

"Jambalaya - der göttliche Hordentopf"

Jambalaya ist das bekannteste Gericht Louisianas aus dem Missisippidelta - die französisch geprägte Cuisine der weißen Einwanderer hat sich hier mit spanischen Einflüssen und der Küche der schwarzen Sklaven gemischt.

Die Jambalaya ist ein Reisgericht mit Krabben und Fleisch und den typischen Gewürzen und Gemüsen der Cajun Küche. Sie schmeckt köstlich an einem kalten Tag, als Hordentopf für die Mithelfer eines Umzuges oder nach einer gemeinsamen Schlittschuhpartie. Wenn man bedenkt, wie weit New Orleans im Süden der USA liegt, kann man sich die Jambalaya auch gut nach einem langen heißen Tag am Strand vorstellen.



Für 4 Portionen:

- 3 scharfe Knacker (mit Paprika, oder Sucuk) oder 200g scharfe Chorizo
- 300g Hühnerbrust- oder Putenbrustfilet (wenn erhältlich: bio)
- 200-300g Shrimps etc. (etwas größere - hier eher an Menge als an Qualität sparen)
- 1 große Zwiebel
- 2 grüne Paprikaschoten
- 4 Stangen Sellerie
- 2-3 Knoblauchzehen
- Ca. 400 ml Instant-Hühnerbrühe
- 1 Bund frischer Thymian (oder 2 Teel. getrockneter)
- 1 Glas Cherrytomatensoße* oder 1 Dose Pizzatomen 400 ml
- Ca. 400g Hom Mali Reis* oder anderer Langkornreis
- Etwas Öl zum Braten

Gewürzmischung Cajun: (reicht für 4 Portionen)

- ½ Teel. gemahlener Chili*
- 3 Teel. Paprika edelsüß*
- 2 Teel. getrockneter Thymian (kann weggelassen werden, wenn man frischen mitkocht)
- ½ Teel. Meersalz*
- ½ Teel. frisch gemahlener weißer Pfeffer*
- ½ Teel. gem. Kreuzkümmel*
- ¼ Teel. frisch geriebener Muskat*
- 2 Pimentkörner*, gemörsert, ersatzweise 1 Msp Nelkenpulver*
- 3 zerkleinerte Lorbeerblätter*

*in unserem Weltladen erhältlich

Als erstes die Gewürzmischung herstellen und in einem geschlossenen Behälter aufbewahren.

Wurst in Scheiben schneiden und in wenig Öl in einem Wok oder einer großen Pfanne anbraten. Währenddessen die Hühnerbrust würfeln. Wurst herausnehmen, beiseite stellen, und die Fleischwürfel im Fett hellbraun anbraten.

Knoblauch, Zwiebel, Paprika und Selleriestangen würfeln. Fleisch aus der Pfanne nehmen, und das Gemüse im Fett anrösten, ohne dass es Farbe nimmt. Den trockenen Reis mit durchrösten, bis er glasig wird.

Nun die Tomatensoße (Pizzatomaten) hineingießen, Fleisch, Wurst, Thymianzweige und Gewürzmischung dazu geben und alles köcheln lassen. Mit ein wenig Hühnerbrühe immer wieder so aufgießen, dass der Reis genug Flüssigkeit zum Gar ziehen hat und nicht anbrennt.

Nach ca. 15 Minuten die Thymianzweige entfernen und die aufgetauten Garnelen vorsichtig unterheben.

Nach weiteren 5 Minuten, wenn die Shrimps gar sind, abschmecken. Wem das Gericht noch nicht scharf genug ist, der kann mit Chilipulver, Tabasco und anderen „Todessoßen“ nachhelfen. Dazu passt ein kühles Bier, es muss aber nicht Heinecken sein...;-)

Viel Freude mit diesem Rezept wünscht Ihnen

Ihr **Weltladen-ZeichenDerZeit** Team!