Ausgabe 31, März 2012

DER NEWSLETTER FÜR KULINARIK & REISEN AUS DEM FACETTENREICH

Southern Living-Rezepte aus Florida

Inhalt

Der Zauber des Southern Living.....2
Südstaaten-Küchenlatein.....3
REZEPT: Crunchy Spicy Nuts.....4
REZEPT: Crab Eggs Benedict.....5
REZEPT: Flusskrebssalat.....6
REZEPT: Maisbrot.....7
REZEPT: Grapefruit-Avocado-Salat.....8
REZEPT: Hush Puppies.....9
REZEPT: Cajun Popcorn.....10
REZEPT: Shrimp & Corn Bisque.....11
REZEPT: Jambalaya 12
REZEPT: Cajun Pork.....13
REZEPT: Honiglachs mit Mango.....14
REZEPT: Bananas Foster 15
REZEPT: Pineapple Mojito.....16
Insider-Tipp für „Genussvoll um die Welt“: Pineapple Daiquiri.....17
Tipps zum Nachreisen.....22

Der kreolische Einfluss in der Sonnenscheinküche Floridas

Bei unserem diesjährigen Weihnachtsbesuch in Florida sind wir immer wieder auf Südstaatengerichte gestoßen. Hier ein kreolisches Restaurant, da Südstaatengerichte in Kochmagazinen, dort Cajun-Gewürzregale, so weit das Auge reicht.

Solchen Zeichen kann und darf sich eine Genussautorin nicht verschließen. Daher kosteten wir zahlreiche Cajun-Speisen, kauften uns auf Märkten und in Supermärkten diverse Gewürzmischungen und genossen den kreolischen Einfluss in der Sonnenscheinküche.

Dementsprechend gibt es in dieser Ausgabe der GENUSSMEILE viele Southern Living-inspirierte Rezepte. Ganz wichtig: die typische Cajun-Gewürzmischung, die man auch selbst ganz einfach mischen kann. Ebenso wichtig für das Southern Living-Feeling, wenngleich weit schwerer nachzumachen: die Holzvillen mit den überdachten Veranden und den Schaukelstühlen, der Sonnenschein und die scheinbar ebenso obligate Laune. Die aber sollten wir mit den Rezepten in dieser GENUSSMEILE auch hinbekommen, ich würde es mir wünschen.

In diesem Sinne: enjoy your Southern meals!

Andrea

Der Zauber des Southern Living & andere Seltsamkeiten

So ganz genau weiß ich ja nicht, warum es mir das Southern Living so angetan hat. Aber ich vermute, es hängt mit den entzückenden Häuschen zusammen, die mich immer ein wenig an Pippi Langstrumpfs Villa erinnern – nur ohne das Kunterbunt, ohne den lieben Herrn Nilsen und ohne den kleinen Onkel. Wobei: das weiß ich gar nicht so genau…

Was mir am Southern Living und vor allem in Florida noch so gefällt, wobei ich die nicht unglückliche Lage am Meer jetzt mal beiseite lasse: die Ausgelassenheit, mit der man sich über Mailboxes und andere Wohnbereiche hermacht und diese haltlos dekoriert, egal ob weihnachtlich oder einfach nur saisonunabhängig fröhlich.

Mit dem Fotografieren der Mailboxes könnte man hier Bücher füllen und Monate verbringen – mit dem Gestalten vermutlich auch. Unabhängig davon hat mich in Florida, wie schon in New York, die Psycho-Welle fasziniert. Mitten im Art Deco-Bezirk von Miami steht in einem riesigen Schaufenster ein verheißungsvoller Aufbau, der groß für das Handlesen wirbt. Leider hatte der Laden gerade geschlossen, denn ich war fast versucht, das einmal zu probieren.

Im Nachhinein bin ich froh darüber: denn eigentlich liebe ich Überraschungen und möchte meine Zukunft nicht kennen. Ich würde sie ja doch nicht glauben: Negatives negiere ich prinzipiell, und Positivem traue ich nicht über den Weg. Da lebe ich doch lieber im Moment und lasse mich überraschen von all dem, was gerade kommt.

„Living in the here and now“ nennt sich das dann, was ich in Florida immer wieder zu spüren bekomme. Ich bin sehr stolz, das schon ganz gut zu beherrschen; notfalls muss ich eben regelmäßig nach Florida auf Auffrischungskurs fahren!

Küchenlatein der Südstaatenküche

Zu den mit * gekennzeichneten Begriffen gibt es in dieser GENUSSMEILE die jeweiligen Rezepte.

Andouille: Spezielle geräucherte Wurst aus den Südstaaten, die gerne in Gumbo- oder Jambalaya-Gerichten verwendet wird.

Beignets: Eine Art quadratische Krapfen, die man in den Südstaaten gerne mit Zucker bestäubt zum Frühstück isst.

Bisque: Auch wenn ich bei diesem Wort immer an „the beauty and the beast“ denken muss, ist dies eine dicke Suppe. Früher wurden für diese Suppe Lobster, also Hummer, verwendet, heute sind es oft auch andere Meerestiere. *

Blackened: Diese Zubereitungsart lässt sich auf Fisch, Fleisch und Geflügel anwenden. Durch Wenden in dieser Gewürzmischung wird das Gargut beim Braten geschwärzt und herrlich würzig. Ein Rezept dazu gab es in GENUSSMEILE 19.

Cajun: Die rustikale Küche der Cajuns, der frankophonen Einwohner im US-Bundesstaat Louisiana, auf Basis von lokalen Zutaten.

Cajun Popcorn: Knusprig gebackene Shrimps in Teighülle. *

Corn: Mais. Ein sehr beliebtes Gemüse, das in Form von Mehl, Polenta oder Körnern gerne verwendet wird.

Crawfish: Krebs, der häufig in der berühmten Crawfish Pie verarbeitet wird.

Dirty Rice: Dieser Reis sieht angesichts seiner Zutaten wie etwa Bohnen, „schmutzig“ aus, daher sein Name.

Foster: Dieses Wort in Verbindung mit „Bananas“ verheißt Köstliches. Denn die Bananas Foster sind in einer zitronigen Rum-Karamellsauce gebratene Bananen, die mit gehackten Pekannüssen bestreut warm serviert werden. Yummy! *

Gumbo: Ein mit „roux“ (siehe unten) eingedickter Eintopf, häufig mit Meeresfrüchten, Geflügel und der Andouille (siehe oben) zubereitet.

Holy Trinity: Die „heilige Dreifaltigkeit“ bezeichnet die drei Gemüsesorten, die die Grundlage vieler Südstaatengerichte bilden: Zwiebel, Paprika und Sellerie.

Hot Toddy: Ein Heißgetränk ähnlich dem Grog bestehend aus hochprozentigem Alkohol, Zucker, Wasser und Gewürzen, wie Zimt.

Jambalaya: Dieser Paella-ähnliche Eintopf besteht aus Reis, Gemüse, der typischen Andouille-Wurst, sowie Garnelen. Das Cajun-Gewürz sorgt für den einzigartigen Geschmack. Oft mit Tabascosauce verfeinert. *

Hush Puppies: Ich geb‘s zu, ich habe zunächst an Schuhe gedacht. In Wahrheit aber sind dies in Öl frittierte Maisteigbällchen, die oft mit Cheddar-Käse, Speck oder anderen fein gehackten Zutaten verfeinert und mit einem Dip serviert werden. *

Mud Pie: Insbesondere in Form von Mississippi Mud Pie ist dieser „Schlammkuchen“ auf Schokobasis sehr beliebt.

