



Leseprobe

Marc Fosh

Mallorca

Authentische Rezepte von der Sonneninsel - Jetzt zum einmaligen Sonderpreis!

»Marc Fosh packt die Zutaten und das Lebensgefühl der Insel zwischen zwei Buchdeckel.« *GEO Saison Extra*

Bestellen Sie mit einem Klick für 14,99 €



Seiten: 272

Erscheinungstermin: 09. März 2020

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Ein kulinarischer Liebesbrief an Mallorca

Mallorca steht für sonnige Buchten, angenehmes Klima, entspannte Menschen, aber vor allem auch für fantastische mediterrane Küche. Marc Fosh, Sternekoch und Inhaber des Restaurants "Fosh" in Palma de Mallorca, nimmt uns mit auf eine Reise durch die Geschmäcker und Aromen der Insel - er lässt sich von 18 typischen mediterranen Zutaten inspirieren und bietet über 100 Rezepte: für Klassiker wie den mallorquinischen Reiseintopf "Arròz brut" oder Schweinelende mit Sobrasada-Rosmarin-Kruste, aber auch Gerichte für besondere Anlässe wie Papparadelle mit Hummer oder gelbe Gazpacho mit Räucherlachs. Hilfreiche Informationen zur Herkunft sowie Saisonalität der einzelnen Zutaten, faszinierende Erzählungen über Land und Leute und atemberaubende Bilder ergänzen das Buch und ergeben zusammen einen Liebesbrief an Mallorca, das Mittelmeer und seine Küche.



Autor

Marc Fosh

Marc Fosh ist eines der aufregendsten und kreativsten Kochtalente Europas und einer der erfolgreichsten kulinarischen Exporte Großbritanniens. Er lebt und arbeitet seit 1991 in Spanien, ist Inhaber des Restaurants "Fosh" in Palma de Mallorca und hat seinen eigenen einzigartigen Küchenstil entwickelt, der sich auf frische Zutaten und hochwertige Produkte konzentriert. Das Ergebnis ist eine moderne Küche mit klarem Geschmack und großen Aromen. Im Jahr 2002 wurde Marc Fosh als erster und einziger

MARC FOSH

MALLORCA

Impressum

Für meinen verstorbenen Vater, ich danke dir für deine stete Ermutigung und Unterstützung während meiner gesamten Karriere. Für Jessica, Bruno und Gabriela, möget ihr lernen, Essen so sehr zu lieben wie ich, und möge jede eurer Mahlzeiten glücklich, mit Liebe und Lachen erfüllt sein.

1. Auflage © der deutschsprachigen Ausgabe 2020 by Südwest
Verlag, einem Unternehmen der Verlagsgruppe Random House GmbH, Neumarkter Straße 28, 81673 München.

Die Originalausgabe erschien 2019 unter dem Titel „Modern Mediterranean: Sun-drenched recipes from Mallorca and beyond“ im UK und den USA bei Nourish, einem Imprint von Watkins Media Limited, Unit 11, Shepperton House, 83–93 Shepperton Road London N1 3DF, enquiries@nourishbooks.com

Copyright © Watkins Media Limited 2019
Copyright Text © Marc Fosh Limited 2019
Copyright Fotografien © Watkins Media Limited 2019
Copyright für sonstige Fotografien siehe Seite 272 in Erweiterung dieser Copyright-Angabe
Marc Fosh ist in Übereinstimmung mit dem Copyright, Designs und Patents Act von 1988 der rechtmäßige Autor dieses Textes.
Copyright Text Seiten 253–262 © Olaf Barken

Hinweise

Alle Rechte vorbehalten. Vollständige oder auszugsweise Reproduktion, gleich welcher Form (Fotokopie, Mikrofilm, elektronische Datenverarbeitung oder durch andere Verfahren), Vervielfältigung, Weitergabe von Vervielfältigungen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Für die deutsche Ausgabe:

