

## SPEZIALITÄTEN AUS SPANIEN

# ENTDECKE EINEN KLASSIKER

Die mediterrane spanische Küche hat weltweit viele Fans. Dies liegt an abwechslungsreichen Rezepten, die mit ihrer Vielzahl an leckeren Zutaten zu überzeugen wissen. Deftige Hausmannskost, feine Fischgerichte, aromatisches Gemüse und auch ein Faible für süße Desserts machen Spanien zum perfekten Urlaubsland für Genießer!

**B**eim Gedanken an die spanische Küche fallen euch bestimmt zuerst die Klassiker wie *Paella*, *Crema Catalana*, *Tapas* und *Churros* ein. Tatsächlich gibt es aber von Region zu Region noch viele weitere, ganz unterschiedliche Spezialitäten zu entdecken. Lasst euch von uns eine kulinarische Delikatesse vorstellen.

### Gemüse und Kartoffelgerichte

Da Kartoffeln als klassisches Gemüse und nicht als Sättigungsbeilage betrachtet werden, findet ihr sie in vielen Gerichten. Aber auch anderes Gemüse wie Artischocken, Spargel, Paprika, Pilze und Tomaten sind beliebt und werden oft gegrillt oder eingelegt serviert. Ein leckeres geschmortes Gericht ist außerdem *Escalivada*, bestehend aus Knoblauch, Olivenöl, Paprika, Aubergine, Tomate und Zwiebeln. So kommen auch Vegetarier bei der spanischen Küche auf ihre Kosten.

### Patatas Fritas/Patatas Bravas

An der Kartoffel kommt ihr in Spanien einfach nicht vorbei. Dabei sind die *Patatas Fritas* oder auch *Patatas Bravas* ein absoluter Klassiker, der innerhalb des Landes in Würzung und Form stark variiert. Die Kartoffeln werden in kleine Quader geschnitten und frittiert. Dazu gibt es entweder Aioli oder eine scharfe Tomatensauce. Lecker!

### Tortilla Española

Die *Tortilla Española* solltet ihr nicht mit dem südamerikanischen Namensvetter, einer Brotsorte, verwechseln, denn bei der spanischen Variante handelt es sich um eine Art Kartoffelomelett, das auf unterschiedlichste Art und Weise verzehrt wird. Zusätzlich zum Originalrezept mit Kartoffeln und Eiern werden der spanischen Tortilla mittlerweile auch häufig Zwiebeln, Knoblauch, weiteres Gemüse und manchmal Wurst hinzugefügt.

### Spanische Tortilla Zutaten (6 Personen)

Das Beste an unserem spanischen Tortilla Rezept ist, dass es unglaublich einfach zu machen ist.

- 10 Eier aus Freilandhaltung (vorzugsweise aus biologischem Anbau)
- 1 kg Kartoffeln
- Olivenöl (wenn möglich spanisches Öl)



- Salz

Zur Begleitung der Tortilla empfehlen wir, etwas *Pimento de Padron* zu braten. Plane 30 Minuten Vorbereitungszeit ein. Die *Tortilla de Patata* kann sowohl kalt als auch warm gegessen werden und ist bis zu 2 Tage haltbar.

### Schritte zur Vorbereitung der Tortilla

1. Schäle die Kartoffeln und wasche sie. Schneiden sie mit einer Mandoline oder auf einem Schneidebrett in dünne Scheiben. Je nach deinem Geschmack können die Kartoffelstücke groß oder dünn sein, es liegt an dir, zu sehen, wie du sie magst.

2. Beginne damit, die Kartoffeln bei geringer Hitze in Öl zu kochen, zögere nicht, die Kartoffeln vollständig in das Öl zu tauchen, das gibt ihnen Geschmack und lässt sie gleichmäßig kochen. Kontrolliere die Hitze, um die Kartoffeln nicht zu braten.

3. Breche in einer Salatschüssel 10 Bio-Eier auf, schlage sie auf, um eine gleichmäßige Textur zu erhalten. Eine Prise Salz und Pfeffer hinzufügen.

4. Sobald die Kartoffeln gekocht sind, füge sie hinzu, indem du sie in die Salatschüssel mit den Eiern abtropfen lässt. Die Kartoffeln soll-

ten gekocht, aber nicht knusprig sein.

5. Mische alles in der Salatschüssel, wenn die Mischung zu flüssig ist, füge Kartoffeln hinzu, wenn sie im Gegenteil zu kompakt ist, füge Eier hinzu. Der Trick besteht darin, eine leicht flüssige Mischung zu haben, um eine schmelzende und angenehme Tortilla im Mund zu haben.

6. Nimm eine antihafbeschichtete Bratpfanne und gieße die Mischung hinein. Wenn du dickere Tortillas magst, verwende eine kleinere Bratpfanne als wenn du dünnere Tortillas magst.

7. Bei schwacher Hitze kochen, dann einen Teller nehmen und die Tortilla wenden, um die andere Seite zu kochen. Die Tortilla wird in zwei Phasen gekocht und sollte nicht mehr als einmal gewendet werden, da sie sonst reißen kann. Achte bei den ersten Versuchen darauf, dass die Tortilla gut durchgekocht ist, bevor du sie umdrehst.

8. Deine Tortilla ist fertig, jetzt musst du sie nur noch mit Schinken, *Salmorejo* und einem guten Glas Wein probieren.

9. Buen provecho.