

Willkommen in Peru

Die Peruanische Küche ist keine homogene Nationalküche, sondern besteht aus mehreren Regionalküchen.

Sie ist aus der Vereinigung zahlreicher Einflüsse entstanden, basierend auf der traditionellen Küche der Inka. In der Kolonialzeit dominierten vor allem Einflüsse der spanischen Küche. Im 19. Jahrhundert wurden Elemente verschiedener Einwandererküchen übernommen, u.a. der afrikanischen, chinesischen, japanischen, italienischen, französischen und englischen Küche.

Die peruanische Küche hat in den letzten Jahren auch in Europa größere Aufmerksamkeit erfahren. Laut dem peruanischen Ministerium für Außenhandel und Tourismus kamen 2013 1,3 Millionen Touristen des Essens wegen ins Land. Da ist 40 % der gesamten Besucherzahl. Traditionellen Grundnahrungsmittel waren Mais und Kartoffeln, Peru gilt als Urheimat der Kartoffel. Außerdem wurde bereits zur Inkazeit Quinoa angebaut, eine sehr genügsame Pflanze, die auch als Pseudogetreide bezeichnet wird. Viehzucht spielte eine kleine Rolle, Lamas, Alpakas und Meerschweine, werden in Peru als Nutztiere gehalten.

Fisch spielt naturgemäss auch eine wichtige Rolle, Ceviche ist ein typisches Fischgericht. Populäre Gerichte sind außerdem Anticuchos (marinierte und gewürzte Rinderherzen auf einem Spieß gegrillt), oft serviert mit Kartoffeln oder Mais und Papas a la Huancaína, in Scheiben geschnittene gekochte Kartoffeln auf Kopfsalat mit einer würzige Käsesauce und Oliven.

in Peru startet man mit einem Pisco-Sour



Pisco Sour ist ein Cocktail aus der Sour-Familie, benannt nach der Stadt Pisco in Peru und seit den 1920er Jahren bekannt. Die Basisspirituose ist Pisco, ein Traubenschnaps von der nicht aromatischen Traubensorte Quebranta. Der Cocktail wird mit drei Teilen Pisco, je einem Teil Limettensaft, Zuckersirup und Eiklar mit Eis gemixt und ins Glas abgeseiht. Dieser kann mit einem Spritzer Angosturabitter oder dem peruanischen Cocktailbitter Amargo Chuncho (oder auch einer Messerspitze Zimt) verfeinert werden. Er wird zur Begrüßung oder als Aperitif gereicht.



Bei uns können Sie verschiedenen Geschmacksnoten auswählen

Ceviche (auch Cebiche oder Seviche)

das Nationalgericht der Peruaner.



Es besteht in seiner ursprünglichen Form aus kleingeschnittenem, rohem Fisch verschiedener Sorten, der ungefähr 15 Minuten in Limettensaft mariniert wird. Die Säure der Limetten gart den Fisch. In Scheiben geschnittene rote Zwiebeln und in manchen Rezepten Rocoto, ein sehr scharfes, paprikaähnliches Gemüse aus Peru, werden mit dem Fisch vermischt. In Peru wird Ceviche mit Süßkartoffeln, geröstetem Mais oder Yuca

serviert. Der Limettensaft wird mit Aji, eine Paste aus Chilischoten gewürzt. Regional variiert, wie scharf das Ceviche wird – im Norden ist es schärfer als im Süden Perus – und ob Knoblauch oder Milch hinzugefügt wird. Auch die Beilagen sind von Region zu Region auch unterschiedlich. Im Norden wird Ceviche mit Bohnen (frejol) und gern auch mit frittierten, salzigen Bananenstreifen (chifles) serviert, im Süden eher mit gekochtem Mais (choclo), gekochter Süßkartoffel (camote) und geröstetem Mais (canchas).

2004 wurde das Gericht vom peruanischen Nationalen Institut für Kultur zum Kulturerbe der Nation erklärt.

Leche de Tigre = Tigermilch. Milch? – ja. Tiger? – nein!