Redaktionsleitung: Eva Wagner
Übersetzung: Barbara Rusch, München
Redaktion: Ulrike Kraus, Köln
Bildredaktion: Tanja Zielezniak
Satz und Umschlag: OH, JA! (www.oh-ja.com), München

Reproduktion: Regg Media GmbH, München
Druck und Bindung: DZS Grafik d.o.o., Ljubljana

Printed in Slovenia

ISBN 978-3-517-09926-2



Verlagsgruppe Random House FSC ® N001967

Hinweise zu den Rezepten

Außer wenn anders angegeben:
Verwenden Sie mittelgroßes Obst und Gemüse.
Verwenden Sie frische Kräuter, Gewürze und Chilis.
Verwenden Sie Obst, Gemüse, Kräuter und Chilis stets gewaschen.
Verwenden Sie Bio-Eier aus Freilandhaltung der Größe M.
Verwenden Sie Kristallzucker.

1 TL = 5 ml

1 EL = 15 ml

Inhalt

Vorwort	7
Mandeln [<i>Almendras</i>]	12
Schokolade [<i>Chocolate</i>]	26
Chorizo [<i>Chorizo</i>]	38
Knoblauch [<i>Ajo</i>]	52
Fleisch vom Ibérico-Schwein [<i>Cerdo Ibérico</i>]	64
Lamm [<i>Cordero</i>]	76
Zitronen [<i>Limonas</i>]	86
Mediterrane Kräuter [<i>Hierbas mediterráneas</i>]	104
Miesmuscheln [<i>Mejillones</i>]	118
Olivenöl [<i>Aceite de Oliva</i>]	130
Pfirsiche [<i>Melocotones</i>]	142
Paprikaschoten [<i>Pimientos</i>]	154
Rote Garnelen [<i>Gambas rojas</i>]	168
Reis [<i>Arroz</i>]	180
Safran [<i>Azafrán</i>]	196
Tintenfisch [<i>Calamar</i>]	208
Tomaten [<i>Tomates</i>]	220
Trüffel und Wildpilze [<i>Trufas y setas</i>]	236
Mallorca – eine Insel im Wandel	253

Die Suche nach Sonne

Vorwort

Vor fast 25 Jahren zog ich nach Mallorca, um hier zu leben und zu arbeiten. Meine Ausbildung zum Chef de Cuisine hatte ich zuvor in London absolviert; dort sammelte ich meine ersten Erfahrungen in den Sternerestaurants, deren Schwerpunkt damals auf traditionellen französischen Techniken, reichlich Sahne und Butter lag. Auf der Suche nach ein wenig Sonne und einer leichteren Küche verbrachte ich anschließend drei wunderbare Jahre damit, mich durch die baskische Stadt San Sebastián – Spaniens kulinarische Kapitale – zu kochen, bis ich schließlich wissensdurstig und mit einer neu entfachten Leidenschaft für die mediterrane Küche und deren Lebensmittel auf Mallorca ankam. Im Vergleich zum Feinschmeckermekka San Sebastián war die Gastronomieszene Mallorcas weitaus gesetzter – doch die einheimischen Produkte waren dank des einzigartigen Klimas der Insel spektakulär. Ich wusste sofort, dass Mallorca das perfekte Fleckchen Erde sein würde, um dort ein Restaurant zu eröffnen.

Bevor ich nach Mallorca kam, hatte ich keine Ahnung von der Schönheit und Vielfalt dieser Insel. Wenn man zum ersten Mal über die Insel fliegt, erkennt man schnell, dass sie sehr grün ist, mit wunderschönen Bergketten und einer der atemberaubendsten Küsten des Mittelmeers. Bei Fahrten quer durch Mallorca entdeckt man zahllose Mandel-, Oliven- und Orangenhaine in der traumhaften Landschaft. Ich verliebte mich Hals über Kopf in die Insel.

