Ausgabe 30, Februar 2012

DER NEWSLETTER FÜR KULINARIK & REISEN AUS DEM FACETTENREICH

Florida: Sunshine Kitchen Reloaded

Inhalt

Verliebt in Key West & Islamorada.....2
Put a little HAPPY in your HOURS.....3
REZEPT: Key Lime Pie French Toast.....4
REZEPT: Fried Tomatoes.....5
REZEPT: Sesam-Tunfischfilet-Salat.....6
REZEPT: Mango-Gurken-Kokos-Salat..7
REZEPT: Sonnenscheinsalat.....8
REZEPT: Tostones rellenos.....9
REZEPT: Lachs & Limetten-Kokosreis10
REZEPT: Muschelpasta.....11
REZEPT: Key Lime Pie-Eis.....12
REZEPT: Happy Happy Zitrus-Tarte...13
REZEPT: Zitronen-Schoko-Dessert....14
REZEPT: Rum Runner.....15
Infos aus dem Facettenreich.....16
Weitere Sonnenscheinrezepte.....17
Tipps zum Nachreisen.....18
Insider-Tipp.....21

Neues aus der Sonnenscheinküche Floridas

Die Sonnenscheinküche ist zurück! Und das aus gutem Grund: Denn zu Weihnachten hat sich bestätigt, was sich bereits im Vorjahr abgezeichnet hat: die Küche Floridas macht richtig fröhlich!

Die Zitrusfrüchte auf den beliebten Farmers Markets zwinkern einem zu, wollen in Kuchen, aber auch in Salaten und Hauptspeisen strahlen, die Gewürzmischungen funkeln um die Wette, und das tun dann bald auch die Besucher, die – Weihnachtsmütze auf dem Kopf, bunte Shorts am Bein – ihre prall gefüllten Körbe nach Hause tragen.

Dankenswerterweise bieten die meisten dieser Wochenmärkte auch die Gelegenheit, frisch zubereitete Köstlichkeiten zu verkosten, während man in aller Ruhe überlegt, wofür man denn diese drei wunderbar rosa Grapefruits verwenden könnte, die Pomelo, die Mango, die Sternfrucht und die unverzichtbaren und typisch floridianischen Key Limes. Erst wenn ich ein Säckchen dieser Mini-Limetten eingekauft habe, fühle ich mich in Florida angekommen. Selten waren Vitamine so verlockend wie in Florida. Das soll diese GENUSSMEILE unter Beweis stellen. Viel Spaß!

Andrea

Versöhnt mit Key West, verliebt in Islamorada und den Weihnachtsmann in Shorts

Aber vielleicht einfach der Reihe nach: die Tatsache, dass wir mit Key West noch eine Regen-Wolken-Rechnung offen hatten, war natürlich nicht der Hauptgrund, warum wir schon wieder um Weihnachten nach Florida mussten. Aber mitgespielt hat es natürlich schon, denn ich bin eine große Verfechterin der Gerechtigkeit und bin mit zweiten Chancen gerne auch großzügig.

Sicherheitshalber ließen wir uns diesmal etwas mehr Zeit auf der Fahrt von Miami nach Key West. Und das war gut so: denn auf Islamorada, einer der Inseln auf den Keys, entdeckten wir ein idyllisches Plätzchen, an dem man direkt am Wasser sitzend den Pelikanen und dem unglaublich türkisen Meer bei ihrem Treiben zusehen und nebenbei hervorragend frühstücken kann. Ich wusste gar nicht, wie gut frische Krabben zum Frühstück schmecken! Dass es neben „Robbie‘s of Islamorada“ auch noch tolle Sonnenbrillenstände mit Schnäppchenpreisen gab, ist da nur ein Detail am Rande.

Als wir dann in Key West ankamen, erwartete uns wunderbares Wetter, ein ebensolcher Sonnenuntergang und ebensolches Essen mit kubanischem Einschlag. Die letztjährigen Ich-muss-mir-eine-Fleecewestekaufen-Temperaturen waren schnell vergessen. Und die tropischen Regenschauer saßen wir entspannt in den netten Cafés aus, um uns für die nächsten Galerienbesuche zu stärken. Kunst, Musik und ein „Laid back“-Feeling prägen diese Stadt und machen sie herrlich einzigartig.

Sonnenuntergang am Mallory Square von Key West

Auf dem Rückweg konnten wir übrigens nicht umhin und mussten erneut bei „Robbie‘s of Islamorada“ Halt machen. Dort findet Ihr mich, wenn ich wieder mal ganz weit weg zu sein scheine! Ebenfalls aus Key West stammt mein neues Lebensmotto: Put a little HAPPY in your HOURS! Der Slogan in Key West, den alle Bars als Werbung für ihre Cocktailkarten verwenden, lautet nämlich: „It‘s always five o‘clock somewhere“. Und wo sie Recht haben, haben sie eben Recht!

Mein neues Florida-Lebensmotto: Put a little HAPPY in your HOURS

Jetzt habe ich es schon verraten, mein neues Motto, aber was soll's? In Florida scheint es so leicht zu sein, das kleine bisschen Glück zu finden, zu horten und in den Alltag einfließen zu lassen. Aber vielleicht kann man es ja auch importieren?

Wer sagt, dass wir unsere Briefkästen nicht auch mit Weihnachtsdeko verzieren können, wie das mit den lustigen Mailboxes (sehr beliebt die Delfin- und die Manatee-Form) keine Seltenheit ist? Auch wir könnten den Straßenlaternen Weihnachtsmützen überziehen, unsere Hunde als Doggie Claus kleiden, den Adventkranz mit Flip Flops verzieren und uns ein klein wenig weniger um das kümmern, was andere von uns denken. Keine Angst, ganz so schlimm wird es nicht werden bei mir, aber ein bisschen mehr Freiheiten im Alltag – das fände ich schön! Wer macht mit?

Ich überlege schon mal, welche Verrücktheiten ich seit Langem im Sinn hatte und die ich unter dem neuen Motto problemlos legitimieren kann. Gegebenenfalls nehme ich auch gerne Vorschläge und Anregungen für etwas Verrücktheit im Alltag entgegen. Wie hat schon Monaco Franze weise gesagt: „A bissl was geht immer!", und das müsste doch auch fürs kleine Glück zwischendurch gelten.