Pecan Pralines: Werden im Gegensatz zu unseren Pralinen aus karamellisiertem braunen Zucker und Schlagobers hergestellt.

Roux: Mehlschwitze, die oft für die Gemüsebasis von Suppen und Eintöpfen verwendet wird.

Wassail: Ein Heißgetränk ähnlich einem Punsch, das besonders in der Weihnachtszeit sehr beliebt ist. Oft eine Mischung aus Wein, Fruchtsaft und entweder Brandy oder Sherry oder auch Fruchteinlage.

Crunchy Spicy Nuts – Würzige Nussmischung zum Snacken

Ein besonders leckerer Snack, auch als „Trail Mix“ geeignet, sind diese im Rohr gebackenen knusprig-würzigen Nüsse! Auch zum Cocktail passen sie ausgezeichnet. Hübsch verpackt kommen sie auch als Mitbringsel sehr gut an.

ZUTATEN

Für 2-4 Personen

80 g gemischte Nüsse (Walnüsse, Cashews, Pekannüsse, Mandeln)
1 EL Rapsöl
1 EL Ahornsirup
1 EL brauner Zucker
1 EL Orangensaft
1 TL + 1 TL getrockneter Rosmarin
Etwas fein gehackete Chilischote
Etwas Cayennepfeffer
Etwas Paprikapulver
Etwas Salz
Etwas Chilipulver

ZUBEREITUNG

Backrohr auf 180 Grad vorheizen. Alle Zutaten bis auf 1 TL getrockneten Rosmarin in einer Schale vermengen, bis die Nüsse gut mit der Masse überzogen sind.

Nüsse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backbleck verteilen und ca. 20 Minuten rösten. Dabei gelegentlich wenden und verhindern, dass sie zu stark aufeinander kleben.

Herausnehmen, mit dem restlichen Teelöfffel Rosmarin und etwas Salz besprenkeln und auskühlen lassen. Luftdicht aufbewahren oder zum Pineapple Mojito von Seite 16 genießen.

Crab Eggs Benedict – Pochiertes Ei auf Krabbenfleischbrötchen

Diese Frühstücksidee stammt vom berühmten Ocean Drive in Miami, auf dem sich Restaurant neben Restaurant reiht. Manche Lokale servieren auch köstliches Frühstück – Sauce Hollandaise und viel Miami-Feeling inklusive.

ZUTATEN

Für 2 Personen

2 Weißbrot-Brötchen
1 Dose Krabbenfleisch
Etwas Öl
Ein paar Paprikascheiben oder Cocktail-Tomaten

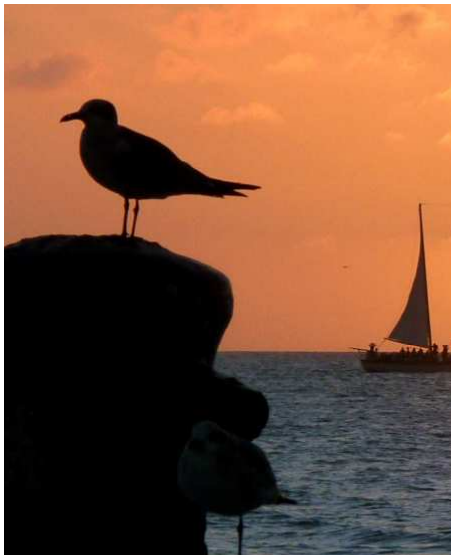
Für die Sauce Hollandaise
50 g Butter
2 Dotter
1 EL warmes Wasser
1/2 EL Zitronensaft
Etwas Dijon-Senf

Für die pochierten Eier
1 EL Weißweinessig
2 große Freilandeier

ZUBEREITUNG

Butter in einem Topf zerlassen und beiseite stellen. In einer Edelstahlschüssel Dotter und Wasser verrühren. Mit einem Schneebesen 30 Sekunden lang schaumig rühren. Die Eimasse über einem Wasserbad bei geringer Hitze weitere 3 Minuten aufschlagen. Abgekühlte Butter und Zitronensaft vorsichtig einrühren. Sauce mit Dijon-Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Topf mit der Sauce auf dem nicht mehr kochenden Wasserbadtopf stehen lassen, damit sie nicht zu stark abkühlt, während die Eier zubereitet werden.

Wasser in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen. Einen Schuss Essig zugeben. Herd auf mittlere bis niedrige Stufe zurückdrehen. Mit einem großen Löffel das Wasser umrühren. Das erste Ei in eine Schale gießen und dieses vorsichtig, aber zügig in die Mitte des „rotierenden“ Wassers gleiten lassen. 3–4 Minuten pochieren. Mit einer Schöpfkelle auf einen Teller legen. Brötchen halbieren und toasten und die untere Hälfte auf die Teller legen. Krabbenfleisch in etwas Öl braten, nach Geschmack mit Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer würzen und auf den Brötchen verteilen. Pochierte Eier darauf setzen und Sauce darüber träufeln. Mit Paprikascheiben oder Cocktail-Tomaten dekoriert servieren.



Flusskrebssalat mit Ananas

Flusskrebse erfreuen sich auf den Southern Living-geprägten Speisekarten großer Beliebtheit, wie ich mittlerweile finde: zu Recht. Dieser Salat ist eine wunderbare Mischung, die auch perfekt mit dem Maisbrot harmoniert.

ZUTATEN

Für 2 Personen

1/2 Pkg. Rucola
1 Becher Flusskrebse (z.B. von Hofer/Aldi)
2 EL Ananas, wenn möglich frisch
Etwas gelber oder oranger Paprika
Etwas rote Chilischote
25 g Mayonnaise
1 TL Paprikapulver
Etwas Zitronensaft
Etwas Tabasco-Sauce

ZUBEREITUNG

Ananas putzen und feinwürfelig schneiden. Chili und Paprika entkernen und in Stücke schneiden.

Zitronensaft, Paprikapulver, Mayonnaise und Chili verrühren. Ananas und Flusskrebse untermengen und mit Tabasco, Salz und Pfeffer abschmecken.

Rucola auf die Teller bzw. Gläser verteilen und den Salat darauf anrichten. Mit dem Maisbrot servieren.

Tipp: Sollte Ananas übrig bleiben, eignet sich diese hervorragend für den Cocktail auf Seite 17.