Mallorcas regionale Küche hat ihre Wurzeln in den ländlichen, bäuerlichen Traditionen des Mittelmeerraums, hinzu kommen arabische und maurische Einflüsse. Auf den ersten Blick scheint sie kein großes Spektrum zu bieten, doch kaum kratzt man ein wenig an der Oberfläche, schon entdeckt man eine reiche Vielfalt an überraschenden Geschmackskombinationen und zahlreichen interessanten traditionsreichen Gerichten aus lokalen Zutaten. Weit entfernt vom spanischen Festland, waren auf dieser kleinen Insel lange vor dem Aufkommen des Tourismus Fischerei und Landwirtschaft absolut überlebensnotwendig. Dementsprechend strotzt Mallorca vor fantastischen saisonalen Zutaten, die in herrlichem Klima und auf fetten, fruchtbaren Böden gedeihen.

Mit dem Einzug des Tourismus hat sich die gastronomische Landschaft Mallorcas enorm verändert. Heute floriert auf der ganzen Insel eine äußerst spannende und dynamische Restaurantszene mit talentierten jungen Köchen, die aus lokalen Zutaten mediterrane Gerichte in großartigen Variationen zubereiten. In solchen Restaurants kann man die Leidenschaft und Philosophie jedes einzelnen Chefs wirklich spüren, und ich bin stolz darauf, dass viele dieser jungen Köche auf ihrem Weg irgendwann einmal auch durch meine Küche gegangen sind. Geändert hat sich auch die traditionelle Landwirtschaft der Insel. Heute produziert eine ganze Reihe kleiner Erzeuger wunderbare handwerkliche Zutaten, und auf den Märkten wird eine größere Auswahl an fantastischen, lokal angebauten

Lebensmitteln angeboten, die uns inspirieren. Mallorca hat sich zu einer echten kulinarischen Destination entwickelt.

MODERNE MEDITERRANE KÜCHE

Man kann wahrscheinlich durchaus sagen, dass wir hier auf den Balearn immer stark auf lokale Produkte gebaut haben, was wir für selbstverständlich hielten, und ganz sicher wussten wir nicht, wie wir die Geschichte unserer großen Köche, Lieferanten und Produzenten effektiv nach außen verkaufen konnten. Als Gast in einem Restaurant wie dem unseren entdecken Sie sehr schnell, dass unser Bio-Olivenöl (*aceite de oliva orgánico extra virgen*) von meinem Freund Pep Solivellas aus dem Dorf Pollença stammt und das Meersalz (*flor de sal*) gleich von der Küste bei Es Trenc. Auf unserer Speisekarte wimmelt es von lokalen Zutaten: Sóller-Garnelen, junge Mandeln, Meerfenchel, Salz-Alant, Trüffeln und Wildpilze aus den Bergen, frischer Fisch aus dem Mittelmeer und zartes Lamm und Spanferkel aus der Umgebung. Wenn man zudem bedenkt, dass mindestens 60 Prozent der Weine auf unserer Karte aus den Bodegas der Insel stammen und von kleinen, passionierten Weingütern aus einheimischen Rebsorten hergestellt werden, wird langsam klar, dass Mallorca eine erstaunliche Vielfalt an fantastischen Produkten direkt vor der Haustür bietet.

„Ist Mallorca Europas beste Insel für Feinschmecker?“, fragte sich vor nicht allzu langer Zeit die britische Zeitung „The Telegraph“. Ich glaube wirklich, dass sie das sein kann und wir gerade erst begonnen haben, unsere Geschichte zu erzählen, während wir das nächste Kapitel der kulinarischen Chronik dieser schönen Insel schreiben. Die Revolution der mallorquinischen Küche ist mittlerweile in vollem Gang: Wir haben auf der Insel einige innovative Köche, die mit guten lokalen, biologischen und saisonalen Produkten kochen, die traditionelle, mediterrane Rezepte interpretieren und gleichzeitig Farben, Frische, Aromen und Texturen der Region beibehalten. Wir bauen auf der reichen Geschichte, dem Erbe und den Traditionen des Mittelmeers auf und verwandeln das Ganze in etwas Neues.