Die Pelikane von Islamorada & das türkiseste Meer

Key Lime Pie French Toast – Die Frühstückskrönung

Alleine die Erinnerung an dieses Frühstückswunder lässt Key West-Gefühle hochkommen! Hier wird zwischen leckere French Toast-Scheiben eine Scheibe Key Lime Pie geschoben, die dann zwischen den warmen gebratenen Toast-Scheiben zart anschmilzt! Dazu stelle man sich das Ambiente unter Palmen, die laue Morgenluft und das relaxte Flair von Key West vor. Ein Traum!

ZUTATEN

Für 2 Personen

Für die French Toast
4 dicke Scheiben Brioche
1 Ei
Etwas Milch
Etwas Zimt
Etwas brauner Zucker
Etwas Butter

Für die Key Lime Pie
1 Lage Vollkorn-Biskotten (100 g)
60 g Butter
2 Tuben Kondensmilch (je 170 g)
90 g Creamcheese
120 ml frischer Limettensaft
(ca. 3-4 Limetten)
1 Ei

Für das Beerenragout
4 EL gemischte TK-Beeren
2 EL brauner Zucker
1-2 EL Zitronensaft

ZUBEREITUNG

Backrohr auf 160 Grad vorheizen. Für den Boden Butter schmelzen. Biskotten in einer Plastiktüte mit dem Fleischhammer auf einem Schneidbrett fein zerkrümeln. In die geschmolzene Butter rühren und diese Mischung in eine ausgefettete rechteckige Form drücken. Für die Fülle alle Zutaten mit der Gabel gut verrühren. Gleichmäßig auf dem Boden verteilen und 20-30 Minuten backen. Gut auskühlen lassen.

Für das Beerenragout alle Zutaten bei geringer Hitze einköcheln lassen und abschmecken. Zum Eindicken bei Bedarf 1 EL Wasser mit etwas Maisstärke verrühren und diese Mischung dann unter das Ragout mengen.

Für den French Toast Brioche halbieren. Ei, Milch und Zimt in einem Teller verrühren. Brioche von beiden Seiten darin wenden. In braunen Zucker tauchen und in etwas zerlassener Butter von beiden Seiten braten. Abwechselnd French Toast, eine Scheibe Key Lime Pie und eine weitere Scheibe French Toast auf den Tellern anrichten und mit dem warmen Ragout servieren.

Fried Green / Red Tomatoes – Knusprig gebratene Tomaten

Seit ich den Film „Fried Green Tomatoes“ gesehen habe, wollte ich wissen, wie diese schmecken. Am Farmer‘s Market von Cape Coral entdeckte ich dann die grünen Tomaten und bekam auch gleich einen Kochtipp dazu. Mit festen roten Tomaten klappt das Ganze auch vorzüglich.

ZUTATEN

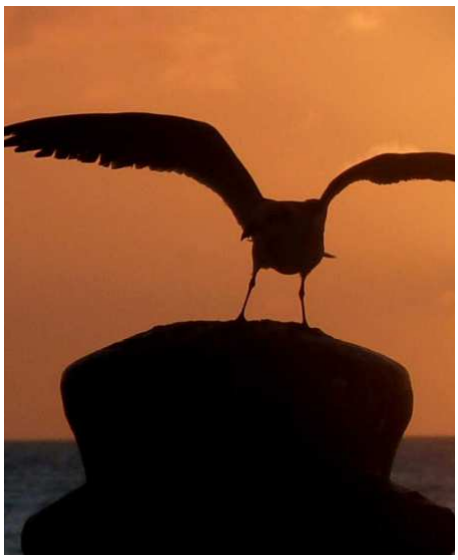
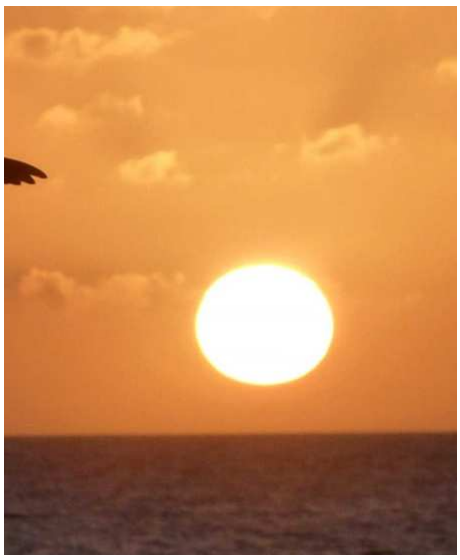
Für 2 Personen

2 grüne Tomaten (eigene Sorte) oder
2 feste, große rote Tomaten
Etwas Mehl
Eine Prise Backpulver
1 Ei
3 EL Buttermilch
3 EL Semmelbrösel (möglichst grob)
Etwas Knoblauchpulver
Etwas Zwiebelpulver
Etwas getrockneter Thymian
Etwas Paprikapulver
Etwas Öl zum Braten

ZUBEREITUNG

Tomaten in fingerdicke Scheiben schneiden und salzen. Mehl und Backpulver auf einem Teller vermengen. Tomatenscheiben zuerst darin wenden. In einem zweiten Teller Ei und Buttermilch verquirlen und Tomatenscheiben durchziehen. Auf einem dritten Teller Semmelbrösel und Gewürze vermischen. Tomatenscheiben in dieser Mischung wenden.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Tomaten von beiden Seiten darin braten. Mit einem Dip oder einer Zitronenscheibe servieren oder als Beilage zu einer Hauptspeise genießen.

Rucola-Salat mit marinierten Sesam-Tunfischfilets, Mango & Avocado

Dieser marinierte und zart gegarte Tunfisch mit zwei Sorten Sesam garantiert einen kulinarischen Höhenflug. Die Kombination mit Rucola, Mango und Avocado ist unschlagbar.

ZUTATEN

Für 2 Personen

Für die Tunfisch-Marinade
4 EL Soja-Sauce
1 EL Sesamöl
1 EL Honig

Zum Braten
Etwas Sesamöl
2 Tunfischfilets (je 125 g)
Etwas heller Sesam
Etwas schwarzer Sesam (aus dem Asia-Laden bzw. vom Wiener Naschmarkt)

Für den Salat
2-3 Handvoll Rucola-Salat
1 Mango
1 Avocado
Etwas Zitronensaft
Eventuell 2 Knoblauchzehen

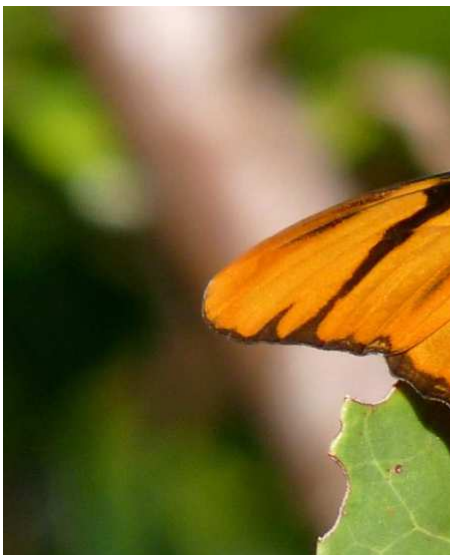
Für die Salat-Marinade (optional)
Zusätzlich zur Tunfisch-Marinade
1 EL Reisweinessig

ZUBEREITUNG

Mango schälen und in Spalten schneiden. Avocado schälen, in Spalten schneiden und sofort mit Zitrone beträufeln. Salat, Mango- und Avocadospalten auf den Tellern verteilen.

