

Zu Tisch: die Gascogne

 arte.tv/de/articles/zu-tisch-die-gascogne-0

Die Rezepte der Sendung

Garbure – Französischer Eintopf

Zubereitungszeit: ca. 250 Minuten

4 Portionen

Teaser: Die Garbure ist ein klassischer Eintopf der Gasconischen Küche. Er wird mit weißen Bohnen, Kohl, Kartoffeln, Karotten und Fleisch – in diesem Fall mit Schinken und Entenfleisch – zubereitet. Für die Garbure können je nach Jahreszeit die Zutaten gewechselt und z.B. Kürbis oder grüne Bohnen dazugeben werden. Eine gelungene Garbure zeichnet sich dadurch aus, dass eine Suppenkelle in ihr stecken bleibt.

Tipp: Man sagt, dass eine Garbure erst erneut aufgewärmt ihre Perfektion erreicht.

Zutaten:

- 350g Karotten
- 150g Lauch
- 450g Kartoffeln
- 150g Kohlrüben
- 200g weiße Bohnen
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stange Sellerie
- 1 Suppengrün: Petersilie, Lorbeer und Thymian
- 1 Grünkohl
- 4 Stücke Gänseconfit Keule und Hals
- 200 g Schinken aus Bayonne mit Knochen
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Am Abend zuvor die Bohnen 12 Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen oder am Kochtag kurz in heißem Wasser einweichen.

Alle Gemüsesorten putzen, waschen, ggf. schälen und in mundgerechte Stücke schneiden; den Grünkohl in Streifen schneiden. Das fein geschnittene Gemüse in einen großen Topf geben. Die eingeweichten Bohnen hinzugeben.

Anschließend den Schinkenknochen, das Gänseconfit, die Zwiebeln, den zerdrückten Knoblauch und das Suppengrün dazugeben. Alles salzen und pfeffern und mit kaltem Wasser bedecken.

Etwa 2 Stunden auf kleiner Flamme, leicht sprudelnd kochen lassen, bis die Garbure dickflüssig wird. Den Deckel während der Garzeit auf dem Topf lassen, damit nicht zu viel Wasser verdampft.

Das Entenconfit in einer Pfanne von allen Seiten knusprig braten. Entweder in den Garbure-Topf geben und 20 Minuten mitköcheln lassen, oder die Garbure in Suppenteller füllen und zusammen mit dem Entenconfit anrichten.



Garbure/Garbure-Französischer Eintopf

Daube Gascogne – Gasconischer Eintopf

Zubereitungszeit: 300 Min.

6 Portionen

Teaser:

Die Daube ist ein traditionelles Gericht der französischen Landküche. Jede Region, jede Familie, hat ihr eigenes Rezept dafür. Eine gelungene Daube erkennt man am butterzarten Fleisch und der herrlich aromatischen Sauce.

Tipp: Für eine gute Daube zählt die Frische der Zutaten und die Qualität des Rotweins, Zeit für eine gute Marinade und eine ausreichende, nicht zu heiße Garzeit.

Zutaten:

Für die Marinade:

- 1000 g Rindfleisch (Kamm oder Hinterhese)
- 750 ml Rotwein
- 1 große Zwiebel
- 250 g Karotten
- 3 Knoblauchzehen
- 6 Gewürznelken
- 1 Suppengrün: Petersilie, Lorbeer und Thymian

Für den Eintopf

- 700 g Kartoffeln
- 300 g Schinken aus Bayonne mit Speck
- 100 g Champignons
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Stücke Vollmilkschokolade
- Mehl oder Maisstärke – zum Bestäuben
- 40 ml Armagnac
- Entenschmalz – zum Anbraten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Das Rindfleisch in vier Zentimeter große Stücke schneiden und in einen tiefen Schmortopf geben. Eine Zwiebel abziehen, in Ringe schneiden, den Knoblauch abziehen und beides zusammen auf das Fleisch legen. Die Karotten schälen, in Stücke schneiden und ebenfalls zum Fleisch geben. Mit Rotwein begießen bis alles komplett bedeckt ist. Das Suppengrün aus Petersilie Lorbeerblatt und Thymian zusammenbinden, die zweite Zwiebel abziehen, halbieren und mit Nelken spicken. Das Fleisch nun über Nacht in der Marinade belassen.

Am nächsten Tag das Fleisch herausnehmen und abtropfen lassen. Die Marinade beiseite stellen. Den Boden eines Schmortopfs mit Entenschmalz benetzen, die Zwiebel abziehen und in Stücke schneiden und zusammen mit dem Bayonne Schinken anbraten bis sie glasig ist. Den Knoblauch abziehen, in Stifte schneiden, zusammen mit den Champignons hinzugeben und kurz mitbraten. Das Fleisch von allen Seiten bei großer Hitze anbraten, bis es braun ist.

Den Armagnac in einem kleinen Topf erhitzen, anzünden damit der Alkohol verbrennt und über das Fleisch gießen, um es zu flambieren. Alles gut vermischen, mit Mehl oder Maisstärke bestreuen, die Marinade mit den Karotten dazu geben, bis das Fleisch bedeckt ist. Salzen und pfeffern. Den Schmortopf mit dem Deckel schließen und auf kleiner Hitze ca. zweieinhalb Stunden köcheln lassen. Ab und zu die Daube umrühren.

Die Kartoffeln mit der Schale in einen Topf mit Wasser geben und kochen. Eine halbe Stunde vor dem Servieren die gekochten Kartoffeln zum Fleisch hinzugeben. Schließlich die Schokolade hinzufügen, schmelzen und nochmals ziehen lassen.



Daube Gascogne/Daube Gascogne - Gasconischer Eintopf

Merveilles – Schmalzgebäck

Zubereitungszeit: 120 Min.

12 Portionen

Teaser: Das Fettgebäck wurde früher für den Faschingsdienstag zubereitet. Der französische Name bedeutet „Wunder“ und so sollen sie auch schmecken.

Tipp: Ursprünglich in Enten- oder Gänseschmalz frittiert, kann das Gebäck auch in neutralem Öl frittiert werden. Je nach Geschmack kann man das Fett mit Zitronenzesten oder Orangenblütenwasser verfeinern.

Zutaten:

- 1000 g Mehl
- 14 g Hefe
- 125 g Butter
- 500 ml Milch
- 6 Eier
- 50 g Zucker
- 20 ml Armagnac
- Öl zum Frittieren
- Salz
- Puderzucker zum bestäuben

Zubereitung:

Das Mehl aufschichten, in die Mitte eine Mulde drücken und eine Prise Salz hineingeben.

Milch in einem Topf erhitzen. Die Butter dazugeben, in der Milch schmelzen lassen und in die Mulde füllen.

Die Eier schlagen und durch ein Sieb in den Teig geben, damit kein Schaum entsteht. Alles zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Hefe in ein bisschen Milch geben und zusammen mit dem Zucker und dem Armagnac in den Teig mischen. Sollte der Teig zu klebrig sein, etwas Mehl hinzugeben, bis er sich vom Rand der Schüssel ablösen lässt. Den fertigen Teig etwa zwei Stunden oder über Nacht im Warmen ruhen lassen.

Nach dem Ruhen den Teig so dünn wie möglich ausrollen und in rautenförmige Stücke schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen, die Teigstücke hineingeben und schwimmend ausbacken. Sobald die Merveilles leicht golden sind, aus dem Öl heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Gebäck auf einem Teller anrichten und mit Puderzucker bestäuben.



Merveilles/Merveilles - Schmalzgebäck