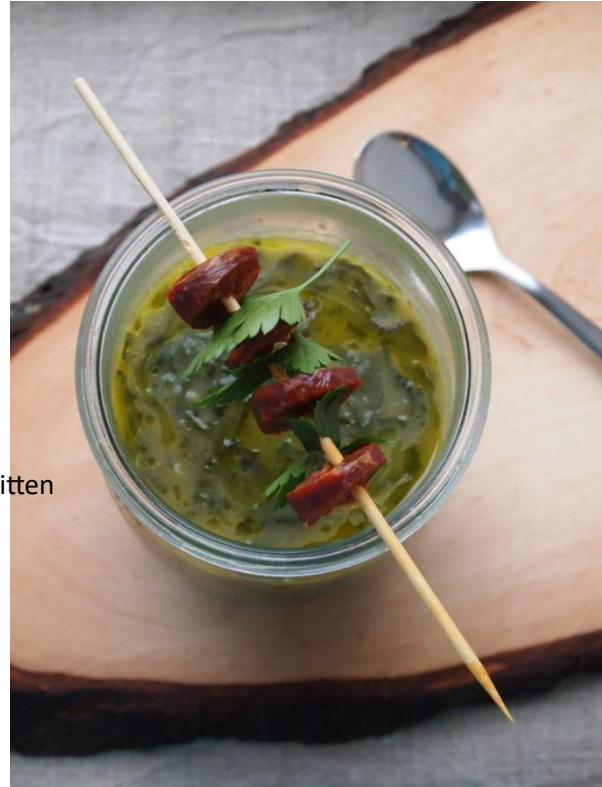


Caldo Verde

Die berühmte grüne Kohl-Suppe

Zutaten

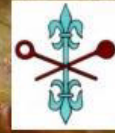
- 1 Zwiebel gewürfelt
- 3 Knoblauchzehen in feine Scheiben
- 1 EL Olivenöl
- 400 g mehlig Kartoffeln Stücke geschnitten
- 1 Lorbeerblatt
- 1 l Wasser
- 1 Chouriço in 1/2 cm dicke Scheiben geschnitten
- 150 g Grünkohl Couve Galega
- 4 EL bestes Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- Muskatnuss nach Belieben



Und so geht's

1. Zwiebeln und Knoblauch in einem Esslöffel Öl glasig dünsten. Kartoffelstücke und Lorbeerblatt hinzugeben und kurz mitdünsten.
2. Mit einem Liter Wasser aufgießen und bei niedriger Temperatur ca. 15 Minuten köcheln lassen.
3. Wenn die Kartoffeln weich sind, mit dem Stabmixer pürieren, sodass eine relativ dünnflüssige Creme entsteht.
4. Die Suppe bei mittlerer Hitze langsam zum Kochen bringen.
5. Inzwischen den Kohl vorbereiten; die Blattrippen entfernen, die Blätter zusammenrollen und in möglichst feine Streifen schneiden.
6. Sobald die Suppe kocht, den Kohl einrühren und etwa 15 Minuten kochen, bis er ziemlich weich ist.
7. Die Chouriço-Scheiben hinzufügen und für zwei Minuten mitkochen.
8. Suppe von der Kochstelle nehmen und das Olivenöl einrühren, mit Salz und Pfeffer und nach Geschmack mit etwas Muskatnuss abschmecken. In Suppentellern servieren, pro Teller ein paar Scheiben Chouriço einlegen. Ein Traum!

Bom proveito Roman



Bacalhau à Brás

Portugiesischer Stockfisch mit gestocktem Ei, Kartoffeln, Zwiebeln und Oliven

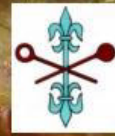
Zutaten

- 300 g Bacalhau, entsalzen und ohne Gräten
- 300 g gestiftete Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Olivenöl
- 3 Eier
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken
- 1 Bund glatte Petersilie fein gehackt
- 15 schwarze Oliven



1. Am Tag der Zubereitung den Bacalhau in einem Topf mit Salzwasser ca. 5 Minuten gar kochen. Das Wasser abgießen und den Bacalhau etwas abkühlen lassen. Anschließend von der Haut und den Fischgräten befreien und den Fisch in feine Stücke á la "pulled Bacalhau" zerpfücken. Den Bacalhau beiseite stellen.
2. Die Kartoffeln gründlich waschen, schälen und in etwa 5- 6 cm lange strohhalmdicke Stifte schneiden. Das funktioniert am Besten mit Hilfe einer Küchenmaschine.
3. Die Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden.
4. Den Knoblauch schälen und fein hacken.
5. In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen. Die Zwiebelringe und den Knoblauch dazu geben und glasig dünsten. Dann den Bacalhau hinzugeben und 2-3 Minuten mit den Zwiebeln und dem Knoblauch anbraten.
6. Anschließend die gestifteten Kartoffeln unterrühren und alles gut miteinander vermischen. Den Pfanneninhalt weitere 10-15 Minuten auf mittlerer Flamme braten.
7. Währenddessen die Eier in einen Rührbecher geben und miteinander verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
8. Die verquirlten Eier mit in die Pfanne geben und den Pfanneninhalt unter ständigem wenden weiterbraten, bis das Ei zu stocken beginnt.
9. Zum Schluss die Oliven und einen halben Bund bis Bund gehackte Petersilie untermischen. Sofort servieren!

Bom proveito Roman



Aletria

Portugiesische Weihnachtsnudeln

Zutaten

- 300 ml Wasser und eine Prise Salz
- Schale einer Orange
- 2 Zimtstangen
- 90 g Aletria Fadennudeln
- 360 ml Milch
- 90 g Zucker
- 2 Eigelb
- 1 EL Butter
- Zimt Orangenschale oder Beeren für die Dekoration



So werden die Weihnachtsnudeln zubereitet

1. Das Wasser mit der Prise Salz, der Orangenschale und den zwei Zimtstangen in einem Topf zum kochen bringen. Sobald das Wasser kocht die Nudeln hinzugeben. Sind die Nudeln sehr lang, dann einfach in kleine Stücke brechen. Die Nudeln immer wieder mit einer Gabel umrühren um zu verhindern, dass sie am Boden einbrennen. Die Nudeln so lange kochen, bis das Wasser verdunstet ist.
2. In einem zweiten Topf 600 ml Milch mit dem Zucker aufkochen und die gekochte Aletria mit der Orangenschale und den Zimtstangen hinzugeben. Das Ganze kurz aufkochen und dabei ständig umrühren.
3. Nimm den Milchtopf vom Herd und nehme die Orangenschale und die Zimtstangen raus. Beides kannst du später für die Deko wiederverwenden.
4. Im nächsten Schritt muss das Eigelb mit einem Schuss Milch verrührt werden. Die Masse etwas abkühlen lassen und das Eigelb unterrühren.
5. Die Masse mit dem Eigelb nochmals aufkochen. Wenn die Milch kocht, den Topf vom Herd nehmen und die Butter dazu geben. Die Masse so lange verrühren, bis sich die Butter vollständig aufgelöst hat.
6. Jetzt muss die Aletria etwas abkühlen, dann kannst du sie in Servierschalen geben, mit Zimt, den Zimtstangen, der Orangenschale dekorieren. Bis zum Verzehr sollte die Aletria im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Bom proveito Roman