

# Die Goldmakrele hat Saison

Ceviche ist mittlerweile ein echtes Kult-Gericht! Mit Llampuga gerät es besonders schmackhaft

**F**ünf Zutaten, Salz und Pfeffer. Mehr braucht man nicht als Basis für dieses trendige Gericht aus Peru, das die Küchen dieser Welt erobert – meine inklusive. Schließlich ist es ein Gaumenkitzel zum Fingerlecken. Ein Schmankerl, das man noch dazu nach Lust, Laune und eigenem Geschmack kinderleicht verändern kann. Denn den Variationsmöglich-



keiten sind fast keine Grenzen gesetzt. So könnte man diesem Grundrezept zum Beispiel Süßkartoffeln hinzufügen, wie es die Peruaner gerne tun. Oder Avocado und Tomaten, wie man es in Mexiko mag.

Aber auch Gurken, Passionsfrucht, Mango oder Ananas bieten sich als Ergänzung hervorragend an. Je nachdem, was Sie im Kühlschrank – und worauf Sie Appetit haben. In dieser Hinsicht gleicht so ein Ceviche einem gemischten Salat, in dem ja auch die unterschiedlichsten Zutaten bestens harmonisieren. Entwickeln Sie einfach Ihr persönliches Lieb-



Farbenfroh und schmackhaft: Simon Petutschnigs Ceviche überzeugt optisch und am Gaumen.

lingsrezept! Dabei können Sie natürlich später auch die Goldmakrele, die gerade auf Mallorca Saison hat, durch einen anderen Fisch ersetzen. Sie können das Ganze mit Meeresfrüchten verfeinern. Sie können Lauch oder Schalotten statt Zwiebeln nehmen, Schnittlauch oder Basilikum statt Koriander ...

Warum ich für Ceviche schwärme? Ich liebe einfach diese Salz-Säure-Schärfe-Kombination.

Vorausgesetzt, sie ist gut ausgewogen. Die Balance, dieses Spiel mit dem Gleichgewicht, ist extrem wichtig. Besonders, was die Säure betrifft. Deshalb drücke ich die Limetten mit der Hand und einer Gabel aus. Natürlich können Sie auch einen Entsafter nehmen. Dann aber riskieren Sie, dass Sie die Zitrusfrucht zu stark auspressen und Bitterstoffe von der weißen Innenhaut in den Saft und damit in das Ce-

vice gelangen. Das wäre extrem schade.

Kleiner Tipp: Limetten geben ihren Saft bereitwilliger preis, wenn man sie zuvor auf einer harten Oberfläche hin und her rollt. Tipp Nummer zwei: Stellen Sie bei der Zubereitung die Schüssel, in die Sie die Zutaten geben, in eine zweite, größere Schale mit Eiswasser. Das Ceviche sollte schon bei der Zubereitung kühl gehalten – und so natürlich auch serviert

werden. Ich biete es übrigens manchmal noch mit einer leichten Ananas-Creme an. Aber ich verspreche: Wenn Sie ein gut abgeschmecktes Ceviche Ihren Gästen pur kredenzen – vielleicht auf einer Party in kleinen, gekühlten Gläsern – dann ist Ihnen der Triumph auch so sicher. Sie werden der kulinarische Held des Abends sein – und so manch' einer wird Sie nach Ihrem Rezept fragen ...