Die Zutaten für die Marinade in einer Schale verrühren. In zwei weitere Schalen etwas schwarzen bzw. hellen Sesam geben. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Tunfischfilets in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Hälfte davon durch die Marinade ziehen und im hellen Sesam wenden. Von beiden Seiten kurz braten. Herausnehmen. Die restlichen Tunfischstücke durch die Marinade ziehen und im schwarzen Sesam wenden und braten. Auf dem Salat anrichten. Die restliche Marinade mit dem Reisweinessig aufgießen und über den Salat träufeln.

Tipp: Wer will, brät vor den Tunfischfilets ein paar dünne Knoblauchscheiben knusprig und verteilt diese auf der Avocado.



Mango-Gurken-Karotten-Salat mit Kokos-Chips

Asiatisches Flair auf bunter Gemüse-Obst-Kombination: dieser Salat mit Kokos-Chips sieht nach Sommer aus und schmeckt auch so. Ganz wunderbar!

ZUTATEN

Für 2 Personen

1/2 Mango
1/2 Gurke
2-3 Karotten
1 Handvoll Kokos-Chips (z.B. von Hofer/Aldi, ersatzweise sehr grobe Kokosraspel)
Etwas schwarzer Sesam
Etwas Spritzer Zitronenessig
Etwas Spritzer Sesamöl

ZUBEREITUNG

Mango schälen und in dünne Streifen schneiden.

Gurke und Karotten ebenfalls schälen und in dünne Stifte schneiden.

Kreuz und quer auf den Tellern anrichten. Salzen und mit Essig und Öl marinieren.

Kokos-Chips und Sesam darüber verteilen.

Tipp: Wenn ich Kokos-Chips ergattere, friere ich diese gerne ein. Dann halten sie richtig lange und man kann jederzeit einen Salat damit aufwerten. Die Chips sind bei Zimmertemperatur innerhalb von ein paar Minuten aufgetaut und einsatzbereit!

Sonnenscheinsalat mit Mango, Speck und Blue Cheese

In Florida sind wir immer wieder auf Spinatsalate gestoßen. In der Kombination mit der ebenfalls sehr beliebten Mango wird daraus ein wahrer Sonnenscheinsalat. Die typisch amerikanischen Pimp-my-salad-Zutaten in Form von gebratenem Speck und etwas Blauschimmelkäse dürfen auch nicht fehlen.

ZUTATEN

Für 2 Personen

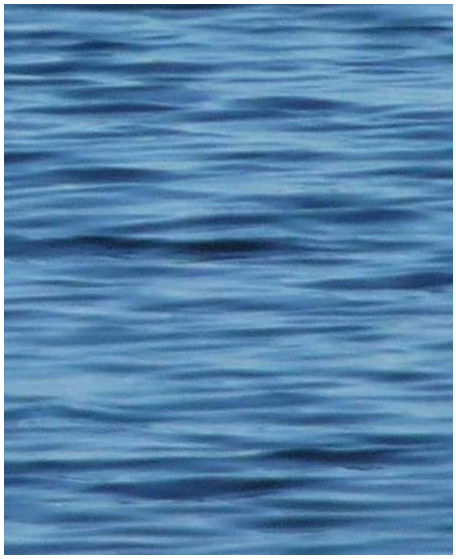
Frischer Blattspinat
2-3 Scheiben Speck
1 Mango
50 g Blauschimmelkäse
1 Limette

ZUBEREITUNG

Blattspinat auf Teller verteilen. Mit etwas Limettensaft sowie Salz und Pfeffer würzen.

Mango schälen und in Spalten schneiden und auf dem Salat anrichten.

Speck in kleine Stücke schneiden und knusprig braten und ebenfalls auf den Tellern verteilen. Blauschimmelkäse darüber zerkrümeln.



Tostones rellenos – Pikant gefüllte Kochbananen nach Kuba-Art

Diese kubanischen Köstlichkeiten haben wir in Miami mehrfach gegessen. Die Kochbananen werden zunächst in Form von Körbchen frittiert (Know-how oder das richtige Tool ist das Um und Auf!) und dann mit unterschiedlichen Fleisch- oder Fischkreationen gefüllt.

ZUTATEN

Für 2 Personen

Für die Tostones
2 Kochbananen (aus dem Asia-Laden)
Öl zum Frittieren

Für die Hühnerfülle
100 g Hühnerfilet
Etwas Öl
1 roter Paprika
1 Frühlingszwiebel
2 Knoblauchzehen
4 EL griechisches Joghurt
(oder Sauerrahm)

Tipp: Sehr beliebt sind in der kubanischen Küche auch knusprig frittierte dünne Kochbananenscheiben. Diese werden kalt als Snack gereicht. Dafür die Kochbananen sehr dünn schneiden und ebenfalls zweimal frittieren. Dazu passen auch sehr gut diverse Dips.

ZUBEREITUNG

Kochbananen schälen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Reichlich Öl in einem Topf erhitzen und die Scheiben darin von beiden Seiten ein paar Minuten frittieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die frittierten Scheiben in kleine Muffinförmchen setzen und mit einem Gläschen oder Eierbecher, der einen Hauch kleiner ist als die Muffinvertiefung, in die Formen pressen, sodass Körbchen entstehen. Diese dann erneut frittieren.

Wer das Formen der Körbchen zu mühsam findet, kann die Tostones auch einfach nur mit dem Boden einer Pfanne flach drücken und erneut frittieren und diese Scheiben dann ähnlich einer Mini-Pizza mit der Fülle belegt servieren. Nettes Fingerfood!