NULL KILOMETER

Im Restaurant Marc Fosh sind wir vehemente Verteidiger der kulturellen Werte, die durch die lokale Gastronomie vermittelt werden. Basis unserer Verkostungsmenüs sind die besten lokalen Produkte von den Balearn, Ideen und Inspiration holen wir uns aus dem ganzen Mittelmeerraum. Die Philosophie hinter unseren Menüs ist einfach: Essen schmeckt am besten, wenn es aus regionalen, saisonalen Zutaten hergestellt wird. Nur wenn man das Wesen einer Zutat versteht und respektiert, ist man auf dem richtigen Weg, um ihren Geschmack durch das Zubereiten zu verbessern. Unsere Küche orientiert sich an der Natur und folgt dem Lauf der Jahreszeiten; einige der Zutaten bauen wir auf unserem eigenen Bauernhof an.

Wir unterstützen intensiv die lokale Produktion und bewundern die Werte der Slow-Food-Bewegung, die verantwortungsbewussten Konsum, ökologische Landwirtschaft, saisonale Lebensmittel, die Nichtverwendung genetisch veränderter Produkte und die Verwendung lokaler Zutaten aus einem Umkreis von 100 Kilometern vertritt. Diese „Null Kilometer“ genannte Philosophie ist im Moment ziemlich angesagt. Ihr Ziel ist im Wesentlichen, die Auswirkungen des Menschen auf die Umwelt zu begrenzen – durch weniger Fliegen, Fahren und Kraftstoffverbrauch einen kleineren ökologischen Fußabdruck zu hinterlassen. Durch die Verwendung von Produkten frisch vom Bauernhof wissen wir, dass sie voller Nährstoffe stecken und in der Regel nicht mit Chemikalien besprüht werden müssen, damit sie den langen Weg in die Restaurantküche überstehen. Global zu denken und lokal zu beziehen ist nicht nur politisch korrekt, sondern auch persönlich lohnend für den Landwirt, den Koch und den Konsumenten. Jeder gewinnt. Unter dem Strich vertrauen wir vollkommen auf die wunderbaren regionalen Produkte unserer Lieferanten, und ohne sie wären wir aufgeschmissen.

Mandeln

[*Almendras*]

Spanien ist der zweitgrößte Mandelproduzent der Welt; Mandeln wachsen überall in den spanischen Mittelmeerregionen Katalonien, Valencia, Murcia, Andalusien, Aragón und auf den Balearen. Traditionell schlug man bei der Ernte im September mit langen Stöcken auf die Äste der hilflosen Mandelbäume ein, damit sie ihre Früchte herausrückten und in die Netze abwarfen, die am Boden warteten. Aber diese Methode verschwindet gerade schnell in der Versenkung, was kaum überrascht. Ich habe sie vor einigen Jahren selbst ausprobiert, und sie ist ein unerträglich harter Knochenjob, der mir Mandeln fast ein für alle Mal vermiest hätte. Heute hören Sie eher das schreckliche Dröhnen der mechanischen Baumschüttler, die die Bäume brutal packen und so lange schütteln, bis sie sich ergeben.

Mandeln werden seit der Antike kultiviert und sind oft in der Bibel erwähnt, ihr genauer Ursprung ist allerdings unklar. Im Gegensatz zum Orangenbaum, der regelmäßig gegossen werden muss, ist der Mandelbaum extrem anspruchslos. Die benötigte Feuchtigkeit erhält er durch seine Wurzeln, die sich tief in den Boden ausbreiten. Spanische Mandeln sind in der Regel von hervorragender Qualität, da sie vorwiegend im Trockenfeldbau in kleinen Obsthainen gezüchtet werden. Diese sind zwar weniger produktiv als extensive, bewässerte Obstplantagen, die Mandeln besitzen jedoch einen höheren Ölgehalt, weshalb sie saftiger und geschmackvoller sind.

