

# Katalonien Tourismus

## Rezept: Escalivada - Kataloniens unschlagbarer Gemüseklassiker

Catalan Tourist Board Team · Thursday, September 25th, 2014

Eine köstliche, typisch katalanische Vorspeise ist die **Escalivada**, die den italienischen Antipasti ähnelt. Ebenso wie Salat wird sie kalt gegessen und mit Öl und Essig angemacht, besteht aber nicht aus rohem, sondern gegrilltem Gemüse. Im Sommer schmeckt sie - gut gekühlt - herrlich frisch, in der kalten Jahreszeit öffnet sie den Appetit auf deftigere Hauptgerichte oder kann die aparte Beilage zu gegrilltem Fleisch abgeben.

Für Vegetarier und Veganer ist die Escalivada wiederum eine gute Alternative zu Fleisch- oder Fischgerichten. Im Übrigen ist sie schön anzusehen, wenn die Paprika, Auberginen und Tomaten entsprechend dekorativ serviert werden. Nicht ganz so appetitlich ist allerdings die Zubereitung. Denn da müssen die Paprikaschoten und Auberginen von ihrer schwarzen, zum Teil angekohlten Schale und winzigen Kernen befreit werden, obendrein quillt dabei der Saft heraus. Zugegeben, die Puhlerei ist etwas mühsam, aber sie lohnt. Am besten macht man gleich eine größere Portion. Denn weiterer Vorteil der **Escalivada** ist, dass man sie problemlos mehrere Tage im Kühlschrank aufbewahren und - wenn Gäste erwartet werden - auch am Vortag machen kann.



Coca de recapte mit Escalivada © Imagen M.A.S

#### Die Zubereitung

Was die Zubereitung betrifft, kursieren in Kochbüchern und im Internet die verschiedensten Rezepte. Je nach Region, Tradition und Vorlieben hat jede katalanische Familie, jeder Koch und jede Köchin ihr eigenes. Die Grundlage bilden aber in jedem Fall rote Paprikaschoten, Auberginen sowie Gemüsezwiebeln. Je nach Geschmack kann man auch Kartoffeln und Tomaten dazutun, wobei man möglichst gutes, reifes Gemüse verwenden sollte. Das wird in Katalonien – anders als in vielen Rezepten, die in Deutschland im Umlauf sind und nach denen es klein geschnitten gegart wird – stets im Ganzen gegrillt.

#### Schritt 1

Wenn möglich auf Holzkohle, die dem Gemüse einen besonders würzigen Geschmack verleiht. Doch ein Backofen tut es auch. Der wird zunächst auf etwa 200 bis 220 Grad aufgeheizt. In der Zwischenzeit werden die Paprikaschoten, Auberginen, Gemüsezwiebeln, Tomaten und Kartoffeln gewaschen und – mit Ausnahme der Tomaten – auf ein Blech gelegt. Manche geben auch noch einen Spritzer Olivenöl darüber.

#### Schritt 2

Dann ca. 50 Minuten grillen, bis das Gemüse weich ist. Zwischendurch sollte man das Gemüse wenden, wenn die Schale Blasen wirft und dunkle Stellen bekommt. Falls

---

man auch Tomaten nimmt, werden sie, da sie schneller garen, erst später in den Backofen gegeben. Wenn alles weich ist, das Gemüse im Ofen oder unter einem sauberen Geschirrhandtuch nachgaren lassen - traditionell werden sie dazu in Zeitungspapier eingewickelt. Danach die Paprikaschoten vorsichtig häuten und von den Kernen befreien, dabei eventuell den Saft auffangen. Das übrige Gemüse schälen und mit den Fingern in längliche Stücke reißen. Nur die Kartoffeln mit dem Messer schneiden. Die Tomaten werden nicht geschält und höchstens halbiert. Nun alles mit gutem Olivenöl, Salz, je nach Geschmack auch mit Essig und Pfeffer anmachen.

Wer will, kann auch den aufgefangenen Saft der Paprikaschoten dazu geben und/oder den Salat mit etwas Knoblauch würzen, obwohl das Originalrezept dies nicht vorsieht. Dazu die Zehen sehr fein hacken und direkt hinzufügen oder mit etwas grobem Meersalz zerdrücken, mit Olivenöl mischen und darüber geben.

### Schritt 3

Vor dem Verzehr sollte die **Escalivada** möglichst ein paar Stunden im Kühlschrank durchziehen. Schön sieht sie aus, wenn man sie vor dem Servieren noch mit schwarzen **Oliven** dekoriert. Man kann auch **Anchovis-Filets** über das Gemüse drapieren. In vielen Restaurants werden **Escalivada** und Anchovisfilets zudem auf Tomatenbrot (vgl. Rezept Pà amb tomàquet) als Sandwich, katalanisch **Torrada d'escalivada amb anxoves** - angerichtet. Andere Köche belegen wiederum Pizzateig mit dem gebrillten Gemüse, so wird dann eine köstliche *Coca de Recapte* daraus. Wieder andere würzen mit ihr einen herzhaften Flan oder eine Quiche.

Der Fantasie sind also keine Grenzen gesetzt. Vielleicht haben Sie auch eine Idee? Aber selbst in ihrer ganz traditionellen Form ist die Escalivada so wohlschmeckend, dass sie noch so manche Küchenrevolution überleben wird. Ein echter Klassiker eben, der nicht totzukriegen ist. Probieren Sie's aus!