Pikantes Maisbrot nach Southern Living-Art

***Corn*, also Mais, wird in den Südstaaten in allen Formen, ob als Körner, Grieß oder Mehl, gerne verwendet. Folglich musste ich auch einmal das Maisbrot versuchen, noch dazu, wo es so gut zum Flusskrebssalat passte.**

ZUTATEN

Für 6-8 Portionen

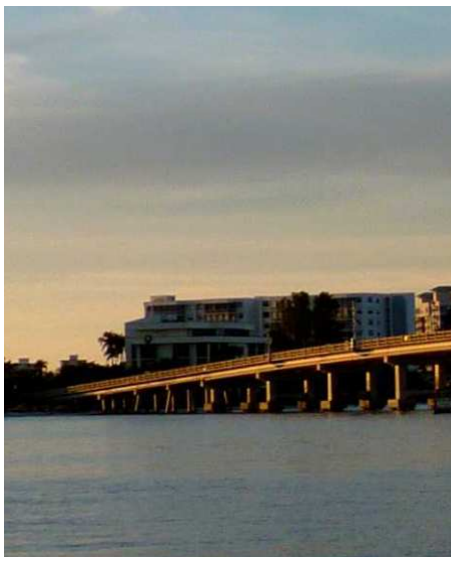
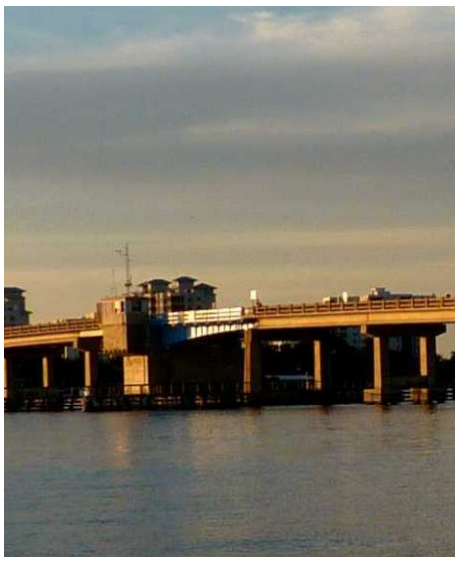
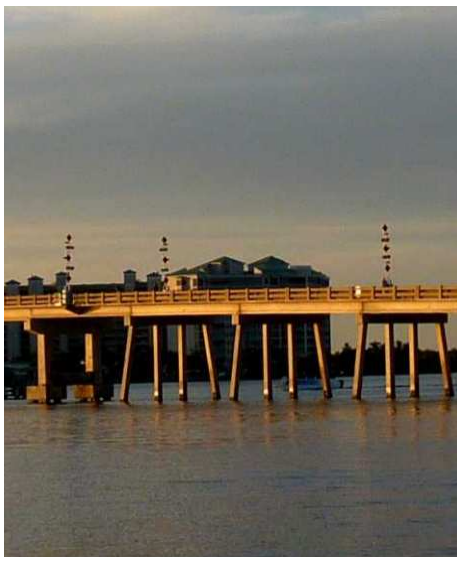
50 g Mais aus der Dose
50 g Butter
1 Ei
1 TL Zucker
220 ml Buttermilch
100 g Mehl
150 g Polenta fix
1/2 TL Backpulver
1/2 TL Natron
1 TL Paprikapulver
Etwas Cayennepfeffer
Etwas Meersalz

ZUBEREITUNG

Backrohr auf 180 Grad vorheizen. Mais abtropfen lassen.

Butter schmelzen. Mit Ei, Zucker, Buttermilch und etwas Salz verquirlen. Mehl, Polenta, Backpulver, Natron, Paprikapulver und Cayennepfeffer vermengen und kurz unter die Eimasse rühren. Mais unterheben.

Teig in eine mit Backpapier ausgelegte Springform geben. Mit dem Meersalz bestreuen und 20-25 Minuten backen.

Blattsalat mit Grapefruit und Avocado

Seit meinen Floridaurlauben habe ich ein Faible für fruchtige Salate. Insbesondere rosa Grapefruits findet man zumindest in der Weihnachtszeit auf allen „Farmers Markets“ und in jedem Supermarkt. Sie machen sich im Salat wirklich wunderbar!

ZUTATEN

Für 2 Personen

Gemischte Blattsalate
1 rosa Grapefruit
1 Avocado
Etwas Limettensaft
Eventuell eine Handvoll Croutons

Für das Dressing
1 EL Olivenöl
1 TL brauner Zucker
1 TL Schalotte oder rote Zwiebel

ZUBEREITUNG

Grapefruit schälen und filetieren, dabei den Saft auffangen. Avocado schälen, in Scheiben schneiden und mit etwas Limettensaft beträufeln.

Für das Dressing die Schalotte hacken. Grapefruitsaft mit dem Öl, dem Zucker und der gehackten Schalotte verrühren.

Salat auf den Tellern verteilen, mit den Grapefruit- und Avocadostücken belegen und mit dem Dressing übergießen. Croutons darüber streuen und mit Limette garniert servieren.

Tipp: Dieser Salat kann auch mit zerkrümelten Schimmelkäse oder gebratenen Shrimps verfeinert werden.

Hush Puppies – Pfiffige, frittierte Teigbällchen und ihre Variationen

Diese frittierten Maismehlbällchen sind als Snack sehr beliebt. Sie werden oft mit Käse im Teig zubereitet und mit einem pikanten Dip serviert. Mit einem Cocktail in der anderen Hand kann man so ganze Nachmittag in der Strandbar bestreiten.

ZUTATEN

Für 2 Personen

100 g Buttermilch
1 Ei
1 Schalotte
Etwas gehackte Frühlingszwiebel
2 Knoblauchzehen
70 g Maismehl
100 g Weizenmehl
Eine Prise Backpulver
Etwas getrockneter Oregano
Etwas getrockneter Thymian
Etwas Salz
Etwas Cayennepfeffer
Etwas schwarzer Pfeffer
1 Handvoll Shrimps
Öl zum Frittieren

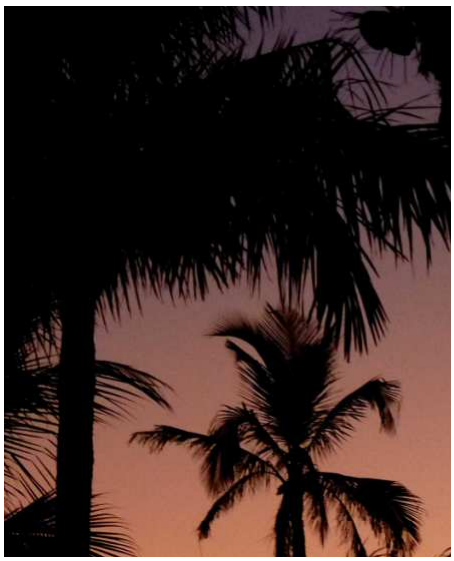
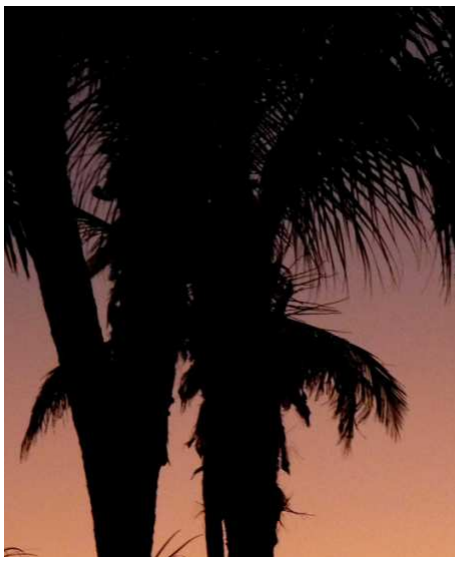
ZUBEREITUNG

Buttermilch und Ei in einer Schale verrühren.

