



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

Ceviche (8 Portionen)



Ceviche ist ein Gericht, das nur in Peru geboren werden konnte - nicht nur ist Ceviche eine Mischung aus Zutaten aus dem Meer und dem Land, sondern auch eine Mischung aus Inka, Spanisch und Japanischen Kulturen. Und wenn du Ceviche zubereite, mischst du nicht nur Zutaten, sondern bringst auch all diese Welten in eine Schüssel. Präsentieren, der Pate der Ceviche-Familie - der Ceviche Classico. Ceviche ist die Kunst des perfekten Gleichgewichts zwischen Säure, Schärfe und Frische, die der Natur eine Hommage verleiht.

Beginnen Sie mit einem frischen weißen Fisch und würzen Sie mit Salz. Für die Säure Limettensaft hinzufügen. Für die Schärfe verwenden Sie Jalapeño und Habanero Peperoni. Für einen knusprigen Kontrast fügen Sie Zwiebeln und geröstetes cancha Mais (wenn vorhanden) hinzu. Und für einen Hauch von süß, mischen Sie Süßkartoffelwürfel. Mit ein paar Korianderblättchen für Farbe und Aroma garnieren, und Sie sind bereit, das perfekte Gericht für den Sommer und Perus Hommage an die Natur zu genießen.

ZUTATEN

1200 gr Seezunge, gereinigt und entgrätet
2 Teelöffel Salz
2 Knoblauchzehen
2 Teelöffel gehackter Jalapeño-Pfeffer
12 dünne Scheiben fein geschnittener Habanero
4 kleine rote Zwiebel
3 San Marzano Tomaten
Limettensaft von etwa 8 Limetten
5 kleinere, runde gekochte Süßkartoffel, fein gewürfelt
Olivenöl, Essig, Korianderblätter



FEINSCHLECKER
WENN MÄNNER KOCHEN

ZUBEREITUNG

Zusätzlich zu den oben genannten Zutaten benötigen Sie eine nicht reaktive Auflaufform (kein Metall) und Gabel oder Löffel, um die Zutaten zu mischen, eine kleine Schüssel zum Waschen der Zwiebel, ein Einmachglas für den Limettensaft, ein scharfes Messer und ein Schneidebrett, und ein kleiner Teller oder Schüssel, um das Ceviche anzurichten.

Halbieren Sie die Jalapeño- und Habaneropfeffer, entwässern und entkernen

Hacke den Jalapeño und schneide den Habanero in feine Streifen.

Schneide die rote Zwiebel in feine Streifen, in eine kleine Schüssel geben und mit kaltem fließendem Wasser dreimal abspülen

Schneiden Sie die Limetten und drücken Sie den Limettensaft in ein Einmachglas

Die Jalapeño- und Habaneropfeffer zum Limettensaft im Einmachglas geben, mit der Gabel umrühren und ruhen lassen.

Waschen Sie den Fisch, Trockentupfen, ev. Gräten entfernen. Schneiden Sie den Fisch in kleine Quadrate, etwa 2cm grosse Stücke. Fisch in eine flache Auflaufform geben, mit Salz würzen und mit der Gabel vermischen. Den Limettensaft mit den scharfen Paprikaschoten über den Fisch gießen, damit er gleichmässig bedeckt ist. 15 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die gekochten Süßkartoffeln klein würfeln, Knoblauch fein schneiden, Tomate fein würfeln.

Fügen Sie die rote Zwiebel, gewürfelte Süßkartoffel, Tomaten und Knoblauch hinzu. Abschmecken und verfeinern mit wenig Olivenöl. Anrichten auf kleinen Tellern und mit Koriander garnieren.

FUNKTION GARPROZESS

Die peruanische Küche ist im Trend. Und von dort stammt Ceviche, gilt gar als Nationalgericht. Der Begriff Ceviche steht nicht für ein einziges Gericht, sondern allgemein für die **Zubereitungsart von rohem Fisch, der durch die Zugabe von Säure gegart wird** – ohne erhitzt zu werden.

Mit Hilfe von Zitrusfrüchten (Limonen/Zitronen) kommt es zu einer sogenannten **Denaturierung des Eiweisses**. Ein Vorgang, bei dem sich die Struktur der Proteine im Fisch verändern und das Fleisch weiss wird.