Mandeln gehören zur selben Familie wie Kirschen, Aprikosen und Pfirsiche. Die zart aromatischen Nüsse werden in der ganzen Welt sowohl in süßen als auch in herzhaften Gerichten verwendet und oft mit Schokolade, Äpfeln, Birnen, Erdbeeren, Aprikosen und frischen Feigen kombiniert. Die Spanier haben Hunderte von Rezepten für Mandeln erfunden und sie tauchen in allen möglichen süßen Backwaren und Keksen auf, auch im berühmten *turrón* (Nougat) und im Mandelbiskuitkuchen *gato*. Oft werden sie zum Binden von Suppen und Saucen verwendet und bilden die Grundlage für *ajo blanco malagueño*, eine erfrischende kalte Mandel-Knoblauch-Suppe aus Andalusien.

Eine aktuelle Studie hat gezeigt, dass Mandeln die Gesundheit von Menschen mit hohen Cholesterinwerten verbessern können, da das in ihnen enthaltene Fett wie in Olivenöl überwiegend einfach ungesättigt ist. Sie sind kohlenhydratarm, reich an Vitamin E und eine gute Proteinquelle. Aufgrund ihres hohen Kaloriengehalts halten sich Experten jedoch zurück, sie Personen zu empfehlen, die Diät halten müssen. In moderaten Mengen genossen und vorausgesetzt, sie sind natürlich, ohne Zusatz von Salz und Ölen, können Nüsse sehr gesunde und ernährungsphysiologisch wertvolle Lebensmittel sein.

Mallorquinischer Puteneintopf

mit Mandeln

[Escaldums de pavo mallorquín]

- Für 4 Portionen

- Vorbereitungszeit: 20 Minuten

- Garzeit: 25 Minuten, plus 6–8 Minuten zum Durchziehen

- 150 ml Olivenöl
- 1 Putenbrust ohne Haut, gewürfelt
- 1 Zwiebel (vorzugsweise aus Spanien), fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1 EL Oregano, gehackt
- 2 Lorbeerblätter
- 200 ml trockener Weißwein
- 150 ml trockener Sherry
- 300 ml Hühnerbrühe (Bouillon)
- 1 kg Kartoffeln, geschält und gewürfelt
- + Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 50 g geröstete Mandelkerne
- 2 Scheiben altbackenes Weißbrot
- 1 EL glatte Petersilie, gehackt

Das Olivenöl in einem schweren Topf bei mittlerer Hitze erhitzen und die Putenbrustwürfel darin braun anbraten. Zwiebeln, Knoblauch, Oregano und Lorbeerblätter dazugeben und 3–4 Minuten braten, bis die Zwiebeln goldbraun sind. Mit Weißwein, Sherry und Hühnerbrühe aufgießen und zum Kochen bringen. Die Kartoffeln dazugeben, mit Meersalz und Pfeffer würzen. Die Hitze reduzieren und den Eintopf 20 Minuten lang sanft köcheln lassen.

Mandelkerne und altbackenes Brot in einer Küchenmaschine oder einem Mörser zu einer groben Paste verarbeiten. Den Eintopf vom Herd nehmen und mit der Mandelmasse bestreuen. Den Topf verschließen und den Eintopf 6–8 Minuten ziehen lassen. Mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.