Schalotte, Frühlingszwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und zugeben. Die trockenen Zutaten in einer Schüssel miteinander vermengen und die Buttermilch einrühren. Shrimps hacken und zugeben.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hush Puppies löffelweise von beiden Seiten ein paar Minuten frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit einem Dip servieren.

Tipp: Anstelle der Shrimps können auch gebratene Speckwürfel und etwas geriebener Cheddar zugegeben werden.

Cajun-Popcorn – Gebackene Shrimps auf kreolische Art

Auf diesen Snack stieß ich in einem Cajun-Lokal in St Petersburg. Die in einer typisch kreolisch gewürzten Teighülle gebackenen Shrimps knacken fast wie echte Popcorn, schmecken aber viel besser!

ZUTATEN

Für 2 Personen

150 g Shrimps aus dem Becher (z.B. von Hofer/Aldi)
Öl zum Frittieren

Für die Cajun-Gewürzmischung
1 TL Salz
1 TL schwarzer, gemahlener Pfeffer
1 TL Cayennepfeffer
1 TL Knoblauchpulver
1 TL Zwiebelpulver
1 TL getrockneter Thymian
1 TL getrockneter Majoran
1 TL edelsüßer Paprika

Für den Teig
1 Ei
180 ml Milch
110 g Mehl
1 EL Maismehl
1 Prise Backpulver
1-2 TL Cajun-Gewürzmischung

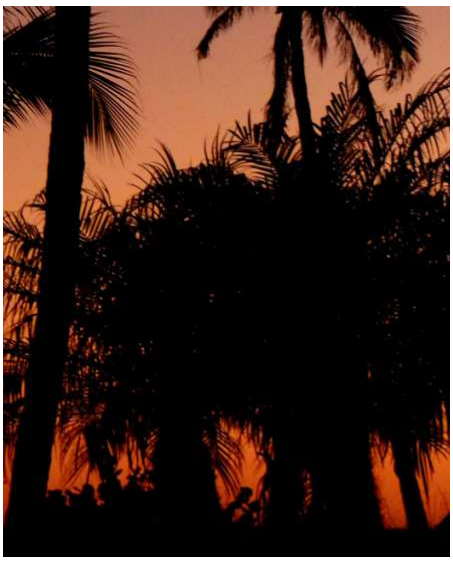
Zum Servieren
Ein paar Zitronenscheiben
Eventuell ein Dip nach Wahl

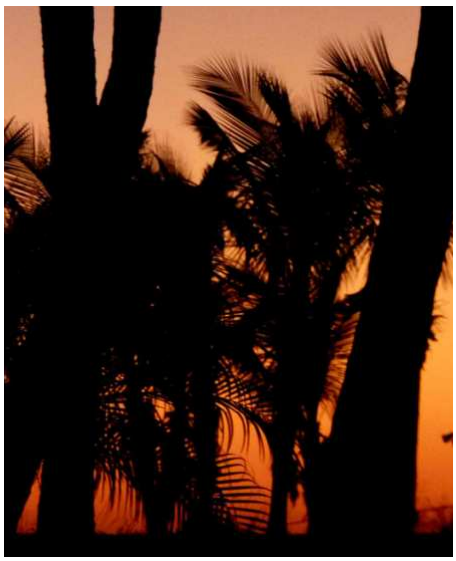
ZUBEREITUNG

Für die Gewürzmischung alle Zutaten in einem Mörser gut vermengen.

Für den Teig alle Zutaten in einer Schüssel verrühren und 30-60 Minuten quellen lassen.

Öl in einem Topf erhitzen. Shrimps durch den Teig ziehen und im Öl knusprig braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit einer Zitronenscheibe und eventuell einem Dip nach Wahl servieren.





Shrimp & Corn Bisque – Dicke Südstaatensuppe mit Garnelen & Mais

Eine typische Suppe aus den amerikanischen Südstaaten ist diese Kreation mit Shrimps und Mais. Ursprünglich wurden für diese Suppe Lobster, also Hummer, verwendet, heute werden oft auch andere Meerestiere herangezogen. Dazu reicht man Buttermilchbrötchen.

ZUTATEN

Für 4 Personen

Etwas Öl
400 g Königsgarnelen
1 Zwiebel + 1/2 Zwiebel
2 Karotten
1/2 Stange Sellerie
Tomatenmark
2 Knoblauchzehen
1 Lorbeerblatt
3 Pfefferkörner
Kräuter nach Geschmack, z.B. Thymian oder Estragon
50 g Butter
50 g Mehl
1 kleine Dose Mais
2-3 EL Mascarpone Light
100 ml Weinbrand (ersatzweise Calvados)

Dazu passen:
Cheddar Bay Biscuits

ZUBEREITUNG

Gemüse putzen und hacken. In einem Kochtopf Öl erhitzen und Zwiebel (mit Ausnahme der halben Zwiebel), Karotten und Sellerie darin garen. Salzen und pfeffern. Weinbrand zugießen und sobald dieser verkocht ist, Tomatenmark zugeben und weitere 2 Minuten kochen. Knoblauch pressen und gemeinsam mit Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Gewürzen zugeben. Mit 1 Liter Wasser aufgießen und aufkochen. Bei reduzierter Hitze ca. 45 Minuten köcheln. Lorbeerblatt und Pfefferkörner entfernen und beiseite stellen.

Für die Einbrenn in einem Kochtopf Butter zerlassen und Mehl einrühren und ein paar Minuten einkochen. Die restliche halbe Zwiebel zugeben und dünsten. Salzen und pfeffern. Mais abseihen, zugeben und weitere 3 Minuten kochen. Mit der Gemüsesuppe aufgießen und 20 Minuten köcheln. Shrimps salzen und pfeffern und zur Suppe hinzufügen und weitere 8 Minuten kochen. Mascarpone unterrühren.

Dazu passen die herrlichen Cheddar Bay Biscuits, schnell gebackene Brötchen aus Buttermilchteig, aus GENUSSMEILE 18.

Jambalaya – Reiseintopf nach Südstaatenart

Jambalaya ist eine typische Speise aus den amerikanischen Südstaaten. Reis, Gemüse, die typische Andouille-Wurst, die wir durch Chorizo ersetzen, sowie Garnelen und das ebenso typische Cajun-Gewürz sorgen für den einzigartigen Geschmack.

ZUTATEN

Für 4 Personen

Für die Cajun-Gewürzmischung
1 TL Salz
1 TL schwarzer, gemahlener Pfeffer
1 TL Cayennepfeffer
1 TL Knoblauchpulver
1 TL Zwiebelpulver
1 TL getrockneter Thymian
1 TL getrockneter Majoran
1 TL edelsüßer Paprika

Für das Jambalaya
Etwas Öl
100 g Chorizo
200 g Hühnerbrust
2 Knoblauchzehen
2 Zwiebeln
1/2 Stange Sellerie
1 grüner Paprika
1 Dose Tomaten
2 Lorbeerblätter
250 g Langkornreis
750 ml Hühnerbrühe
2 EL Cajun-Gewürzmischung
1 Handvoll Garnelen
Etwas Tabasco-Sauce

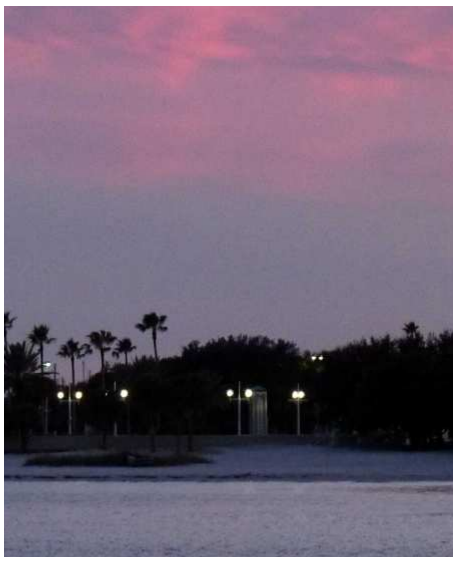
ZUBEREITUNG

Für die Gewürzmischung alle Zutaten in einem Mörser gut vermengen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Chorizo in Scheiben schneiden und darin kurz braten. Herausnehmen. Hühnerbrust würfelig schneiden und braten. Herausnehmen.

