

Unser PRIORI-Kochkurs – Madagaskar kulinarisch

Sie möchten wissen, wie «die Madagassen» kochen und essen? Wir unterstreichen unser Gastronomie-Bewusstsein durch das Angebot eines Kochkurses der madagassischen Art und öffnen Ihnen so Augen und Gaumen.

Madagaskar hat unzählige Variationen an Gemüse und Früchten, viele Arten Fisch und essbare Pflanzen, die in Europa unbekannt sind. Daneben Gewürze wie Pfeffer, Zimt, Vanille oder Ingwer und kulinarische Einflüsse aus Europa, Afrika und Asien. Ergebnis: Eine äusserst vielseitige Küche.

Unser PRIORI-Fahrer Lalaina ist auch Restaurantbesitzer und gelernter Koch. In unserem Kochkurs vermittelt er Ihnen einen tiefen Einblick in die madagassische Küche und die Speisenzubereitung.

Der Kochkurs beginnt morgens auf dem Markt. Lalaina erklärt Ihnen die Produkte und gemeinsam wählen Sie aus, was Sie danach in seinem Haus kochen werden. Unter fachkundiger Anleitung entsteht ein dreigängiges Menü, das Sie anschliessend bei Gesprächen rund ums Essen gemeinsam geniessen.

Sie lernen unbekannte Gemüse, Hülsenfrüchte und Kräuter kennen und erfahren gleichzeitig viel Neues über die Essenskultur in Madagaskar. Es versteht sich, dass das Angebot auf dem Markt jeweils saisonal ist, keine Konserven für die Zubereitung verwendet werden und Sie Mitsprache bei der Auswahl des Menüs haben. Sie können mithelfen oder einfach zuschauen. Schmecken wird es auf jeden Fall.

Da der Kurs in Antananarivo stattfindet, kann er problemlos in fast jedes individuelle Reiseprogramm eingebunden werden. Der Kurs beginnt morgens und endet nachmittags nach dem Mittagessen.

«Mazotoa homana!»...

Wir wünschen «Guten Appetit»!



Persönlicher Rezept-Tipp unserer Kollegin Bodo

Linsen mit Schweinefleisch à la Bodo

Zutaten (für 4 Personen):

- 300 g Linsen
- 500 g Schweinefleisch mit Fett
- 2 grosse Zwiebeln, gehackt
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer (je nach Bedarf), im Mörser zerstoßen oder mit dem Messer zerdrücken
- 2 Tomaten, in Viertel geschnitten
- Salz und Pfeffer
- Reis

Zubereitung:

Die Linsen über Nacht einweichen. Das Fett vom Schweinefleisch trennen, klein schneiden und im Kochtopf braten lassen. Die Zwiebeln, die Tomaten, den Knoblauch und den Ingwer in das Fett mit Salz und Pfeffer einmischen. Die Schweinefleischstücke (in Würfel geschnitten) in dieser Sauce braten lassen. Die Linsen hinzufügen und Wasser dazugießen. Alles gut mischen und je nach Geschmack salzen. Ca. 2 Stunden kochen lassen und mit Reis servieren. Als Beilage passt dazu ein Salat aus klein geschnittener Gurke, Tomaten, grüner Paprika und Zwiebeln. Mazotoa homana!

Eine Auswahl an Menüs in den vielen und ganz unterschiedlichen Restaurants Madagaskars finden Sie auf unserer Gastronomieseite:

www.gastronomie-madagaskar.blogspot.ch