Für die Hühnerfülle das Filet in kleine Stücke schneiden. Gemüse putzen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und Gemüse und Huhn darin garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Joghurt einrühren, sodass eine cremige Fülle entsteht. Tostones-Körbchen damit füllen bzw. Tostones-Scheiben damit belegen und warm servieren.

Gegrillter Lachs mit Chili-Limetten-Butter & Kokos-Limetten-Reis

Unsere floridianische Weihnachtshauptspeise war nicht zuletzt dank Limetten und Kokos ein voller Erfolg. Die Chili-Limetten-Butter sowie der Kokos-Limetten-Reis waren die perfekte Begleitung für den gegrillten Lachs, den sternenklaren Himmel und den lauen Weihnachtsabend.

ZUTATEN

Für 2 Personen

Für die Chili-Zitronen-Butter
100 g Butter
1 EL Limetten- oder Zitronenzeste
2 Knoblauchzehen
Chilipulver nach Geschmack

Für den Kokos-Limetten-Reis
1/2 Tasse Jasminreis
1/2 Tasse Kokosmilch Light
Etwas Limetten- oder Zitronenzeste
1 EL frischer Limettensaft

Für den Lachs
Etwas Butter
2 Knoblauchzehen
2 Lachsfilets

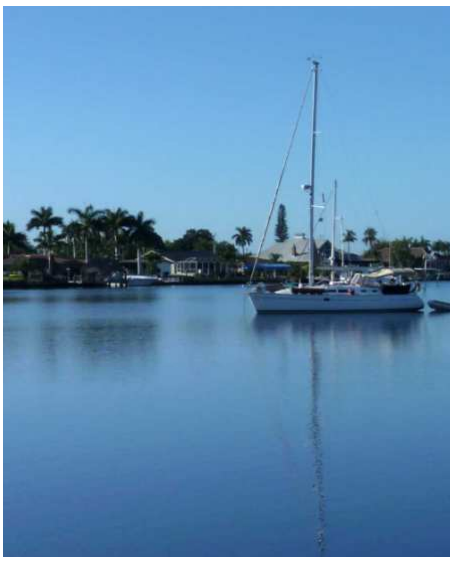
Tipp: Im Reis machen sich auch gehackte rote Chilis sehr gut, sie sind eine optische und geschmackliche Bereicherung!

ZUBEREITUNG

Für die Chili-Zitronen-Butter Knoblauchzehen fein hacken und mit den restlichen Zutaten vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einen länglichen Streifen auf Alufolie auftragen und diese dicht einrollen. Einfrieren und zum Servieren in Scheiben schneiden.

Für den Kokos-Limetten-Reis die Kokosmilch mit der doppelten Menge Wasser und etwas Salz aufkochen. Reis einrühren und zugedeckt bei geringer Hitze garen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Zuletzt Zeste und Saft einrühren.

Lachsfilets mit dem gepressten Knoblauch einreiben und in etwas Butter von beiden Seiten braten. Salzen und pfeffern. Mit der Chili-Zitronen-Butter und dem Kokos-Limetten-Reis sowie ein paar Limettenscheiben servieren.



Sonnenschein-Muschelpasta mit Tunfisch & Grapefruit

Große und kleine Muschelpasta erinnern an Strandspaziergänge wie jenen am 1. Januar 2012 am endlos langen Sandstrand des Fort de Soto Park. Mit Tunfisch, roten Zwiebeln und der rosa Grapefruit wird das Pastagericht richtig sonnig.

ZUTATEN

Für 2 Personen

Conchiglie-Pasta groß und normal
2 Knoblauchzehen
1 rote Zwiebel
Etwas Öl
1 Dose Tunfisch
1 rote Grapefruit
1 Frühlingszwiebel oder ein paar Zuckerschoten
4 EL griechisches Joghurt

Zum Servieren
Etwas Salat

ZUBEREITUNG

Für die Fülle Knoblauch und Zwiebel schälen und fein hacken. In etwas Öl braten. Frühlingszwiebel oder Zuckerschoten fein hacken und kurz mitbraten. Tunfisch unterrühren. Joghurt untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pasta nach Packungsanleitung zubereiten.

Grapefruit schälen, filetieren und die Filets dritteln. Unter die Fülle heben. Die großen Muscheln mit der Tunfischmasse füllen und auf dem Salat anrichten. Kleine Muscheln ebenfalls auf dem Salat anrichten und restliche Sauce rundherum anrichten.

Key Lime Pie On A Stick – Geeiste schokoüberzogene Key Lime Pie

Diese Köstlichkeit ist eine geniale Erfindung, die man vor allem in Key West an jeder Ecke bekommt. Dabei wird ein Stück der herrlichen Key Lime Pie auf einem Stäbchen tiefgefroren und mit Schokolade überzogen. Während man durch die legendäre Duval Street schlendert, in die Auslagen guckt und das karibisch inspirierte Leben genießt, kann man sich so herrlich erfrischen.

ZUTATEN

Für 6 Eiscreme-Portionen

Key Lime Pie laut Rezept von Seite 4.

6 Eisstäbchen (aus dem Bastelladen)

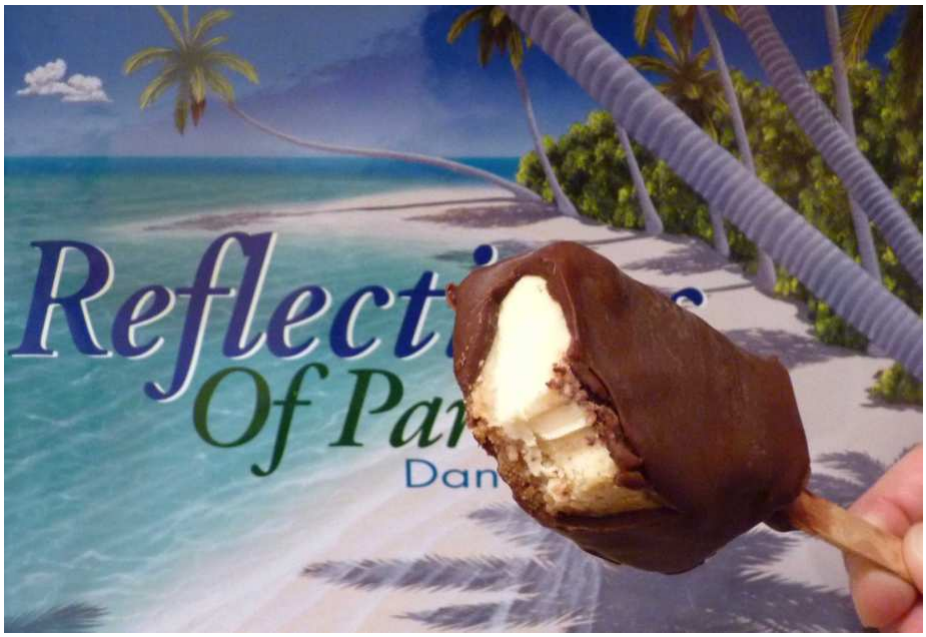
Für die Glasur
100 g Kuvertüre (ich bevorzuge Vollmilch zum Zitronengeschmack)