Diese Speise ist ein Nebenprodukt von Ceviche und wird als Vorspeise serviert. Leche de Tigre enthält weniger Fisch, dafür mehr jugo (Saft). Hierbei wird der beim Marinieren des Fisches entstandene Saft abgeschöpft und ein paar Stücke Fisch hinzugefügt.

Rico! – Köstlich! – wie der Peruaner sagt.

Leche de Tigre kann durch Zugabe von rotem oder gelben Ají auch farblich variieren.

Zum Schluss noch ein paar Informationen

Die Salztterrassen von Maras



Die Salinen von Maras – Salinera de Maras – ist die höchstgelegene (3.380m Höhe) Salzfarm der Welt. Auf steilen Gebirgsterrassen befinden sich tausende Salzbecken. Was früher das weiße Gold der Inkas war, ist heute nur noch kleine Einnahmequelle für die hart arbeitenden Anden-Salzbauern Perus dar.

Manioc



Als Nahrungsmittel werden hauptsächlich die Wurzelknollen verwendet, gelegentlich auch die Blätter als Gemüse. Die 15 bis 100 Zentimeter langen und 3 bis 15 Zentimeter dicken Knollen können ein Gewicht von bis zu 10 Kilogramm erreichen. Sie werden von einer verkorkten, meist rötlich braunen äußeren Schicht umgeben, innen sind sie meist weiß, gelegentlich auch gelb oder rötlich. Maniokmehl kann ähnlich wie Weizenmehl verwendet werden. Menschen mit Allergien gegen Weizen und andere Getreide verwenden es oft als Ersatz. Die Maniokwurzel kann nach dem Kochen frittiert werden und ähnelt dann Pommes frites. Ein vor allem in Peru äußerst beliebtes Gericht ist Yuca á la Huancaína (Kartoffeln mit scharfer Käsesauce); frittierte Yuquitas gibt es dort bei allen großen Fastfood-Ketten als Snack.

Herkunft der Papas a la Huancaína



Der Name geht zurück auf die peruanische Anden-Stadt Huancayo, in der das Rezept erfunden wurde. Dort werden auf einer großen Höhe Kartoffeln angebaut und der benötigte Weichkäse produziert, sodass die wichtigsten Zutaten direkt zur Hand waren und sich das Gericht perfekt in dieser Region etablieren konnte.

Und jetzt noch unser Rezeptvorschlag

Papa a la Huancaína Sauce,

typisch peruanische Vorspeise, kalt serviert

Zutaten für 4 Portionen: 4–6 Kartoffeln, 2-3 Eier, 200 g Weichkäse, 150 ml (Kondens-)Milch, 50 g salzige Kekse, 50 g schwarze Oliven, Ají Amarillo, 4 Eisberg-Salatblätter, Salz, Pfeffer & Chilipulver, 2 EL Olivenöl.

Zuerst kocht man sowohl die Kartoffeln als auch die Eier. Sobald beide gar sind, schälen und abkühlen lassen. Währenddessen um die Sauce kümmern: Man vermischt den Weichkäse (z. B. Ricotta, Schafskäse) mit der Kondensmilch und einer beliebigen Menge Ají Amarillo (je nach gewünschter Geschmacksintensität und Schärfe, am besten etwa zwei Esslöffel). Zutaten verrühren bis eine cremige Masse ohne Bröckchen entsteht. Man kann auch den Stabmixer zu Hilfe nehmen. Sollte die Sauce zu flüssig sein, kann man sie mit ein paar zerbröselten, salzigen Keksen aufdicken (auch am besten mit einem Mixer beimengen. Mit Salz, etwas Pfeffer und Chilipulver abschmecken. Sollten es kleine Kartoffeln sein, so legt man sie im Ganzen auf ein paar Salatblätter auf den Teller, sind es größere, so schneidet man sie in etwa zwei Zentimeter dicke Scheiben. Eier halbiert hinzufügen und alles mit der fertigen Salsa a la Huancaína übergießen, mit schwarzen Oliven garnieren...

***Emilio Espinosa Schwarz und das ganze
PIKANTE/Rothaus Team bedankt sich für
Ihren Besuch und wünscht***

Buon appetito!