

Gastronomie der Algarve

ÜBER



Foto: Pedro Reis - Turismo do Algarve

Gastronomie der Algarve

Aus dem Meer kommen die allerfrischesten Fische und Schalentiere, die Hauptzutaten der Küche der Algarve. Dazu gibt es Gemüse und Obst, denen die Sonne Geschmack verliehen hat, und schon sind alle Bestandteile für ein unvergessliches gastronomisches Erlebnis beisammen.

Und wir können mit dem beginnen, was das Meer uns liefert. Mit **marisco (Schalentiere)**: amêijoas, conquilhas, berbigões (verschiedene Muschelarten) und ostras (Austern), die auf dem Blech oder in der Pfanne köstlich zubereitet werden. Einige perceves à la nature (Entenmuscheln) an einem Strand der Costa Vicentina, arroz de lingueirão (Muschelreis), feijoada de búzios (Bohnen mit Meeresschnecke), xerém de conquilhas (Maisbrei mit Muscheln) und açorda de marisco (Brotbrei mit Schalentieren) sind Beispiele, die einem das Wasser im Mund zusammenlaufen lassen. Sehr gefragt ist das berühmte Rezept **amêijoas na cataplana** (Muschelgericht im Kupfertopf), eins der beliebtesten traditionellen Gerichte, dessen Geheimnis im Gebrauch dieses von den Arabern stammenden Kupferbehälters liegt, der alle Geschmacksstoffe und Aromen der in ihm zubereiteten Lebensmittel bewahrt. Als Geschmacksverstärker gibt es nichts Besseres als etwas Salz aus den Salinen der Region, vor allem sein „Sahnehäubchen“ – das „Flor de Sal“. Neben vielen Restaurants, in denen man diese Spezialitäten probieren kann, gibt es im Sommer Schalentier-**Festivals** in Olhão und Faro, ganz in der Nähe vom Haff Ria Formosa, wo diese Tiere im Überfluss vorkommen.

Aber jede Art von **frischem Fisch**, der in Fischermanier langsam auf Holzkohle gegrillt wird, kann eine echte Speise der Götter sein. Und es gibt noch andere Gerichte wie **carapaus alimados (eingelegte Makrelen)** und **sardinha assada (gegrillte Sardinen)**, die man überall essen kann, die in Portimão aber berühmt sind. Sie sind köstlich, wenn sie aufs Brot tropfen oder zusammen mit einem Gebirgssalat aus Tomaten gegessen werden, denen Oregano einen besonderen Geschmack verleiht. Vom **atum (Thunfisch)** aus Tavira, als Steak oder zerpfückt, bis zum **polvo (Oktopus)**, den man in Santa Luzia auf verschiedenste Weise genießt – in Wein gedünstet, paniert, gegrillt, mit Reis oder einfach nur im Ofen gebacken – über die köstlichen lulinhas und choquinhos (Tintenfischchen), die Algarve ist einfach hervorragend bei diesen Menüs.

Im **barrocal**, der Übergangszone zwischen Gebirge und Küste, ist die Ernährung anders, es wird mehr Fleisch gegessen wie galinha cerejada (Hühnereintopf mit Wurst), cozido de grão (Kichererbsen mit Fleisch und Gemüse) oder enchidos (Würste), die in São Brás de Alportel und Querença mit einem eigenen Markt und Fest geehrt werden. Hier ist Landwirtschaft eine der Haupttätigkeiten, und die Bäume, welche die für die Herstellung von Likören und traditionellen Süßwaren benötigten Früchte hervorbringen, verleihen den Feldern zur Blütezeit eine einzigartige Schönheit. Die Mandelblüte im Februar ist eins der Sinnbilder der Algarve.

Während die **Orange** als Frucht oder Saft verzehrt wird, werden **Mandeln, Feigen und Johannisbrot** für die

Zubereitung der so beliebten Süßwaren benutzt. Wie der dom rodrigo, der in buntem Stanniolpapier eingepackt ist, oder der morgado (Mandelkuchen), der normalerweise mit regionalen Motiven und einer Mandelblüte geschmückt wird, und das Marzipan, die Teilchen aus gehärteter Mandelmasse, die verschiedenste Obst- und Gemüsesorten darstellen. Und es gibt noch mehr Spezialitäten, die man nicht versäumen darf, wie die gefüllten Feigen oder die queijos de figo (Teilchen aus Feigen, Mandeln und Schokolade) und trufas de figo (Nachtisch aus Schokolade, Feigen, Sahne und Keksen). Und schließlich sind Medronho- oder Feigenschnaps und Bittermandellikör am Ende einer guten Mahlzeit ausgezeichnete Digestifs.

In der Tat wird das Beste der Algarve bei Tisch serviert. Auf einer einfachen Terrasse am Strand oder in den feinsten Restaurants, die von Küchenchefs von Weltniveau geleitet werden, es ist ein Erlebnis, das man nicht versäumen darf und oft wiederholen muss!