Eventuell etwas Streusel oder andere Zuckerdeko, z.B. Mini-Gummi-Zitronenscheibchen

ZUBEREITUNG

Key Lime Pie nach Rezept auf Seite 4 zubereiten. Im Kühlschrank sehr fest werden lassen. Vorsichtig in eisportionsgroße Rechtecke schneiden und ein Eisstäbchen (aus dem Bastelladen) einschieben. Auf Backpapier für einige Stunden in den Tiefkühler legen.

Schokoladenkuvertüre in einem kleinen Topf schmelzen. Die Key Lime Pie on a Stick aus dem Tiefkühler nehmen und mit der Kuvertüre übergießen. Bis die Schokolade fest ist, mit den Stäbchen in einen Styroporblock stellen. Danach bis zum Verzehr im Tiefkühler aufbewahren. Wer will, kann durch das Aufstreuen von Streusel etc. kleine Kunstwerke aus dem Zitroneneis machen. Dieser muss aber sofort nach dem Auftragen der Schokolade auf den einzelnen Sticks geschehen, da diese sonst fest wird und der Streusel nicht mehr hält.



Happy Happy Zitrus-Tarte

Der Anblick dieser Sonnenschein-Tarte ist schon fast Garant für gute Laune. Daher war sie die ideale Besetzung für den Posten als Weihnachtsdessert 2011. Die süßeste und sonnigste Vitamindiät, die man sich nur vorstellen kann...

ZUTATEN

Für 1 Springform (26 cm)

Für den Teig
4 EL Kokosflocken
250 g Mehl
80 g Staubzucker
80 g kalte Butter

Für den Belag
2-3 EL Kirsch- oder Himbeermarmelade oder Lemon Curd
Gemischte Zitrusfrüchte, wie Orange, Blutorange, Grapefruit oder Sternfrucht

Tipp: Für noch mehr Zitrusflair kann diese Tarte anstelle der Marmelade auch mit Lemon Curd bestrichen werden.

ZUBEREITUNG

Backrohr auf 180 Grad vorheizen. Kokosflocken in einer beschichteten Pfanne trocken anrösten, bis sie zu duften beginnen. Gut auskühlen lassen.

Für den Teig Kokosflocken, Mehl und Zucker in einer Schüssel gut verrühren. Butter in Stücke schneiden und zugeben und mit den Händen zu einer krümeligen Masse verkneten. Nach und nach 3 EL Wasser untermengen, bis ein geschmeidiger Teig entsteht, der sich vom Rand der Schüssel ablöst. Teig entsprechend der Form auf einer bemehlten Fläche ausrollen und die Form damit auslegen. Ränder seitlich hochziehen. Überstehende Ränder abschneiden. 25-30 Minuten backen. Gut auskühlen lassen. Mit Marmelade bestreichen und mit den aufgeschnittenen Früchten nach Lust und Laune belegen.

Zitronen-Schoko-Dessert mit Überraschungsbaisers

Dass Schokolade und Zitrone gut zusammenpassen, beweist dieses Dessert. Schließlich wird Zitrone mit jedem Florida-Urlaub noch unverzichtbarer...

ZUTATEN

Für 4 Gläschen

Für die Baisers & Baiserstreusel
2 große Eiklar
130 g Staubzucker

Für die Schokocreme
40 g dunkle Schokolade (70%)
40 g Magermilch
2 EL Schlagobers
1 TL Kristallzucker

Für die Zitronencreme
90 g Kristallzucker
15 g Maizena (Maisstärke)
120 ml kochendes Wasser
2 Dotter
40 ml Zitronensaft (ca. 1 große Zitrone)
1 EL Butter

Zum Dekorieren
Ein paar Pekannüsse

Tipp: Wenn man die Gläser gleich nach dem Eingießen der Schokocreme ein wenig schwenkt, erzielt man damit einen hübschen wellenförmigen Look.

ZUBEREITUNG

Backrohr auf 200 Grad vorheizen. Staubzucker auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech 10 Minuten erwärmen. Eiklar schaumig schlagen. Heißen Zucker langsam unterrühren, bis eine feste, seidige Masse entstanden ist. Backrohr auf 110 Grad zurückdrehen. Golfballgroße Kreise auftragen oder aufspritzen. Baisers 50-60 Minuten backen und bei ausgeschaltetem Backrohr und geöffneter Tür vollständig erkalten lassen.

Für die Schokocreme Schokolade, Magermilch, Schlagobers und Zucker aufkochen. Auskühlen lassen. Auf die 2 Gläser verteilen.

Für die Zitronencreme Kristallzucker, Maizena und kochendes Wasser in einem Topf verrühren. Erhitzen und verrühren, bis sich Zucker und Maisstärke aufgelöst haben. Die Dotter in einer Schale verrühren und nach und nach ein Viertel der Zuckermasse einrühren. Dann die Dottermasse in die restliche Zuckermasse einrühren. Zitronensaft untermengen. Bei geringer bis mittlerer Hitze weiterrühren, bis die Masse eindickt. Vom Herd nehmen und die Butter einrühren. Auskühlen lassen. Löffelweise abwechselnd mit zerkrümelten Baisers auf der Schokocreme verteilen. Mit Pekannüssen verzieren.

Rum Runner – Ein kubanischer inspirierter Drink aus Miami

Dieser kubanisch angehauchte Cocktail fehlt in Miami kaum auf einer Speisekarte, und das ist gut so. Die Variationsbreite ist groß, Fixpunkte aber sind der Brombeer- und Bananenlikör.