Kalte Mandel-Knoblauch-Suppe

mit marinierten Sardinen und Kirschen

[Ajo blanco malagueño con sardinas marinadas y cerezas]

- Für 4 Portionen
- Vorbereitungszeit: 25 Minuten, plus mind. 5–7 Stunden zum Marinieren und Kühlen
- Garzeit: 35–40 Minuten

Für die Sardinen:

- 12 Sardinen, geputzt und filetiert
- 200 g Meersalz
- 200 g feinsten Zucker (Kastorzucker)
- 200 ml Olivenöl

Für die Suppe:

- 180 g Mandelkerne, geschält
- 3 Knoblauchzehen, geschält
- 600 ml Milch
- 250 ml Wasser
- 50 g frisches Weißbrot
- 2 EL Sherryessig
- 150 ml Olivenöl
- + Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 12 frische Kirschen, entsteint und halbiert (zum Garnieren)

Ajo blanco ist kinderleicht zuzubereiten und lässt sich 2–3 Tage im Kühlschrank aufbewahren. Das Gericht wird manchmal auch *Gazpacho blanco* (weiße Gazpacho) genannt, ist tatsächlich jedoch ursprünglich Jahrhunderte älter als Gazpacho und geht auf die Invasion der Mauren zurück, denen wir auch unseren Überfluss an Mandeln hier auf Mallorca verdanken.

Zuerst die marinierten Sardinen zubereiten. Dazu die Filets mit der Hautseite nach oben auf eine große Platte legen. Salz und Zucker gut vermengen und die Sardinenfilets vollständig mit der Mischung bedecken. Den Fisch in den Kühlschrank stellen und 1–2 Stunden marinieren.

Danach die marinierten Sardinenfilets mit kaltem Wasser abspülen und das gesamte Salz entfernen. Den Fisch mit Papiertüchern abtrocknen. Sardinenfilets in eine saubere Schüssel legen, mit Olivenöl bedecken und bis zur weiteren Verwendung kalt stellen.

In der Zwischenzeit für die Suppe Mandelkerne und Knoblauchzehen in einen schweren Topf geben. Milch und Wasser dazugießen, die Mandeln bei niedriger Hitze 30–35 Minuten kochen, bis sie weich und durchgegart sind. Das Brot dazugeben und weitere 3–4 Minuten kochen. Den Topf vom Herd nehmen und die Mischung etwas abkühlen lassen. Die Mischung in eine Küchenmaschine füllen, den Sherryessig dazugeben und alles pürieren. Das Olivenöl einrühren und das Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann durch ein feines Sieb in eine Schüssel passieren. Im Kühlschrank mindestens 3–4 Stunden kalt stellen.

Zum Servieren den kalten Ajo blanco auf 4 Suppenschalen verteilen, mit marinierten Sardinen und frischen Kirschen garnieren. Sofort servieren.

Menjar blanc

mit Rosenwasser-Himbeer-Granatapfel-Sirup

[*Menjar blanc con agua de rosas y granadas*]

- Für 4 Portionen

- Vorbereitungszeit: 10 Minuten, plus 4–6 Stunden zum Kühlen

- Garzeit: 14–17 Minuten

Für den Menjar blanc:

- 800 ml Milch
- 200 g geschälte Mandelkerne, gehackt
- 1 Vanilleschote, längs aufgeschnitten
- 50 g Stärkemehl
- 225 g feinsten Zucker (Kastorzucker)
- 1 Zimtstange
- + abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
- + frische Minzeblätter (zum Garnieren)

Für den Sirup:

- 120 ml Wasser
- 1 EL Granatapfelmelasse
- 60 g feinsten Zucker (Kastorzucker)
- 4 EL Granatapfelkerne
- 200 g frische Himbeeren, püriert
- 2–3 Tropfen Rosenwasseressenz

Menjar blanc ist eine katalanische Mandelcreme, deren Ursprung ins Mittelalter zurückreicht. Sie ist bereits im ältesten katalanischen Kochbuch aus dem Jahr 1324 beschrieben und wird heute in verschiedenen Formen im gesamten Mittelmeerraum und darüber hinaus zubereitet. Auf Menorca wird sie traditionell mit Reismehl eingedickt und mit Vanille gewürzt.

Für den Menjar blanc in einem schweren Topf die Milch zusammen mit Mandeln und Vanilleschote zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und die Mischung 3–4 Minuten köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Mandelmilch abkühlen lassen.