Knoblauch, Zwiebel, Sellerie und Paprika putzen und schneiden und ein par Minuten dünsten. Tomaten würfeln und gemeinsam mit Lorbeer, Reis, Brühe und Cajun-Gewürz zugeben. Aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.

Garnelen, Chorizo und Hühnerfleisch zugeben und weitere 15 Minuten köcheln, bis Reis und Garnelen gar sind. Mit Salz, Pfeffer und Tabasco-Sauce abschmecken.



Schweinefilet Cajun-Style mit Chicoree-Püree

Dieses eigentlich simple Gericht besticht durch die Cajun-Gewürzmischung und konnte als Silvester-Hauptspeise in St Petersburg bei uns punkten. Die wichtigste Beilage überhaupt: das eine und andere Bud Light!

ZUTATEN

Für 2 Personen

Für das Schweinefilet
300 g Schweinefilet
Etwas Öl

Für das Chicoree-Püree
1 Pkg. Kartoffelpüree
1 Chicoree

Für die Cajun-Gewürzmischung
1 TL Salz
1 TL schwarzer, gemahlener Pfeffer
1 TL Cayennepfeffer
1 TL Knoblauchpulver
1 TL Zwiebelpulver
1 TL getrockneter Thymian
1 TL getrockneter Majoran
1 TL edelsüßer Paprika

Dazu passt
Bud Light-Bier
Der Karotten-Gurken-Mango-Salat mit Kokos aus GENUSSMEILE 31.

ZUBEREITUNG

Für die Gewürzmischung alle Zutaten in einem Mörser gut vermengen.

Für das Püree den Chicoree putzen, klein schneiden und dünsten. Kartoffelpüree nach Packungsbeilage zubereiten und Chicoree unterrühren. Mit Salz abschmecken.

Schweinefilet in Scheiben schneiden und kräftig mit der Gewürzmischung einreiben. In etwas heißem Öl von beiden Seiten scharf anbraten und mit dem Püree und den Bud Lights servieren.

Gebratener Lachs in Honigbeize mit Mais & Mango auf Blattsalat

Auch das ist floridianisch-karibisch! Der mit einer Honigbeize glasierte Lachs wird auf einem farbenprächtigen Gemüse-Obst-Bett serviert und mit dem zurecht unverzichtbaren Buttermilchbrötchen (genannt „biscuit“) gereicht.

ZUTATEN

Für 2 Personen

Für die Beize
1-2 EL Honig
1 EL Dijon-Senf
1 TL zerlassene Butter
1 Spritzer Worcestersauce

2 Lachsfilets
Etwas Limettensaft
Ein paar Limettenscheiben
Etwas Balsamicoessig
Etwas Olivenöl
Gemischter Blattsalat
2 EL Maiskörner
1 Mango

Dazu passen:
Cheddar Bay Biscuits

ZUBEREITUNG

Für die Beize alle Zutaten verrühren.

Backrohr auf 180 Grad vorheizen. Lachsfilets in eine mit Backpapier ausgelegte Auflaufform setzen und mit der Beize bestreichen. Etwa 20 Minuten backen, dabei immer wieder bestreichen.

Salat mit der geschnittenen Mango und den Maiskörnern auf den Tellern anrichten. Salat je nach Geschmack mit etwas Limettensaft, Balsamico und Olivenöl beträufeln. Lachsfilet auf den Salat setzen. Mit Limettenscheiben und ein paar Cocktailtomaten garniert servieren. Dazu passen die herrlichen Cheddar Bay Biscuits, schnell gebackene Brötchen aus Buttermilchteig, aus GENUSSMEILE 18.

Bananas Foster mit herrlicher Karamellsauce & Vanilleeis

Diese gebratenen Bananen sind einfach köstlich! In Verbindung mit einer wunderbaren Karamellsauce, den gehackten Pekannüssen und dem Vanilleeis entsteht ein Dessert für alle Jahreszeiten.

ZUTATEN

Für 2 Personen

2 Bananen
1 Handvoll Pekannüsse
60 g Rohrzucker
25 g Butter
Etwas Zimt
30 ml Zitronensaft
2 EL brauner Rum (80%), optional
2 Kugeln Vanilleeis, aber auch Schokolade- oder Stracciatellaeis passen sehr gut

ZUBEREITUNG

Nüsse grob hacken. Bananen schälen und der Länge nach halbieren. Die Hälfte des Rohrzuckers in einer Pfanne schmelzen. Den restlichen Zucker zugeben und alles leicht braun karamellisieren lassen. Butter in Stücken zugeben und unter Rühren im Karamell schmelzen. Zimt und Zitronensaft einrühren und köcheln, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

Bananen zugeben und von beiden Seiten 1-2 Minuten im Karamell braten, ohne sie zu weich werden zu lassen. Nüsse unterrühren.

Optional: Rum in ein Gläschen gießen und in die Pfanne gießen. Mit einem langen Streichholz entflammen – dabei nicht über die Pfanne beugen! Warten, bis die Flamme erloschen ist oder diese durch Aufsetzen eines Deckels auf die Pfanne löschen. Bananen auf die Teller verteilen. Eiskugeln darauf drapieren und alles mit Karamellsauce und den Nüssen anrichten.

Pineapple Mojito

Dieser Drink ist eine besonders leckere und authentische Erinnerung an Miami und insbesondere an den Espanola Way. Abends im Freien sitzen, lässige Musik hören, Mojito schlürfen und die Zeit vergessen, au ja!

ZUTATEN

Für 2 Personen

1 Limette
2 TL brauner Zucker
300 ml Ananassaft
2-3 EL Ananasstücke
2 Zweige Minze
8 cl Rum
4 EL Crushed Ice

Dazu passen
Die Crunchy Spicy Nuts von Seite 4

ZUBEREITUNG

Limette achteln und auf die Gläser verteilen. Zucker zugeben und mit dem Stößel die Limetten und den Zucker vorsichtig zerdrücken.

Gläser zu zwei Drittel mit Ananassaft auffüllen. Ananasstücke zugeben. Minzzweige hineinstecken. Mit dem Rum und dem Crushed Ice auffüllen. Umrühren und genießen!

Dazu passen die gerösteten Nüsse von Seite 4.