ZUTATEN

Für 2 Gläser

10 Eiswürfel
4 cl Orangensaft
4 cl Ananassaft
4 cl Brombeerlikör (ersatzweise Cassis)
4 cl Bananenlikör (oder Bananensirup)
4 cl weißer Rum
4 cl dunkler Rum
1 Spritzer Grenadine

ZUBEREITUNG

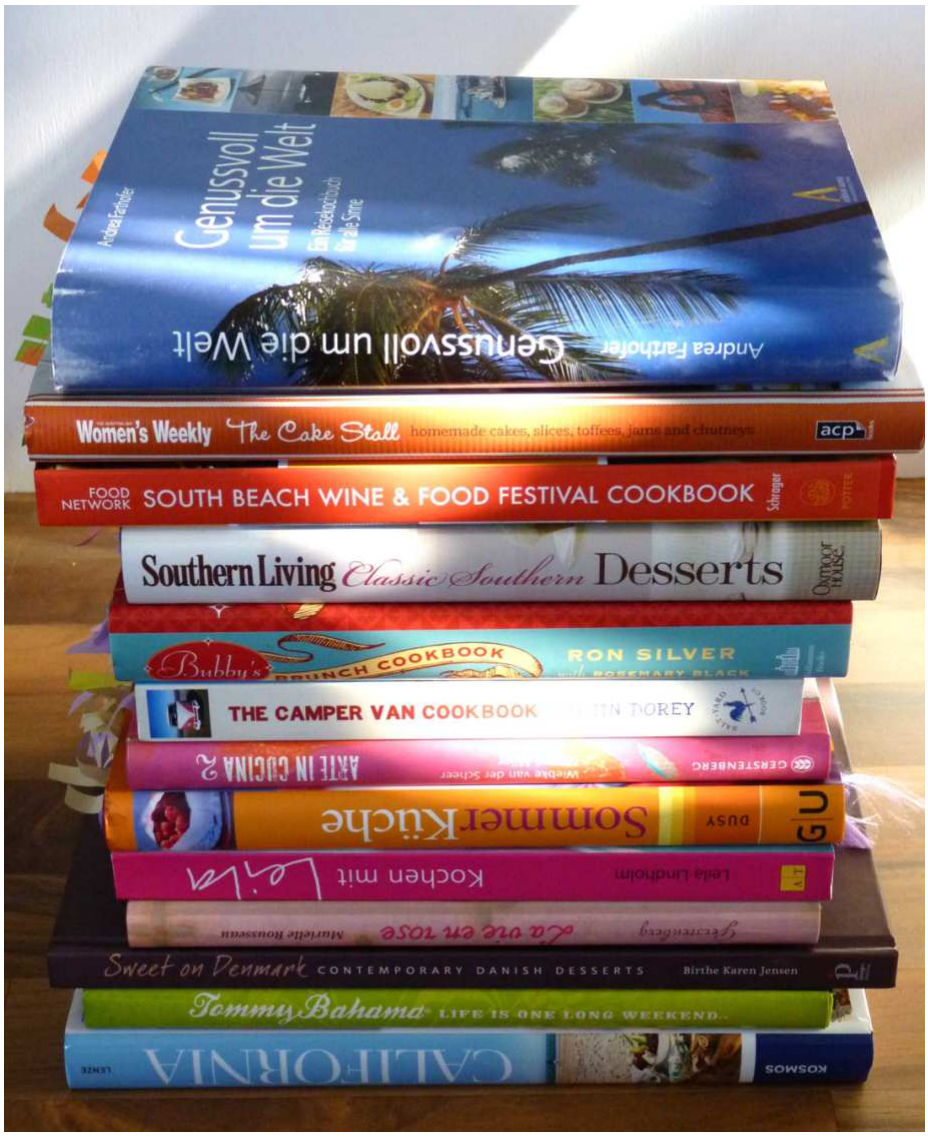
Eiswürfel in den Standmixer geben.

Restliche Zutaten zugeben und zu einem cremigen Drink mixen.

In hohe Gläser gießen und mit Schirmchen oder anderer Deko servieren.

Neu im Facettenreich: Kochbuchempfehlungen!

Dass eine Reise- und Genussautorin gerne in Büchern liest, mit denen sie sich Urlaubsflair ins Haus holen kann, sollte nicht verwunderlich sein. Manche Leute, die meine Bibliothek zu Gesicht bekommen haben, können sich allerdings des Eindrucks nicht erwehren, dass ich außer Büchern rein gar nichts im Sinn habe. Dass das falsch ist, stellt das Facettenreich hoffentlich außer Zweifel.



Ab 2012 möchte ich Euch an meinen besonderen Gustostückerln teilhaben lassen und stelle auf meiner Website jene Kochbücher, Lesebücher und allgemeine Reisebücher sowie andere urlaubsfeelingbringende Glücksboten vor, die ich ganz besonders mag.

Weiterhin wird es auch auf den Reise-Seiten neben Fotos und Reisetipps wie gehabt Buch- und Filmtipps für die jeweilige Region geben. In manchen Fällen findet Ihr die Buchtipps auch in meinen freitäglichen Glückspaketen im Blog.

Viel Spaß beim Schmökern, ob im Blog, auf der Webseite, in der GENUSSMEILE oder in „Genussvoll um die Welt“!

Save the Date! Designpfad Wien vom 10. bis 12. Mai 2012

„Genussvoll um die Welt“ kann man seit Ende 2011 auch im Reisebüro Odyssee in der Wiener Westbahnstraße bewundern – für die kleine Portion Fernweh zwischendurch gerade richtig.

Doch auch beim Designpfad von 10. bis 12. Mai ist das Buch mit von der Partie. Am Freitag, 11. Mai werde ich auch persönlich mit ein paar Kostproben aus dem Buch anwesend sein und freue mich auf alle Besucher und Besucherinnen. Wer das Buch an diesen Tagen vor Ort kauft, hat außerdem die Chance auf den Gewinn einer Leinwand-Collage mit Urlaubsflair. Ich freu mich auf Euch! Bitte weitersagen...

Weitere facettenreiche Sonnenscheinrezepte aus Florida

Floridianisch inspirierte Kochideen gibt es auch online im Facettenreich. Über den umfassenden REZEPTINDEX auf *www.facettenreich.at* > *Kulinarik* > *Bonusrezepte* > *REZEPTINDEX.*

Auch über *Kulinarik* > *Bonusrezepte* > *Nordamerika* > *USA* gelangt man zu vielen Speisen aus der Sonnenschein-küche sowie anderen Köstlichkeiten aus den USA! Besonders stark vertreten: meine neue Lieblingsfrucht, die Mango! Unbedingt probieren: Mango Colada, Mango mit Kokostopping, Mango-Bananen-Chutney und Mango Meatballs!

