

Fisch- und Krabbentopf (Moqueca mista de peixe e camarao)



Zutaten für 4 Portionen

Menge Maß Zutat

750	g	Rotbarschfilets
750	g	Rohe geschälte Hummerkrabben
5	g	Knoblauchzehen
2 1/2	EL	Salz
2 1/2	kleine	Bund Koriandergrün
10	St	Frühlingszwiebeln
2 1/2	St	Limette (Saft)
7 1/2	St	Tomaten
5	große	Zwiebeln
2 1/2	St	Rote Paprikaschote gewürfelt
5	EL	Olivenöl
2 1/2	Pk	Kokosmilch
5	EL	Dendé-Öl
	etwas	Koriandergrün

Zubereitung

Die Fischfilets und die Hummerkrabben kalt abspülen und trockentupfen. Die Fischfilets von eventuell noch vorhandenen Restgräten befreien und jeweils zweimal quer durchschneiden.

Für die Marinade (Tempero) Knoblauch, Salz, 4 Stängel Koriandergrün und die Frühlingszwiebeln in einem Mörser zu einer Paste verrühren, dann den Limettensaft unterrühren. Die Fischstücke und die Krabben in einen Gefrierbeutel geben, dabei jeweils etwas von der Marinade dazu löffeln. Alles 1-2 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Das Olivenöl in einem schweren Gusstopf erhitzen und die Tomaten-, Zwiebel- und Paprikawürfel unter wiederholtem Rühren darin anschmoren, bis der sich bildende Saft verdunstet ist. Die Kokosmilch zugießen und einige Minuten köcheln lassen, bis die Sauce etwas eindickt.

Nun die Fischstücke und Krabben mitsamt der Marinade zugeben und vorsichtig umrühren, damit sich alles gut vermischt, der Fisch aber nicht zerfällt. Etwa 10 Minuten ganz sanft köcheln lassen, mit Salz und Limettensaft abschmecken. Zum Schluss das Dende-Oel zugeben und nochmals vorsichtig umrühren, mit Korianderblättchen bestreuen.

Brasiliens Klassiker Rindfleischspieße

Zutaten für 4 Portionen

Für die Spieße:

4 Maiskolben waschen und in Stücke schneiden. Paprika und Zwiebel putzen und in 2 cm große Rauten schneiden. 800 g Rinderrücken waschen, trocknen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Für die Marinade:

1 Eßlöffel Honig, 4 Eßlöffel Speiseöl, ½ Teelöffel Majoran, 2 Eßlöffel Ketchup, ½ Teelöffel Thymian, ½ Teelöffel Sambal-Oelek, den Saft einer Limette und 2 zerdrückte Knoblauchzehen verrühren. Rindfleisch und Gemüse damit marinieren und mindestens 1 Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen.

Zubereitung:

Nun das Fleisch und Gemüse abwechselnd auf Spieße stecken und auf dem Grill garen.

Brasilianischer Kartoffel – Gemüsesalat (Maionesa)

Zutaten für 4 Portionen:

7 ½ m.-große	Kartoffel(n)
3 ¾	Möhre(n)
250 g	Bohnen, grüne
1 ¼	Kohlrabi
1 ¼ kl. Dose/n	Erbsen
6 ¼	Tomate(n), eine davon zum Garnieren behalten
1 ¼ Bund	Radieschen

Für das Dressing:

2 ½	Ei(er), hartgekochte
1 ¼ Bund	Petersilie
1 ¼ Bund	Schnittlauch
2 ½	Zwiebel(n), kleingeschnitten
1 ¼ kl. Glas	Mayonnaise

Zubereitung:

Kartoffeln, Möhren, Chayoten, Bohnen und Kohlrabi in kleine, gleichmäßige Würfel schneiden. Jede Gemüsesorte einzeln im leicht gesalzenem Wasser garen, aber nicht zu weich kochen und sofort in Eiswasser abschrecken.

Tomaten würfeln, Radieschen in Scheiben schneiden, das Erbsenwasser abgießen. Eier klein hacken, Petersilie zupfen, Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alle Zutaten gut mit der Mayonnaise und den Zwiebeln mischen (eventuell mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Mit etwas Petersilie und Schnittlauch bestreuen. Bis zum Verzehr gut durchziehen lassen.

Joghurt-Pfannkuchen / Pancakes aus Brasilien (Don Diegos Panqueca de Iogurte)

Zutaten für 4 Portionen:

Teig:

- 180 g Mehl
- 2 Ei(er)
- 1 Eigelb
- 300 g Natur-Joghurt
- 250 ml Milch
- 4 EL Sirup, Melado de Cana (brasilianischer Zuckerrohrsirup) ODER: Honig
Honig, Ahornsirup
- Öl, (zum Ausbacken)

Für die Füllung:

- 1 Ananas, (vorzugsweise frische)
- n. B. Zimt
Zucker
- 1 Dose Sahne (Sprühsahne)
- 3 EL Puderzucker
Obst, tropisches (Mango, Banane, Papaya, etc.)

Zubereitung:

Mehl in eine Schüssel sieben. In einer separaten Schüssel Milch, Joghurt, Eier und Eigelb verquirlen und zum Mehl geben. Beides mit dem Schneebesen verrühren bis ein flüssiger, glatter Teig entstanden ist. Zum Schluss den Zuckerrohrsirup einrühren und alles 30-60 Minuten quellen lassen.

Zwischenzeitlich die Ananas schälen, in dünne Scheiben schneiden und den holzigen Kern ausstechen. Ananasscheiben mit Zimt und Zucker bestreuen und in einer Pfanne in etwas Butter von beiden Seiten sanft braten.

In einer Crepes-Pfanne etwas Öl erhitzen und Pancakes portionsweise in der Größe der Ananasringe ausbacken.

Auf einem großen Teller je drei Pancakes stapeln, zwischen die zwei gebratene Ananasscheiben gelegt werden. Den Pfannkuchenturm mit Puderzucker bestäuben und mit Sprühsahne und einem Stück Ananas dekorieren.

Dieses Prinzip kann vielfältig variiert werden mit dem Pfannkuchenbelag-Klassiker Nutella, mit Marmeladen, mit tropischem Obst in dünnen Scheiben, wie Bananen, Mangos oder Papaya.