Die abgekühlte Mandelmilch durch ein feines Sieb in einen Messbecher gießen. 100 Milliliter davon in eine separate Schüssel füllen und das Stärkemehl einrühren.

Die restliche Milch in den Topf zurückgießen. Zucker, Zimtstange und Zitronenschale dazugeben und zum Kochen bringen. Die Maismehl-Milch-Mischung konstant einrühren, bis die Milch anzudicken beginnt. Die Zimtstange wieder entfernen und die Mandelmilch in Gläser, Auflaufförmchen oder Puddingformen gießen, dann im Kühlschrank 4–6 Stunden oder über Nacht abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit den Sirup herstellen. Dazu in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze Wasser, Granatapfelmelasse und Zucker 5 Minuten lang miteinander verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Den Sirup zum Kochen bringen, dann 1–2 Minuten köcheln lassen, bis er eindickt. Granatapfelkerne, Himbeerpüree und Rosenwasseressenz unterrühren. Die Mischung bis zur Verwendung im Kühlschrank abkühlen lassen.

Zum Servieren die Mandelcremes mit der Spitze eines scharfen Messers vorsichtig an den Kanten der Formen lösen und auf kleine Desserteller stürzen. Den Granatapfelsirup rund um die Cremes löffeln und mit frischen Minzeblättern garnieren.

Süßkartoffel-Mandel-Buñuelos

mit Aprikosen-Blütenpollen-Sauce

[*Bunyols de boniato y almendra con salsa de albaricoque y polen*]

- Für 6 Portionen (ergibt etwa 36–48 Buñuelos)
- Vorbereitungszeit: 20 Minuten, plus 30 Minuten zum Ruhen des Teigs
- Garzeit: 50 Minuten zum Backen der Süßkartoffeln, plus 15–25 Minuten zum Frittieren der Buñuelos

Für die Buñuelos:

- 500 g in der Schale gebackene, abgekühlte Süßkartoffeln
- 1 Ei
- 2 Eigelb
- 150 g gemahlene Mandelkerne
- 50 g Puderzucker
- 1 Prise Zimtpulver
- + Pflanzenöl zum Frittieren
- + feinsten Zucker (Kastorzucker; zum Bestreuen)

Für die Sauce:

- 200 ml Wasser
- 100 g feinsten Zucker (Kastorzucker)
- 500 g frische Aprikosen, entsteint
- 1 EL Blütenpollen
- 1 Vanilleschote, längs aufgeschnitten

Buñuelos, oder *bunyols*, wie sie auf Mallorca genannt werden, sind ein einfaches, frittiertes krapfenähnliches Gebäck, das traditionell zu Fiestas und religiösen Festen zubereitet wird. *Buñuelos* sind zu Ostern äußerst beliebt und werden mit Mandel- oder Pinienkernen, Honig, Zimt und Orangenblütenwasser aromatisiert, was ihre arabischen Wurzeln zeigt. Die Süßkartoffeln werden am besten am Vortag gekocht, damit sie über Nacht ein wenig trocknen können.

Blütenpollen werden auf der ganzen Insel an Marktständen angeboten. Sie gehören zu den nahrhaftesten Lebensmitteln der Natur und verleihen der fertigen Sauce einen leicht blumigen, nussigen und bittersüßen Geschmack. Sie sind in den meisten Naturkostläden oder online erhältlich.

Für die Sauce alle Zutaten in einem mittleren Topf bei niedriger Hitze vermengen und 20 Minuten köcheln lassen. Die Mischung durch ein feines Sieb in einen Behälter passieren und bis zur Verwendung kühl stellen.

Für die Buñuelos die gebackenen, abgekühlten Süßkartoffeln schälen, in eine große Schüssel geben und mit einem Holzlöffel zu einem glatten Püree verarbeiten. Ei und Eigelbe unterrühren, dann gemahlene Mandeln, Zucker und Zimt dazugeben und alles sorgfältig zu einem glatten Teig verarbeiten. 30 Minuten beiseitestellen.