Mango-Fleischbällchen mit fruchtiger Sauce

Gegrillte Mango mit Kokostopping an Schweinekotelett

Gebackener Brie im Brötchen mit Mango-Chutney

It's always 5 o'clock somewhere: Mango Colada

Hühnerstreifen in Kokos mit Limettensenf

Conch Fritters – Gebackene Muschelplätzchen

Tuna Tataki mit Seetangsalat, knusprigen Wontons & Wasabi-Vinaigrette

Island Salad von den Florida Keys

Tipps zum Nachreisen: Wohnen & Besichtigen

WOHNEN

Best Western Plus on the Bay Inn & Marina, Miami Beach

Etwas außerhalb gelegenes Motel mit Pool und angeschlossenem netten Waterfront-Lokal (Shuckers Bar & Grill). Die Palmen sorgen für Tropenflair und das Self-Service-Frühstück ist offiziell ab 7 Uhr, de facto für Jetlag-geplagte Reisende aber bereits ab 6 Uhr geöffnet: Bagels, frische Waffeln, Joghurt – ein guter Start in den Tag. Kostenloses Parken und eine Busstation für den Ride into Town.

Clay Hotel, Miami Beach

Mehr Hostel als Hotel, aber saubere, geräumige Zimmer (obwohl die straßenseitigen angeblich sehr laut sein können und die hofseitigen die Küchenabgase abbekommen). Das Tolle: die Lage in der Espanola Street inmitten von kubanischen und mexikanischen Lokalen, direkt an der Washington Avenue und somit nur 2 Blocks vom Ocean Drive entfernt.

Villa Barra, Fort Myers

Kleine, gemütliche Villa mit fünf liebevoll eingerichteten Apartments in Fort Myers nur 30 Autominuten von den Trauminseln Sanibel und Captiva Island entfernt! Perfekt für Erkundungen der Westküste.

Beach Resort, Cape Coral

Stylishe, geräumige und gemütliche Apartments von denselben Vermietern, von denen wir im Vorjahr das Tampa Home in der Villa Barra gemietet hatten – diese aber mit Swimmingpool und abends beheiztem Whirlpool. Guter Ausgangspunkt für Erkundungen der Westseite Floridas, von Sanibel und Captiva Island und dem Lovers Key State Park. Wieder ausgezeichneter Service der Vermittler.

Blue Parrot Inn, Key West

Entzückende Holzvilla fast im Stadtzentrum von Key West mit üppiger Begrünung, kleinem Pool und viel Südstaatenflair!

Author's Key West, Key West

Urige kleine Anlage nahe dem Stadtzentrum mit toller Vegetation, nettem Innenhof, gutem Self-Service-Frühstück, kleinem Pool und dem typischen I love Key West-Flair!

Espanola Street, Miami – Kubanisches Lebensgefühl inklusive

Der traumhafte South Beach von Miami

Frühstück, kleinem Pool und dem typischen I love Key West-Flair!

BESICHTIGEN

Miami

Seit ein paar Jahren eine meiner Traumstädte, was sicherlich an der wunderbaren Lage inmitten und umgeben von herrlich blauem Wasser und meistens einem ebensolchen Himmel liegt! Die Innenstadt kann man mit dem kostenlosen „Peoplemover“ erkunden, einer Hochbahn, deren Streckenverlauf tolle Ausblicke und Einblicke auf die Stadt ermöglicht. Auch die einheimischen Passagiere können sehr unterhaltsam sein. Dann wäre da noch der herrliche Strand von South Beach, der legendäre Ocean Drive, das nette Miami Beach und die vielen netten Lokale. Außerdem kann man am South Beach nun auch Fahrräder zu erschwinglichen Preisen im Selbstverleih mieten (viele Anmiet- und Abgabestationen) und damit die Gegend erkunden.

Key West

Einigermaßen touristisch, aber auch einigermaßen umwerfend. Traumhafte Sonnenuntergänge und manchmal tropische Regengüsse, die man entspannt in einem der netten Cafes auf einer überdachten Terrasse aussitzen kann. Dazwischen flaniert man durch die Stadt: überall dringt Musik aus den Lokalen, Kunst und

Tipps zum Nachreisen: Wohnen & Besichtigen (Fortsetzung)

Pelikane, Fische und schräge Vögel beobachten. Hier möchte ich mal ein Buch schreiben, jawohl!

St Petersburg

Diese auch St Pete genannte Stadt an der Westküste Floridas ist ein guter Ausgangspunkt für Erkundungen im nordwestlichen Teil Floridas und bemerkenswert, da man sich in der Stadt durchaus zu Fuß fortbewegen kann. Nette Lokale, berühmtes Pier, toller Hafen mit Delfinen, wunderbare Kanäle und Radwege sorgen für das besondere Flair. Sollte einmal die Sonne nicht scheinen, gibt es hier Gratiszeitungen, aber das passiert nur 2-3 Mal im Jahr…

Das Pier von St Petersburg

First Night St Pete, St Petersburg

Silvester in St Pete ist etwas ganz Besonderes: viele Buden und Aktivitäten laden zum Mitmachen ein (Schatzsuche, Wünsche gestalten und auf einen Baum heften, T-Shirts mit Wünschen beschriften). Rentner- und Early Bird-gerecht findet das erste Feuerwerk über der Bucht bereits um 21 Uhr statt. Tolle Open Air-Veranstaltung!

Dali Museum, St Petersburg

Ein wunderschönes Museum mit Blick auf den Hafen bietet einen umfassenden Einblick in das Leben und Schaffen von Salvadore Dali. Donnerstag ist langer Abend bis 20 Uhr; ab 17 Uhr ist der Eintritt dann um 50% ermäßigt.

Everglades National Park, Homestead

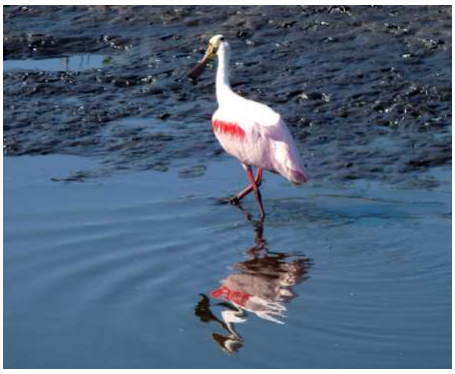
Dieser Park ist unbedingt einen Besuch wert. Besonders der Anhinga Trail ist voller Alligatoren und Wasservögel und ein wahres Paradies! Am besten ganz zeitig kommen, um die Stille genießen zu können. Aber auch die Autofahrt vom Osten in den Westen Floridas entlang des Tamiami Trail vermittelt ein Bild der Everglades: die Bäume sind von Unmengen an Vögeln besetzt, am Rand der Kanäle suhlen sich die Alligatoren. Unterwegs gibt es Picknickplätze sowie das Big Cypress National Preserve mit toller Aussichtsplattform sowie bei Mile Marker 55 die Clyde Butcher-Fotogalerie mit imposanten Schwarz-Weiß-Fotos der Gegend!

