen
180–200 Halbbitter-Schokolade (möglichst mexikanische)
100 g *masa*
50 g *piloncillo* (ersatzweise brauner Zucker)
1 Zimtstange (8 cm)

SÜSSER ATOLE

250–300 g frische Früchte
40 g Stärkemehl
¼ Liter Fruchtsaft
2–3 Msp. Vanille
50–80 g Zucker je nach Süße der Früchte

REISGETRÄNK (o. links)

Horchata

Den Reis waschen und mit ½ Liter stillem Mineralwasser übergießen. 3 Stunden stehen lassen. Die Mandeln mit ½ Liter kochendem Wasser übergießen, etwas stehen lassen, abschrecken und die Haut entfernen. Den Reis mit Einweichwasser im Mixer fein pürieren, herausnehmen und in einen Krug füllen. Die Mandeln mahlen und ebenfalls in den Krug geben sowie das restliche Mineralwasser. Zucker und Zimt zufügen, verrühren und kühl stellen. In jedes Glas 1 bis 2 Eiswürfel geben und das Getränk zufügen.

KAFFEE IM TONTOPF (u. links)

Café de olla

¾ Liter Wasser mit Zimtstange, Nelken und Orangenschale zum Kochen bringen. Die Temperatur reduzieren und *piloncillo* beziehungsweise Zucker und Kaffee hineingeben. 4 bis 5 Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen, abgedeckt noch einige Minuten ziehen lassen, bis sich der Kaffee gesetzt hat. Stillecht ist es, den Kaffee durch ein Sieb in Keramikbecher zu gießen.

HEISSE SCHOKOLADE (o. rechts)

Champurrado

Die Schokolade grob zerteilen. Die *masa* mit 1 Liter Wasser in einen Topf geben und verrühren. 10 Minuten ruhen lassen. ½ Liter Wasser zufügen sowie *piloncillo* und Zimtstange. Bei mäßiger Temperatur und ständigem Rühren 10 Minuten kochen lassen. Die Schokolade zufügen und rühren, bis sie vollständig geschmolzen ist. Die Zimtstange entfernen und servieren. Wer die Schokolade flüssiger liebt, nimmt Wasser oder süße Sahne zum Verdünnen. Tipp: Sollte es nicht möglich sein, *masa* zu bekommen, kann knapp ½ Liter süße Sahne und 1 Liter Wasser verwendet werden.

SÜSSER ATOLE (u. rechts)

Atole dulce

Früchte waschen und zerkleinern. ⅓ Liter kaltes Wasser in einem Topf mit dem Stärkemehl verrühren. ½ Liter Wasser und den Fruchtsaft zufügen. Unter Rühren erhitzen. Fruchtfleisch, Vanille und Zucker zugeben. Vom Herd nehmen und servieren. Atole sollte dickflüssig sein. Nach Bedarf den Fruchtsaftanteil erhöhen oder reduzieren.



TORTILLAS AUS MAIS UND WEIZEN

MAISTORTILLAS

250 g *masa harina*
(Tortillamehl)
2 TL Schweineschmalz
oder Öl
350 ml lauwarmes Wasser

WEIZENTORTILLAS

200 g Mehl (Type 405)
Salz

oder:

200 g Mehl (Type 405)
Salz
1 EL Schweineschmalz

Tipp:

Tortillas werden wie Brot als Beilage gegessen. Die fertig gebackenen Tortillas halten sich in eine Serviette eingewickelt einige Zeit warm. In Folie verpackt können sie einige Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden. Wem die Herstellung zu umständlich und kompliziert ist, denn etwas Übung gehört dazu, kann auf vorgefertigte Tortillas zurückgreifen.

MAISTORTILLAS

Tortillas de masa harina

Die *masa harina* in eine Schüssel geben. Das Schmalz (Zimmertemperatur) und das lauwarme Wasser zufügen. Alles möglichst mit den Händen zu einem homogenen Teig verkneten. Abgedeckt für etwa 20 Minuten stehen lassen. Aus dem Teig 12 gleich große Kugeln formen, etwa von der Größe eines Eies. Entweder eine Tortillapresse auslegen und eine Teigkugel hineinlegen, mit einer Klarsichtfolie abdecken, den Deckel herunterklappen und den Griff herunterdrücken, oder den Teig mit Klarsichtfolie oder Backpapier abgedeckt mit einer Teigrolle ausrollen. Die Tortilla ist dann etwa im Durchmesser 14 cm, so löst sie sich sehr leicht von der Folie. Einen *comal* oder eine schwere Pfanne ohne Fett bei mittlerer Temperatur erhitzen. Die Teigscheibe in die Pfanne legen. Sobald die Ränder trocken werden, die Tortilla umdrehen und backen, bis sie goldgelb wird. Nochmals herumdrehen und backen, bis beide Seiten goldgelb bis braun sind. Auf ein Tuch legen und abgedeckt so lange verfahren, bis der Teig vollständig aufgebraucht ist.

WEIZENTORTILLAS

Tortillas de harina

Für die Weizentortillas ohne Schmalz das Mehl in eine Schüssel sieben, das Salz zufügen und unter Rühren etwa 120 ml lauwarmes Wasser zufügen. Für die Weizen-Tortillas mit Schmalz das Mehl in eine Schüssel sieben, das Salz zufügen und unter ständigem Rühren etwa 100 ml lauwarmes Wasser sowie das weiche Schweineschmalz zufügen.

Den Teig mit den Händen kneten, bis er geschmeidig ist. Abgedeckt in einer Schüssel 20 Minuten ruhen lassen. Den Teig in 8 gleich große Bällchen teilen und zu runden Fladen ausrollen. Das geht am besten zwischen Backpapier oder Klarsichtfolie. Eine schwere Pfanne ohne Fett erhitzen, vorzugsweise eine beschichtete, und die Fladen beidseitig einige Minuten bei mittlerer Temperatur backen. Die Fladen mit einem Pfannenwender wenden. Wenn die Tortillas Blasen bilden, mit dem Pfannenwender herunterdrücken, damit ein gleichmäßiges Ausbacken möglich ist.

Die Weizentortillas sind fertig, wenn sich braune Flecken zeigen.