Zum Frittieren genug Öl in einem tiefen, schweren Topf auf 190 °C erhitzen bzw. bis ein Brotwürfel in 30 Sekunden braun wird. Zwei Löffel in heißes Wasser tauchen, damit kleine Teigkugeln formen und diese vorsichtig in das heiße Öl geben. Jeweils höchstens 5 oder 6 Teigkugeln gleichzeitig 2–3 Minuten rundum goldbraun frittieren, sie bei Bedarf vorsichtig mit einem Schaumlöffel wenden, damit sie gleichmäßig garen. Buñuelos dann mit einem Schaumlöffel herausholen und auf Papiertüchern abtropfen lassen. Gesamten Teig portionsweise frittieren, dabei das Öl nicht zu heiß werden lassen, da die Buñuelos sonst innen noch roh sind, wenn sie außen bereits braun frittiert sind.

Die Buñuelos mit etwas Zucker besprenkeln und 6–8 Stück pro Person warm mit der kalten Aprikosen-Blütenpollen-Sauce servieren.

Mallorquinischer Mandelkuchen

mit Orangenblüten und Kumquats

[Gató de almendras con flor de azahar y kumquats]

- Für 8–10 Portionen
- Vorbereitungszeit: 20 Minuten
- Garzeit: 45–50 Minuten

Für den Kuchen:

- + Butter oder Olivenöl
(zum Einfetten)
- 8 Eigelb
- 350 g feinsten Zucker
(Kastorzucker)
- + abgeriebene Schale von
1 Bio-Zitrone
- 1 Prise Zimtpulver
- 500 g gemahlene Mandelkerne
- 6 Eiweiß
- 25 g Puderzucker (zum
Bestäuben)
- + Vanilleeis (zum Servieren;
nach Belieben)

Für den Sirup:

- 15–20 frische Kumquats, halbiert
- 300 ml Orangensaft
- 100 ml Wasser
- 200 g feinsten Zucker
(Kastorzucker)
- 2–3 Tropfen Orangenblütensirup

Den Ofen auf 180 °C vorheizen und eine tiefe Kuchenform von 20 Zentimetern Durchmesser mit Butter oder Olivenöl einfetten.

Für den Kuchen in einer großen Schüssel Eigelbe und Zucker mit einem elektrischen Handrührgerät zu einer leichten, lockeren Mischung verquirlen. Zitronenschale, Zimtpulver und Mandeln vorsichtig unterheben. Die Schüssel beiseitestellen.

In einer weiteren Schüssel mit einem sauberen Schneebesen die Eiweiße steif schlagen, bis sie Spitzen ziehen. Den Eischnee vorsichtig unter die Eigelbmischung heben, bis sich die Masse leicht verbindet. Den Teig in die vorbereitete Kuchenform gießen und im Ofen 45–50 Minuten backen, bis er goldgelb und gut aufgegangen ist. Ofen ausschalten und Ofentür öffnen, Kuchen im Ofen auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Während der Kuchen abkühlt, den Kumquatsirup zubereiten. Dazu alle Zutaten in einen mittelgroßen Topf geben und bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Die Hitze auf kleine Flamme reduzieren und die Mischung unter gelegentlichem Rühren 4–5 Minuten köcheln lassen, bis sie einzudicken beginnt. Den Topf vom Herd nehmen und beiseitestellen, bis der Kuchen serviert wird.

Den abgekühlten Kuchen vorsichtig aus der Form stürzen und mit Puderzucker bestäuben. Den Kuchen in Stücke schneiden, diese auf Tellern anrichten, mit dem Sirup begießen und servieren. Wer es besonders üppig mag, serviert zu jeder Portion 1 Kugel Vanilleeis.

