



Aberglaube am Tisch - Rezepte

Bagna Cauda

Ein Rezept, das in einem vereint, was seit jeher Glück bringt, Böses abwehrt und in keinem Fall verschüttet werden darf: Olivenöl, Salz und Knoblauch.

Zutaten:

10 Knoblauchzehen

1 Tasse Milch

100 g Anchovisfilets in Salz oder im Olivenöl (am besten baskische oder kantabrische)

¼ Liter Olivenöl

ggf. Salz

Maispolenta

Gemüse: z.B. Paprika, Chicorée, Karotten, Fenchel, Broccoliröschen, Ofenkartoffeln in Spalten

Für die Polenta-Stifte:

Polenta nach den Anweisungen auf der Packung zubereiten (aber nur mit gesalzenem Wasser, also nicht mit Milch oder Brühe!)

Nicht zu flüssige, fertige Polenta auf einem Brett oder Blech mit Maismehl bestreuen, verteilen und glattstreichen (ca. 3 cm dick). Wenn die Masse abgekühlt ist, Stifte schneiden und in einer mit Backpapier ausgelegten Form verteilen und mit Olivenöl bestreichen. Im Ofen ca. 45 Minuten backen, bis sich eine goldene Kruste gebildet hat.

Für die Sauce:

Knoblauchzehen halbieren, ggf. die grünen Sprossen im Inneren entfernen und in einen kleinen Topf geben. Mit Wasser füllen, so dass die Knoblauchzehen nur leicht bedeckt sind. Einmal aufkochen lassen und das Wasser wegschütten. Diese Prozedur noch zweimal wiederholen. Wasser wegschütten und so viel Milch zum Knoblauch geben, dass die Zehen zugedeckt sind. Nun ca. 10 - 15 Minuten kochen lassen, bis die Milch vollständig verdampft ist und der Knoblauch zerfällt. Anchovis - wenn im Salz - mit Weißwein spülen, sonst direkt zum Knoblauchpüree geben und mit dem Stößel pürieren, bis sich die Anchovisfilets völlig aufgelöst haben. Olivenöl dazugeben, gut vermischen und noch leicht erhitzen.



Sauce in einen Tontopf geben und in die Mitte des Tisches stellen - am besten auf einem Stövchen. Gemüwestücke und geröstete Polenta-Stifte in den Topf tauchen und genießen.

Kartoffelcreme mit frischem Knoblauch (griechische „Skordalia“)

Zutaten:

6 Knoblauchzehen

500g mehligkochende Kartoffeln

50 g Butter

1 Liter Gemüsebrühe

Salz

Pfeffer

Olivenöl, mit Knoblauch aromatisiert

Thymian

Walnüsse

In einem Topf Butter erhitzen. Geschälte und in Scheiben geschnittene Knoblauchzehen dazugeben und andünsten. Nach einigen Minuten Gemüsebrühe dazugeben. Zgedeckt 25 - 30 Minuten köcheln lassen, dann pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Weißbrot in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl und Thymian rösten.

Die Kartoffelcreme mit einigen Tropfen Knoblauch-Öl, Croutons und Thymianblätter anrichten.

Huhn mit 40 Knoblauchzehen

Zutaten:

1 Bio-Maispoularde

7-8 Knoblauchköpfe

Rosmarin, Salbei, Thymian



1 Tasse Olivenöl

2 EL Butter

Baskische Anchovisfilets

Zitronenschale

Salz

Chilipulver

1 Glas Weißwein

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Olivenöl in einer kleinen Pfanne leicht erhitzen. Butter und Anchovis darin schmelzen lassen, dann in Scheiben geschnittenen frischen Knoblauch, etwas Rosmarin, Thymian und Salbei und eine Prise Chilipulver dazugeben. Vom Feuer nehmen und zugedeckt abkühlen lassen.

Mit dieser Marinade die Maispoularde außen, innen und unter der Haut gut massieren, mit Salz bestreuen und mehrere Stunden in einem Plastikbeutel luftdicht verschlossen im Kühlschrank ruhen lassen. Maispoularde herausnehmen, in einem gusseisernen Bräter legen - mit dem Öl der Marinade, aber ohne Knoblauch. Einige ungeschälte Knoblauchzehen im Bauch der Poularde zusammen mit 2/3 der Kräuter und mit Zitronenschalen verstecken. Bauchöffnung mit Küchengarn oder Zahnstochern schließen.

Ofen vorheizen. 2-3 EL bratstabilen Öl oder geklärte Butter in den Bräter geben und erhitzen, Poularde im Bräter ca. 15 Minuten von allen Seiten anbraten, bis sich die Haut goldbraun färbt. Dann mit Weißwein begießen, restliche Kräuter und Knoblauchzehen in den Bräter geben und zugedeckt ca. 45 im Ofen bei ca. 180 °C garen lassen. Dann den Deckel abnehmen und noch weitere 15 Minuten unter dem Grill lassen, damit die Haut braun und knusprig wird.

Huhn mit dem Bratfond und den Knoblauchzehen anrichten. Um das cremige Fruchtfleisch aus den Knoblauchzehen herauspressen, die obere Spitze mit dem Messer abschneiden und auf das untere Ende drücken.