

Südalgerien

Teffedest

Die Oase Mertoutek ist mit ihren dreihundert Einwohnern die einzige größere Siedlung im Teffedest, einem Gebirgszug im südlichen Algerien.

Es ist ein fruchtbares Stück Land, das inmitten der größten Wüste der Welt, der Sahara, liegt. Wer hier lebt, gehört zum Volk der Tuareg. Sie verkörperten einst das Inbild eines freien nomadischen Lebens, das keine staatlichen Grenzen anerkannte. Dürrekatastrophen, politische Unruhen und Unterdrückung zwangen aber die meisten dazu, sesshaft zu werden.



Fatma Hamdi ist mit ihrer Schwägerin früh aufgebrochen, um an einem der Berghänge nach etwas Besonderem zu suchen. Da es in ihrem Dorf keinen Strom gibt und Gas teuer ist, benutzen die Frauen einen Kochstein als Herdplatte. In der Sprache der Tuareg heißt er *Efelfel*. Fatma braucht ihn, um Pfannkuchen darauf zu machen. Wie für viele Speisen der Tuareg, so bildet auch hier ein Teig aus Weizenmehl und Wasser die Grundlage für die *Elfetet*-Pfannkuchen. Der Weizen wächst an den Ufern des Flussbettes, an dem Mertoutek liegt. Die

Gärten sind das Herz der Oase – ohne sie könnte die Siedlung nicht existieren. Neben Weizen bauen die Tuareg vor allem Bohnen, Zwiebeln und Knoblauch an. Der Boden ist fruchtbar – die Arbeit aber zeitaufwendig und nicht jedermanns Sache. Viele Jüngere gehen lieber zum Arbeiten in die Stadt, als unter sengender Sonne ihren Acker zu bestellen. Abdelkader hat in den vergangenen Monaten begon-



nen, ein Steinhaus zu bauen, in dem seine Frau und die neun Kinder Platz finden. Am kommenden Tag wird das Haus vom Imam des Dorfes gesegnet. Ein Opferfest gehört mit zur Zeremonie. Als Festmahl gibt es *Talabagat* – gestampftes Kamelfleisch und Couscous. Da die sesshaften Tuareg keine Kamele mehr besitzen, fährt Abdelkader zu Nomaden in die Wüste, um von ihnen ein Kamel zu kaufen. Die Verhandlungen ziehen sich über viele Stunden hin.



Auch wenn die Menschen in Mertoutek oft nur das Nötigste haben, es scheint als würden sie sich hier wohl fühlen – zumal an Tagen wie dem Opferfest wie diesem. Dann macht die Oase ihrem Namen alle Ehre – eine fruchtbare Insel zu sein inmitten der größten Wüste der Welt.

Aliwa

Suppe aus grünem Weizen

Für diese sommerliche Suppe muß der Weizen unbedingt noch grün sein. Vielleicht kennen Sie einen Bauern, der ihnen die erforderliche Menge verkauft.

Aynāsnis ist eine Pflanze mit gelben Blüten und langen, zerbrechlichen Stilen, die auf sandigem Boden zwischen Steinen wächst. Die Tuareg verwenden sie für viele Gerichte. Sie aromatisiert nicht nur, sondern hilft auch bei der Verdauung und gegen Magenprobleme. Sie erhalten sie eventuell bei einem orientalischen Gewürzhändler.

Zutaten für 4 Portionen:

350 g junger, grüner Weizen,
 1 mittelgroße Zwiebel,
 2 Knoblauchzehen,
 1 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl,
Aynāsnis,
 Salz,
 Pfeffer,
 2 EL Ziegenbutter



Den entspelzten und gereinigten Weizen in einer großen schweren Pfanne über kleiner Flamme leicht anrösten. In Mertoutek nimmt man dazu ein Feuer aus Schilfblättern oder Akazienholz. Den Weizen in einer Mühle mahlen.



Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in dem Pflanzenöl anschwitzen. 1 l Wasser dazugeben. Unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen langsam den Weizen in die Flüssigkeit rieseln lassen. Er klumpt dann nicht. Unter weiterem Rühren zum Kochen bringen. Unter gelegentlichem Rühren 30 min auf schwacher Hitze eher quellen als kochen lassen. Etwas *Aynāsnis* dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluß die geschmolzene Ziegenbutter dazugeben.

Tip:

- Mehl und Grieß immer durch die geöffnete Hand langsam unter Rühren in Flüssigkeiten einrieseln lassen. So klumpen Mehl und Grieß nicht.