Myakka River State Park, Sarasota

Natur & Idylle pur bietet dieser Park voller exotischer Palmen und mit einem wunderbaren Canopy Walk und Aussichtsturm hoch über der weiten Landschaft!

Corkscrew Swamp Sanctuary, Naples

Auf einem Boardwalk durch herrliche Mangrovenlandschaft – 4 km in 2 Stunden ist sogar für mich ein Langsamrekord. Leisesein empfiehlt sich, wenn man die Vogelwelt genießen möchte. Wer Glück hat, entdeckt sogar einen Alligator oder entzückende Babyalligatoren.



Der berühmte Rosalöffler

Fort de Soto Park, St Petersburg

Der North Beach wurde vor einigen Jahren von Doctor Beach zum Strand des Jahres gewählt, und wer hier etwa den 1. Januar mit einem Strandspaziergang und einem Bad in den erfrischenden Wellen begeht, weiß warum – endlose Weite, endlose Weiße, endloses Glück.

Merritt Island National Wildlife Refuge, nahe Orlando

Ein weniger bekannter Park mit Scenic Drive durch ein gewaltiges Vogelparadies! Auch Waschbären und plüschige Zottelwildschweine haben wir hier gesichtet, auch wenn die Meinungen, wer nun wer war, ein wenig auseinandergehen.

Homosassa Springs Wildlife State Park, Crystal River

Manatees, die floridianischen Seekühe, Verwandte der Elefanten, in einem geschützten Rahmen und in freier Wildbahn – gigantisch! Auch viele andere sehenswerte Tiere.

Babyalligatoren im Corkscrew Swamp Sanctuary

Tipps zum Nachreisen: Wohnen & Besichtigen (Fortsetzung)

Bill Baggs Cape Florida State Park, Key Biscayne/Miami
Ein traumhafter Park auf einer Insel vor Miami mit entsprechend sehenswerter Anfahrt! Man schlendert entlang des Meeres oder über die Insel durch wunderbar tropische Vegetation und Palmenhaine, beobachtet Schmetterlinge und Waschbären und bestaunt einen traumhaft weißen Leuchtturm zwischen Palmen. Auch der No Name Harbour ist sehr schön gelegen: hier kann man mit Blick auf die Bucht ein Häppchen nehmen.

Sanibel & Captiva Island, Westküste Floridas
Über Brücken mit dem Festland bei Fort Myers verbundene Trauminseln! Urige weiße Villen, kleine Läden, nette Galerien, unzählige Restaurants und viel Grün sorgen für eine Mischung aus Neuengland und Karibik. Tolle Strände und ein gutes Radnetz tun ein Übriges, um uns mehrfach anzulocken.

J.N. Ding Darling National Wildlife Refuge, Sanibel Island
Kleiner, aber sehr feiner Naturpark auf meiner Trauminsel Sanibel. Mit dem Fahrrad auf dem Weg von Sanibel nach Captiva durchzufahren, ist ein ganz besonderes Vergnügen. Man entdeckt Pelikane, Anhingas und viele andere Wasservögel.

Fort de Soto Park, 1. Januar 2012

Bonita Springs, nahe Fort Myers
Idyllische Feriengegend direkt am Strand – paradiesische Sonnenuntergänge eingeschlossen.

Longboat Key, Siesta Key, Lido Key, Cedar key, Anna Maria Island, Bradenton/Sarasota
Trauminseln mit netten Stränden, Häuschen und Ausblicken! Auch das Überqueren der gelben Skylink Bridge bei Sarasota – rechts und links das Wasser der Tampa Bay – ist gigantisch!

Im Stau von Bonita Springs

Im Lovers Key State Park

Lovers Key State Park, Fort Myers / Cape Coral
Dieser eher unbekannte Park hat es uns angetan! Man kann den weißen Sandstrand genießen, durch Schmetterlingshaine flanieren und das Areal auf Schlängelpfaden zu Fuß erobern – oder rundherum kajaken. Unser Tipp für Geocacher: der hier versteckte siebenteilige Geocache (siehe Website des Parks), für dessen Fund man beim Ranger eine tolle Souvenirmünze erhält!

Strand des Lovers Key State Park mit Blick auf Fort Myers Beach

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

Banana Cherry Pancakes statt Blueberry Pancakes, Seite 29

Kein USA-Besuch ist perfekt ohne den obligaten Pancake Shake, das meint jedenfalls mein lieber Max. In die mit Teigpulver gefüllte Flasche mit praktischem Schüttelgriff muss man nur mehr Wasser geben, ein wenig schütteln und kann dann wie gewohnt Pancakes backen. Die diesjährige Variante zum Früh-stück am Weihnachtstag: Banana Cherry Pancakes!

SO GEHT'S

Pancake-Teig wie auf Seite 29 in „Genussvoll um die Welt“ zubereiten. Statt der Heidelbeeren Bananenscheiben in den Teig setzen und mitbacken.

Aus TK-Kirschen, etwas braunem Zucker und Zitronensaft bei geringer Hitze ein Fruchtragout rühren und mit den Pancakes servieren. Für eine dickere Kirschsauce 1 EL Wasser mit etwas Maisstärke verrühren und diese Mischung dann unter die Kirschsauce mengen.

Tipp: Es soll Fachleute geben, die darauf schwören, dass die Banana Pancakes erst mit Schokosauce wirklich vollkommen sind...

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

In der nächsten GENUSSMEILE: Southern Living-Gerichte aus Florida

Noch mehr Sonne, noch mehr Florida! Auch GENUSSMEILE 31 widmet sich der Küche aus den amerikanischen Südstaaten, diesmal verstärkt kulinarischen Fundstücken im Southern Living-Stil!

Am 12. März ist wieder Genusstag! GENUSSMEILE 31 kredenzt Southern Living-inspirierte Gerichte aus Florida, die mit ihren Gewürzmischungen und speziellen Zutaten besonders köstlich schmecken!

Bis dahin wünsche ich Euch viel Spaß mit dieser Mega-Ausgabe!

IMPRESSUM

Herausgeberin:
Andrea Farthofer

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

BESTELLUNGEN

www.facettenreich.at
> *Bestellen*

facettenreich 100% www.facettenreich.at