Insider-Tipp für mein Kochbuch „Genussvoll um die Welt“

Ananas statt Pfirsich: Ein Pineapple Daiquiri vom Feinsten, S 287

Dieses Souvenir aus Mexiko, das ich als Pfirsich-Daiquiri kennen gelernt habe, ist höchst wandelbar, was ich durchaus zu schätzen weiß.

In Fidschi lernte ich dann die Ausführung mit Bananen kennen, den ich genoss, während ich die Zehen in den Sand grub und den Wölkchen am Himmel zusah.

Aber auch mit Ananas schmeckt dieser Cocktail köstlich und verbreitet im Handumdrehen gute Laune. So einfach kann es sein...

SO GEHT'S

Daiquiri wie auf Seite 287 in „Genussvoll um die Welt“ zubereiten. Anstelle des Pfirsichnektars Ananassaft oder, noch besser, pürierte frische Ananas oder Ananas aus der Dose verwenden. Dieser Cocktail ist auch die perfekte Resteverwendung für allfällig übrig gebliebene Ananasstücke aus dem Rezept für den Flusskrebssalat mit Ananas von Seite 6 oder dem Pineapple Mojito von Seite 16.

BESTELLEN?

„Genussvoll um die Welt“ gibt es online bei amazon, Thalia und anderen Buchhandlungen ebenso wie in größeren Buchgeschäften – oder aber natürlich bei mir!

Wer die 312 Seiten Urlaubsflair mit 150 Rezepten, mehr als 500 Fotos und vielen Reiseanekdoten bei mir bestellt, bekommt das Buch signiert – und ein Magnetlesezeichen mit Urlaubsflair gratis dazu!

KONTAKT

Web: www.facettenreich.at/bestellen
Mail: andreaf@facettenreich.at

Tipps zum Nachreisen: Strände, Essen & Shoppen

STRÄNDE

Coquina Beach, Anna Maria Island, Sarasota/Bradenton
Weitläufiges Strandareal mit Picknickmöglichkeiten: hier grenzt der Pinienwald nahtlos an den Strand, die Eichhörnchen verirren sich aber nur selten bis auf den Strand.

North Beach, Fort de Soto Park, St. Petersburg
Endlos langer Strand, auf dem für alle Platz ist. Viele Picknicktische zwischen Parkplatz und Strand.

Miami South Beach, bis auf Höhe 74. Straße
Toller Strand vor der imposanten Kulisse von Skyline und Baywatch-Hütten! Zur Fortbewegung empfehlen sich die relativ günstigen Deco Bike-Räder, die man an diversen Stationen entlang des Ocean Drive selbst entleihen kann.

Bonita Springs, nahe Fort Myers
Traumkulisse mit Sonnenuntergang.

Lovers Key State Park, Fort Myers
Traumstrand mit integriertem Sonnenuntergang. Tolle Strandspaziermöglichkeiten und Geocaching!

Tarpon Beach & Bowman's Beach, Sanibel & Captiva Island
Sanibel in Reinkultur – Traumstrand, Traummuscheln. Auch im zweiten Jahr noch staunenswert!

ESSEN

Ghirardelli, Miami, Orlando & San Francisco
Hot Fudge Sundaes wie aus dem Bilderbuch! Eine Kreation des Schokoladenherstellers ist besser als die andere. Einziges Manko: die aus Europa gesehen nächsten Standorte sind San Francisco und Miami.

Shuckers Bar & Grill, Miami Beach
An das Best Western Plus angeschlossen ist dieses Restaurant, das mit einer großen wasserseitigen Terrasse auftrumpft und köstliche Buffalo Chicken Wings serviert. Wunderbarer Ausblick mit hohem Happy Happy-Faktor!

Johnny Rockets, Ocean Drive, Miami Beach
In diesem Diner mit den typischen Sitznischen gibt es hervorragende Milkshakes, Frühstücks-Combos und gute Musik – und den Blick auf den Ocean Drive noch dazu.

5 Napkin Burger, Miami u.a.
Direkt in der Fußgängerzone der Lincoln Mall gelegen befindet sich dieses Burgerlokal, das wirklich ganz besondere Kreationen ganz besonders nett serviert.

Cheesecake Factory, USA
Die Cheesecakes in dieser Restaurantkette sind legendär, aber auch die restliche Speisekarte kann sich

Das entzückende Azur Restaurant in Key West

Die wunderbaren Sundaes von Ghirardelli, Miami

Miami, Strand & Baywatch-Häuschen bei der 74. Straße

Brownie Sundae Cheesecake in der Cheesecake Factory

Tipps zum Nachreisen: Strände, Essen & Shoppen (Fortsetzung)

Legendärer Milkshake im Johnny Rockets, Ocean Drive

sehen lassen. Wer wissen will, was wahre Dekadenz ist, versucht den genialen Brownie Sundae Cheesecake, der genauso gut schmeckt wie er aussieht! „To die for…“ war selten ein passenderer Ausdruck!

Havana 1957, Miami Beach

An der Ecke Washington Drive und Espanola Way, einem urigen Viertel mit vielen Lokalen, liegt dieses kubanische Restaurant, das gutes Essen und tolle Drinks in einer superrelaxten Stimmung serviert. Tostones zum Knabbern gibt es gratis zu jedem Drink! Vorzügliches Essen, gute Musik.

Versailles Restaurant, Miami

Im kubanischen Viertel von Miami liegt dieses beliebte Restaurant mit dem französischen Namen. Toller kulinarischer Ausflug nach Kuba.

Lighthouse Cafe, Bill Baggs Cape Florida State Park, Key Biscayne

Nahe von Strand und Dünen gelegenes, offenes Cafe mit Ausblick auf Waschbären und typischer Florida-Küche. Sehr nett!

Robbie's of Islamorada: Hungry Tarpon, Islamorada

Dieses urige Lokal mit großem Freibereich ist dank seiner Lage unschlagbar, denn es liegt in einer türkisen Bucht voller Pelikane mit Blick auf die Brücke über die Keys. Das Essen ist ausgezeichnet und wenn man sich dann satt gesehen und satt gegessen hat, kann man immer noch die verschiedenen Verkaufsstände dahinter besuchen und etwa 2 Hollywood-Diva-artige Sonnenbrillen um 10 USD oder andere Souvenirs erstehen. Ein karibisch angehauchter Pflichtstopp auf dem Weg gen Süden!

Azur, Key West

In diesem gemütlichen Restaurant mit Außenbereich unter Palmen und mit Wasserfall lässt es sich sehr gut essen. Insbesondere die Frühstückskarte ist sehr inspirierend.

Commodore Waterfront Restaurant, Key West

In diesem Restaurant mit großem Außenbereich direkt am Hafen (nicht auf der Sonnenuntergangsseite) kann man gemütlich die Happy Hour genießen, essen und dabei den Pelikanen zusehen. Während der Happy Hour gibt es übrigens auch Appetizer zum ermäßigten Preis. Sehr relaxt!

El Meson de Pepe, Key West

In diesem urigen, kubanischen Restaurant auf der Sonnenuntergangsseite von Key West am Mallory Square kann man sich durch die kubanische Küche kosten! Neben kubanischen Sandwiches waren vor allem die "tostones rellenos", gefüllte, gebratene Kochbananenkörbchen, ein Hit!