## SO WIRD'S GEMACHT

### Zutaten (für 4 Pers.)

400 g Llampuga-Filet  
2 rote Zwiebeln  
1 kleine frische Chilischote  
4 Limetten  
1 EL frischen Koriander  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Zwiebeln schälen, die ersten beiden Schichten wegen des Geschmacks entfernen. Zwiebeln in schmale Streifen schneiden, 5 Min. in Eiswasser legen, das mildert das starke Aroma. Aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen. Fisch in 2x2 cm große Würfel schneiden. Beides in eine kühle Schüssel geben. Kerne aus der Chilischote entfernen, klein hacken, hinzufügen. Das Ganze salzen, pfeffern, gut umrühren. Limetten halbieren, über einem Sieb auspressen, um die Kerne aufzufangen. Saft beimengen. Koriander hacken, dazu geben. Alles 2 Min. ziehen lassen. Fertig! Warten Sie damit nicht zu lange, sonst könnte die Säure zu dominant werden. Um sie etwas abzuschwächen, können Sie zum Ceviche noch einen Eiswürfel hinzugeben. Sie präsentieren das Gericht, indem Sie Fisch & Co. auf die Teller geben und etwas Sud darüber träufeln. Mit einem Schuss mallorquinischem Olivenöl, was hervorragend dazu passt, geben Sie dem Gericht noch einen mediterranen Touch. Dazu passen Cracker, Crostini, Brot.

## Puffer aus Ricotta

Ricotta ist ein italienischer Frischkäse, der aus Molke hergestellt wird. Er schmeckt mild und leicht säuerlich. Wer ihn nicht aufs Brot schmieren möchte, kann aus der weißen Masse auch Puffer backen. Für zwei Portionen Puffer hackt man zuerst die Rinde von fünf Toastscheiben im Blitzhacker klein und stellt sie beiseite. Das Toastinnere wird dann mit drei Stielen Petersilie, 100 Gramm Bergkäse, 250 Gramm Ri-

cotta, einem Ei, Salz und Pfeffer gemischt, heißt es in der Zeitschrift „Essen & Trinken für jeden Tag“ (Ausgabe 11/2018).

Damit die Zutaten sich zu einer homogenen Masse verbinden, lässt man sie etwa zehn Minuten ziehen. Dann mit feuchten Händen vier Puffer formen und sie in den beiseite gestellten Toastbröseln wenden. Im heißen Butterschmalz von jeder Seite drei Minuten goldbraun backen. Dazu

schmeckt zum Beispiel Blattspinat als Beilage oder ein anderes Gemüse.

Ricotta (italienisch für „nochmals gekocht“) wird aus Schaf- und/oder Kuhmilch hergestellt und durch Zugabe von Frischmilch/Rahm zur Molke und Fällung durch Säure (in der Regel Zitronensäure) bei 90 °C gewonnen wird. Die Käsemasse wird durch vorsichtiges Abschöpfen an der Flüssigkeitsoberfläche entnommen. (red/dpa/tmn)

## Vanille-Preise sinken

Kurz vor dem Eintreffen der neuen Vanille-Ernte aus Madagaskar besteht nach Einschätzung von Experten Aussicht auf leicht sinkende Preise. Die Schoten seien voraussichtlich auch wieder von besserer Qualität, sagten der Vanille-Importeur Bernd Hachmann und der Chef des Verbandes der Exportunternehmen in Madagaskar, Georges Geeraerts. Zuletzt hatte es Klagen über Lieferprobleme und eine schlechte

Qualität bei dem begehrten Gewürz gegeben. Madagaskar, ein Inselstaat vor der Südostküste Afrikas, ist der weltweit wichtigste Vanille-Produzent überhaupt.

Die Vanillepreise waren zuletzt auf Werte zwischen 500 und 600 US-Dollar (431 bis 518 Euro) je Kilogramm geklettert – etwas mehr als für ein Kilogramm Silber, das derzeit rund 460 Dollar kosten würde. Die spanische Tageszeitung „El País“ titelte in diesem

Frühjahr: „Vanille zu Goldpreisen“. Die diesjährige Ernte darf erst ab dem 15. Oktober verkauft werden. Prognosen gingen nun davon aus, dass sich das Preisniveau zwischen 450 Dollar und 475 Dollar einpendeln könnte, berichtete Hachmann.

Die Gattung „Vanilla“ umfasst etwa 110 Arten, von denen 15 aromatische Kapseln liefern, die gemeinhin als Vanilleschoten bezeichnet werden. (red/dpa/tmn)