Tagela

Wüstenbrot

Dieses Wüstenbrot ist etwas für experimentierfreudige Köche – schließlich hat es nur dann seinen originalen Geschmack, wenn es in heißem Sand gebacken wird. Es wird ohne Hefe hergestellt. Die Luft wird in den Teig geknetet. Die nomadisierenden Tuareg essen das Tagela fast ausschließlich mit Ziegenbutter, da sie so gut wie nie Gemüse mit sich führen.

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg Weizenmehl,
Salz,
Wasser

In sauberem Sand in einer Kuhle ein starkes Feuer entfachen, das man niederbrennen läßt. In Mertoutek benutzt man dazu Akazienholz.



Während das Feuer brennt, wird das Mehl mit dem Salz in eine Schüssel gegeben. Nach und nach gibt man das Wasser dazu. Das Wichtigste dabei ist, daß der Teig ständig geknetet wird, so daß Luft in den Teig kommt. Man gibt soviel Wasser dazu, bis der Teig geschmeidig ist. Man formt einen runden Laib, den man noch einmal mit Mehl bestäubt, damit er im Sand nicht hängen bleibt.



Die Glut in der Kuhle beiseite schieben. Das Brot in die heiße Mulde legen, mit heißem Sand bedecken. Die Glut obenauf tun. Nach etwa 20-30 min gräbt man das Brot aus, wendet es und gräbt es in der beschriebenen Weise wieder ein. Weitere 20-30 min backen. Man holt es jetzt endgültig aus diesem urtümlichen Backofen, reibt den groben Sand ab, wäscht feine Sandreste ab und bricht es in mundgerechte Stücke. Noch warm mit Ziegenbutter oder einer Gemüsesauce servieren.

Adreze N'Taguela

Gemüsesauce

Ra's-el-hanout, das in diesem Gericht verwendete Gewürz, heißt wörtlich übersetzt „Mischung des Gewürzhändlers“. Es gibt zahlreiche unterschiedliche Mischungen. Pfeffer, Koriander, Nelken, Ingwer, Kardamom, Muskat, Zimt und Piment gehören aber immer dazu. Bei besonderen Anlässen kommt zur Sauce Fleisch hinzu – von Rind, Schaf, Kamel oder Ziege.

Zutaten für 4 Portionen:

8 große Tomaten,
4 Möhren,
2 kleine Zucchini,
2 mittelgroße Zwiebeln,
3 Knoblauchzehen,
3-4 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl,
½-1 EL *Ra's-el-hanout*,
Pfeffer,
Salz



Die Tomaten klein schneiden. Die Möhren schälen und ebenso wie die Zucchini in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, fein hacken und in dem Öl glasig schwitzen. Die Gewürze auf ganz kleiner Flamme kurz mit anschwitzen, damit sie ihr volles Aroma entwickeln. Die aromatischen Gemüse dazugeben. 45 min auf kleiner Flamme kochen lassen. Die Sauce sollte etwas eindicken, die Gemüse müssen weich sein. Abschmecken und zu Tagela servieren.

Elfetet

Pfannkuchen

Diese Pfannkuchen werden auf speziellen Backsteinen zubereitet, die die Frauen in der Wüste suchen. Die Tuareg schwören auf diese Steine und sagen, ihre Pfannkuchen schmecken nur dann wirklich gut, wenn sie darauf gebacken werden. Das Mehl für *Elfetet* mahlen sie am besten selbst. Es sollte etwas gröber sein.

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg grob gemahlenes Weizenmehl,
Wasser,
Salz,
Ziegenbutter zum Backen

Grobes Weizenmehl nach und nach mit soviel Wasser verrühren, das ein Teig entsteht, der die Konsistenz süßer Sahne hat. Salz zugeben. 60 min quellen lassen.



Einen heißen Backstein oder eine Crêpe-Pfanne mit flüssiger Ziegenbutter einpinseln. Einen Schöpflöffel Teig auf den Stein bzw. in die Pfanne geben, zu einem dicken Pfannkuchen verstreichen. Wenn er auf der einen Seite goldgelb gebacken ist, wenden, und die andere Seite goldgelb backen. So fortfahren bis der ganze Teig aufgebraucht ist. Die Pfannkuchen in mundgerechte Stücke zerteilen und mit Ziegenbutter, Gemüsesauce oder gekochten Linsen servieren, die man mit Ra's-el-hanout würzig abgeschmeckt hat.



Couscous

Die Frauen von Mertoutek stellen Couscous noch selbst her, was heute nur noch ganz selten vorkommt. Zu aufwendig ist die Vorbereitung, bei der der Grieß immer wieder befeuchtet und dann aufgelockert wird. *Harissa* ist eine scharfe Paste, die man getrennt zum Couscous reicht. Man kann sie mit der Schmorflüssigkeit mischen und zum individuellen Würzen jeder Portion verwenden.