Old Town Bakery, Key West

Diese urige Bäckerei hat – für hiesige Verhältnisse schon sehr früh – ab 7 Uhr geöffnet und bietet frische Backwaren aller Art, Sandwiches sowie Kaffee. Die Lunch-Salate und Imbisse klingen ebenfalls sehr vielversprechend.

Cafe Moka, Key West

Dieses eher unscheinbare Café am weniger touristischen Ende der Duval Street hat kleine Häppchen und

Die charmante Old Town Bakery von Key West

Der Ausblick bei Robbie's of Islamorada, einmal ohne Pelikane

Tipps zum Nachreisen: Strände, Essen & Shoppen (Fortsetzung)

eine tolle Key Lime Pie im Angebot. Das Beste jedoch sind die Sitzplätze auf der überdachten Veranda, auf denen man jeden tropischen Regenguss genüsslich aussitzen kann.

Pinchers Crab Shack, Naples und andere Locations

In der am Hafen gelegenen Tin City kann man unter dem Motto „You can't fake fresh“ herrliches Seafood kosten, so etwa die Pincher Claws, Krabben mit Parmesan und Knoblauchbrot. Die Happy Hour ist eine tolle Erfindung.

Happy Hour im Pinchers Crab Shack

Crabby Bill's Seafood, St. Pete Beach und andere Locations

Im 1. Stock dieses Restaurants kann man im Freien mit Blick auf Strand und Meer essen und trinken. Tolles Ambiente! Happy Hour von 11 bis 19 Uhr!

Warten mit Aussicht: Crabby Bill

Anna Stella Cajun Bistro, St Pete

Wer einen Eindruck von der Südstaaten- und Cajun-Küche bekommen will, ist hier richtig. Ob der lasche Service auch typisch für die Südstaaten ist, würde ich lieber bezweifeln. Die passenden Gewürze und Rezeptkarten zum Nachkochen zuhause gibt es ebenfalls in diesem Lokal mit Außenbereich auf der Straße.

Doc Ford's Rum & Bar Grille, Fort Myers & Sanibel Island

Doc Ford ist der Titelheld von Randy Wayne White, einem floridianischen Krimiautor (siehe Buchtipp unten). Von seinen vielen Reisen in tropische Länder hat er reichlich kulinarische Ideen mitgebracht, ein Restaurant gegründet, ein Kochbuch geschrieben und vereint nun das Schreiben mit der guten Küche.

Blue Giraffe Island Dining, Sanibel Island

In der Einkaufsplaza Periwinkle Place gelegenes Restaurant, das leckere Burger und insbesondere tolle Desserts (New York Cheesecake mit integrierter Key Lime Pie) serviert.

Conch Republic Seafood Company, Key West

Direkt am Wasser gelegenes Seafood-Restaurant mit relaxtem Ambiente, gutem und kreativem Essen und häufiger Live-Musik. Toller Ausblick auf den Hafen und die Pelikane!

Key West Key Lime Pie Co., Key West

Alles, was man mit und aus den kleinen, herrlichen Key Limes, einer besonderen Limettensorte, machen kann, bekommt man hier. Teilweise auch Fertigmischungen, die gut in den Koffer passen – und das in wunderhübschen Designs.

Key West Lime Shoppe, Key West

Ebenfalls Rezepten in Sachen Key Limes und entsprechenden Desserts – auf der Website gibt es sogar Rezepte rund um die Key Lime.

Mattheesson's, Key West

Wie in vielen anderen Läden in Key West auch gibt es hier Key Lime Pie on a stick, dipped in chocolate, also Frozen Key Lime – sowas von lecker!

Red Lobster, USA

Restaurantkette mit hervorragendem Essen und ebensolchen Preis-Leistungsverhältnis. Insbesonders die Cheddar Bay Biscuits, die Salate und die Surf & Turf-Combos sind ein Hit. Die Nachspeisen sehen auch verlockend aus, doch nach den Hauptspeisen ist das meist nicht mehr machbar.

Tommy Bahama's Restaurants, USA

Karibikfeeling zum Essen und Genießen! Kreative, hübsche Gerichte in tollem Ambiente.

Margaritaville, USA

Jimmy Buffets Restaurantkette ist Amerika pur: Riesenburger, Riesendrinks, uriges Ambiente – und passende Musik noch dazu.

SHOPPEN

Publix-Supermärkte, Florida

Meine Lieblingssupermarktkette in Florida. Die stylishen Kuchen und Cupakes für Weihnachten und Silvester mag ich besonders! Aber auch die Obstauswahl und die Gratis-Rezeptkarten sind toll...

Wilford & Lee, Sanibel Island, FL und andere Orte

Auch wenn die Website nicht so aussieht – hier gibt es allerlei witzige Home Accents! Die Grenze zum Kitsch ist auch hier fließend.

„Hundekuchen“ für Menschen bei Publix

Tipps zum Nachreisen: Strände, Essen & Shoppen (Fortsetzung)

Fantasea Seashells, Sarasota
Alles rund um die Muschel – für Heim und Garten, von Tischdeko bis zu wunderhübschen Kissen.

Island Style Galleries, Key West & Sanibel Island
Kunst und Kunsthandwerk im Insel-Look. Teilweise echt toll!

7 Artists Gallery, Key West
Kunst und Kunsthandwerk mit tropischem Touch, etwa von Pam Hobbs!

Pop Culture Vault, Key West & Sarasota
Tolle moderne Kunst, etwa von Dan Mackin mit seinen auf Originallandkarten gemalten Inselmotiven.

Pier 1 Imports, USA
Ein sehr vielfältiger Einrichtungsladen mit kreativer Küchenabteilung: witzige Spießchen, kesse Santa-Schürzchen und andere Gimmicks und Geschenkideen inklusive.

Anthropologie, USA
Die Kette, die sich gerade in Europa großer Beliebtheit zu erfreuen beginnt, bietet ausgefallene Mode, Schmuck und Einrichtungsgegenstände, witzig bestickte Servietten, tolle Teller und sehr vieles mehr.

World Market, USA
Ein Riesenladen mit Artikeln aus aller Welt: Lebensmittel, Möbel und Deko.

Williams-Sonoma, USA
Eine Küchenutensilienkette, die neben Geschirr auch tolle Backformen, außergewöhnliche Gewürze, Muffinhütchen und sonstige Gimmicks für wunderbare Koch- und Backwerke anbietet. Außerdem gibt es eine eigene Kochbuchserie.

Sur la Table, USA
Französisch angehauchte Küchenartikel mit Stil.

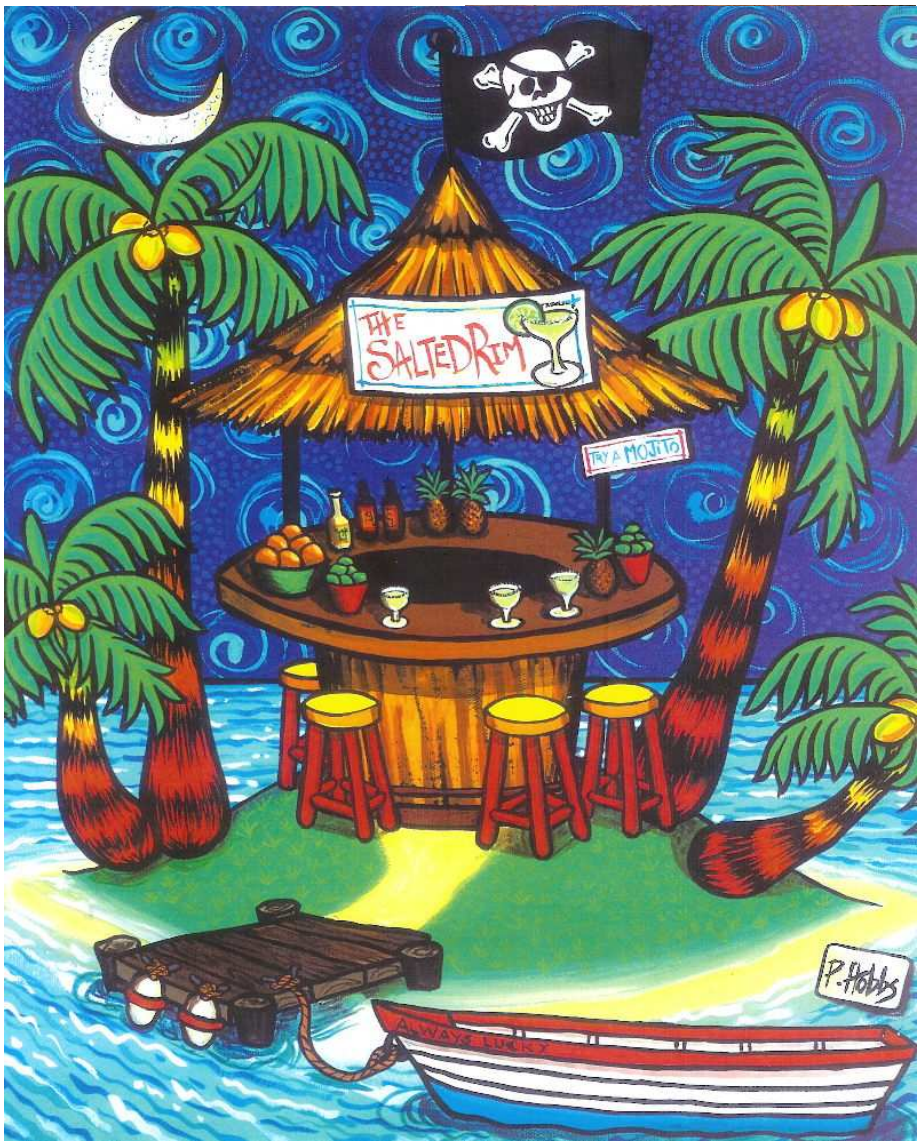
Bed, Bath & Beyond, USA
Eine Riesenkette mit allem, was man fürs Wohnen brauchen könnte, theoretisch und im Online-Shop auch mit einer großen Auswahl an der von mir so heiß geliebten „Coastal Wall Art". Aber auch tolle Küchenartikel sowie an der Kassa die genialen schokoüberzogenen Brookside Pomegranate- und andere Fruchtsäckchen.

Super Target, USA
Alles fürs Lebens, von Lebensmitteln über Gewand bis zu Möbeln und manchmal auch ein Hauch von Coastal Art. Der große Bruder von „Target" kann was!

Papyrus, USA
Die wunderbarsten Glückwunschkarten und Papierartikel, die man sich nur vorstellen kann!

Michaels, USA
Ein Paradies auch für die unersättlichsten Bastlerinnen, oft mit tollen Sonderangeboten über facebook.

Coastal Wall Art von Bed, Batch & Beyond



Kunst aus Key West: Pam Hobbs und ihr „Salted Rim", eine Anspielung auf die Margaritas mit Salzrand

Tipps zum Nachreisen: Strände, Essen & Shoppen (Fortsetzung)

Tropical Fabrics, Key West
Stoffe, Knöpfe und verführerische Quilt- & Patchworking-Schnittmuster, etwa für Quilt-Decke mit Sonnenflair, mitten in Key West. Das Ergebnis kann sich bereits sehen lassen, denn ich habe kürzlich meine allererste Patchwork-Decke fertig gestellt! Beach Huts, what else?

Three Crafty Ladies, Sanibel Island
Alles zum Quilten gibt es in diesem schnuckeligen Laden auf der Durchzugsstraße von Sanibel Island. Ein Fixstopp für den Quilt-Nachwuchs.

Tower Gallery, Sanibel Island
Eine nette Galerie in einer wunderhübschen alten Holzvilla. Besonders sehenswert: die Fotocollagen von Kim Hambor mit Inselmotiven!

Chadwick Square, Captiva Island
In dieser Einkaufsplaza verstecken sich nicht nur ein köstliches, wenn auch sehr teures Deli für das Picknick am nahe gelegenen Strand, sondern auch ein T-Shirt- und Souvenirladen mit echt feinen Sachen fernab von Touristenkitsch!

Periwinkle Place, Sanibel Island
Eine Einkaufsplaza mit netten Shops und der Blue Giraffe mit gutem Essen.

Tahitian Gardens, Sanibel Island
Eine Einkaufsplaza, in der u.a. auch der Life is good T-Shirt Store beheimatet ist.

Bayside Marketplace, Miami
Am Hafen von Miami gelegene Ansammlung von Restaurants und kleinen Läden. Live-Musik, Möwengeschrei und viel Flair! Eine richtig gemütliche Outdoor Shopping Mall. Von hier kann man auch in den kostenlosen „Peoplemover“ einsteigen und sich bei einer Bahnfahrt über und durch die Stadt ein Bild von Miami machen!

Save the Date: Designpfad Neubaugasse 10. bis 12. Mai 2012!

Wo derzeit nur meine Bücher in der Auslage zu sehen sind, wird es beim Designpfad in der Neubaugasse im Mai auch Kostproben, Buchverkauf und ein Gewinnspiel rund um „Genussvoll um die Welt“ geben.

Ich werde am Freitag, den 11. Mai von 17 bis 21 Uhr persönlich anwesend sein, Bücher signieren und mich mit Euch freuen, wenn Ihr unter den glücklichen Gewinnern seid.

Als Gewinn werden zwei Leinwandcollagen mit Urlaubsflair zur Verfügung gestellt!

Mehr über das Programm und die anderen Teilnehmer in der umliegenden Gegend findet Ihr in Kürze auf www.designpfad.at!

Ich freue mich auf Euren Besuch und einen Plausch! Bitte weitersagen...

In der nächsten GENUSSMEILE: Spanische Tapas aus Barcelona

Von wunderbar sonnigen Wintertagen in Barcelona habe ich ebenso wunderbare Tapas-Ideen mitgebracht. Ideal für gemütliche Nachmittage mit Freunden oder die nächste Gartenparty!

Am 12. April ist wieder Genusstag! GENUSSMEILE 32 entführt Euch diesmal nach Spanien, genau genommen nach Barcelona, und sorgt mit der fröhlichen Architektur im Stil von Antonio Gaudí und leckeren Tapas nach katalanischer Art für frühsommerliche Leichtigkeit und Beschwingtheit. Hasta luego!

IMPRESSUM

Herausgeberin:
Andrea Farthofer

Web: www.facettenreich.at
Mail: andreaf@facettenreich.at
Telefon: +43-1-26 42 290

BESTELLUNGEN

www.facettenreich.at
> *Bestellen*