Zutaten für 4 Portionen:

3 große Zwiebeln,
 4 Knoblauchzehen,
 3 große Tomaten,
 4 große Möhren,
 4 weiße Rübchen,
 1 grüne Paprikaschote,
 4 Zucchini,
 1 kg Lammfleisch aus der Keule,
 3-4 EL Olivenöl,
 Salz,
 Pfeffer,
 1 TL Cayennepfeffer,
 1 TL Kreuzkümmel,
 500 g feinen Couscous,
 1-2 EL Ziegenbutter,
 nach Belieben *Harissa*



Zum Garen verwendet man eine *Couscoussière*, einen speziellen, großen Topf mit Dämpfaufsatz. Im unteren Teil schmoren Fleisch und Gemüse vor sich hin, im oberen Teil gart der Grieß im aromatischen Dampf.

Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen. Die Zwiebeln in feine Streifen schneiden, den Knoblauch fein hacken. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen, unter kaltem abschrecken, häuten, Tomaten-

Samen entfernen. In grobe Stücke schneiden. Möhren und weiße Rübchen schälen und in Scheiben schneiden. Stielansatz und Samen der Paprika entfernen. In Streifen schneiden. Die Zucchini in Stücke schneiden. Das Lammfleisch in Stücke schneiden, die etwas größer als eine Faust sind.

Das Öl im Dämpfopf erhitzen und die Fleischstücke von allen Seiten gut anbraten, Die Zwiebeln dazu geben und mit dem Fleisch einige Minuten anschmoren. Knoblauch, Tomaten, Möhren, Rübchen dazugeben und soviel Wasser angießen, daß es ein bis zwei Finger breit über Fleisch und Gemüse steht. Leicht salzen und pfeffern. Cayennepfeffer und Kreuzkümmel dazugeben. Im geschlossenen Topf bei mittlerer Hitze etwa 1 h leicht kochen lassen.

Den Couscous in einem Sieb mit kaltem Wasser übergießen und wenn er gut durchfeuchtet ist, mit den Händen auflockern. In den oberen Teil einer *Couscouisière* geben und diese auf das Unterteil setzen. In der geschlossenen *Couscouisière* etwa 15 min dämpfen. Herunter nehmen, den Couscous auf eine Platte geben, mit kaltem Wasser besprengen und auflockern. Vorsicht! Der Grieß ist sehr heiß. Ziehen Sie Handschuhe an oder nehmen Sie eine Gabel um Verbrennungen zu vermeiden. Den aufgelockerten Couscous wieder in den oberen Teil des Dämpfopfs geben und fertig garen. Rechnen Sie dafür weitere 10-15 min Der Couscous ist gar, wenn er weich ist.



Sollte sehr viel Wasser verdampfen, etwas heißes Wasser an Fleisch und Gemüse geben.

20 min bevor der Couscous fertig ist, die in Stücke geschnittenen Zucchini und Paprika zu dem Fleisch geben.

Den Couscous auf eine große Platte häufen. Fleisch und Gemüse mit Salz und Pfeffer noch einmal abschmecken. Etwas Brühe über den Grieß geben. Butter hinzufügen und noch einmal mit der Gabel auflockern. Das Fleisch über den Couscous geben. Ebenso die Gemüse, die nicht verkocht sind. Die Schmorflüssigkeit und das *Harissa* getrennt dazu reichen.

Tip:

- Auch wenn es sich kompliziert anhört – verzichten Sie nicht auf die oben beschriebene Prozedur. Die Aromastoffe sollen den Grieß ganz durchdringen. Das ist der Sinn der Prozedur. Von „Schnell-Couscous“, der bereits nach wenigen Minuten gar ist, raten wir Ihnen ab.

Talabagat

Gestampftes Kamelfleisch

Die Tuareg verwenden für dieses Fleisch einen großen Holzmörser mit einem schweren, großen Stößel. Stundenlang stampfen die Männer im Wechsel das Fleisch, bis es zu einer Paste zermahlen ist.

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg Kamelfleisch, Rücken und Keule,
Salz,
Pfeffer



Das Kamelfleisch in Stücke schneiden und in Wasser geben. Es muß vollständig bedeckt sein. Zum Kochen bringen. 3 h weich kochen. Aus der Brühe nehmen und noch warm in einem Mörser zerstampfen. Man gibt immer wieder von der fetten Brühe dazu, die man mit etwas Salz abgeschmeckt hat. Das Fleisch wird durch das Zerstampfen weich, wie eine Paste. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.