

InterKulTreff (IKT): Chilenischer Kochkurs



Pebre



Kurzinfo

Pebre ist eine traditionelle chilenische Sauce, die zu jedem traditionellen Gericht hinzugefügt werden kann. Sie ist ein Bestandteil chilenischer Identität.

Zutaten (4 Personen)

- 2 Tomaten
- 1 weiße Zwiebel, fein gehackt
- 1 kleine Chili
- 2 Löffel weißer Essig
- 2 Löffel Chili Sauce
- 3 Knoblauchzehen
- Koriander oder Petersilie, Salz, Pfeffer, Öl

Zubereitung

- (Optional) Die fein gehackte Zwiebel in heißem Wasser und mit etwas Zucker für etwa 10 Minuten erhitzen, um die Säure zu eliminieren. Anschließend die Zwiebeln waschen.
- Die Knoblauchzehen und die Tomaten schneiden, das Innere der Chili entfernen und ebenfalls klein schneiden.
- Alle Zutaten miteinander vermischen und die Sauce, den Essig, das Salz, den Pfeffer und das Öl hinzugeben.
- Probieren, ob es schmeckt, falls nicht mehr von dem Dressing hinzugeben.
- Für eine Weile stehen lassen, dann wird der Geschmack besser.
- Mit Brot oder Empanadas servieren.

Tomate relleno



Zutaten (4 Personen)

- 4 mittlere Tomaten
- ½ Zwiebel, fein gehackt
- ½ Dose Mais
- 1 Dose Thunfisch
- Mayonnaise, Koriander oder Petersilie, Salz, Pfeffer, Öl
- Salatblätter

Kurzinfo

Tomate relleno ist ein vielseitiger Sommer Saison Salat. Die Füllung ist abhängig von der Kreativität des Kochs.

Zubereitung

- Den oberen Teil der Tomate abschneiden und die Tomate aushölen.
- In einer Schüssel das Innere der Tomate, den Mais, den Thunfisch, die Zwiebeln, die Mayonnaise, gehackten Koriander, Pfeffer, Salz und Öl geben. Die Mischung anschließend in die Tomate füllen und mit einem Salatblatt garnieren.

InterKulTreff (IKT): Chilenischer Kochkurs



Empanadas

Kurzinfo

Empanadas sind ein typisches Latein Amerikanisches Gericht. Die Füllung variiert von Land zu Land. In Chile, wird die Füllung Pino genannt und stammt von den Mapuches, die ein indigenes Volk Südamerika sind.

Zutaten für den Teig (20 kleine oder 12 mittlere Empanadas)

- 1 kg Mehl
- 200 gr Butter
- 500 ml warmes Wasser
- 1 Löffel Salz
- 1 Löffel Weißwein
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Ei

Pino Zutaten (20 kleine oder 12 mittlere Empanadas)

- 750 gr Hackfleisch
- 3 weiße Zwiebeln, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Tasse Weißwein
- 1 ½ Löffel Paprikapulver
- 1 ½ Löffel Kreuzkümmel
- 20 Oliven
- 5 hart gekochte Eier
- Öl, Salz, Pfeffer, Merkén (geräuchertes Chili Pulver)



Pino Zubereitung

- Die klein gehackten Zwiebeln mit einem Löffel Öl in einer Pfanne frittieren. Sobald die Zwiebeln glasig geworden sind, den geschnittenen Knoblauch hinzugeben und stehen lassen.
- Das Hackfleisch in einer Pfanne mit zwei Löffeln Öl braten. Wenn das Fleisch fertig ist, die Zwiebeln, das Paprikapulver, den Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer, Merkén und Weißwein hinzugeben. Anschließend kalt werden lassen.
- Die Eier schneiden, sobald sie hart sind.

Teig Zubereitung

- Das Mehl zu einem Vulkan auftürmen und anschließend mit Salz und Backpulver mischen.
- Die Butter schmelzen lassen und zum warmen Wasser hinzugeben.
- Ein bisschen des Wassers mit der Butter in die Mitte des Vulkans geben und mit einem Löffel mixen. Den Vorgang wiederholen, bis kein Wasser und keine Butter mehr übrig ist.
- Den Teig kneten, bis er geschmeidig wird.
- Den Teig auf eine mit Mehl bestäubte Oberfläche ausrollen, bis er die gewünschte Dicke (1/2 cm) erreicht hat. Anschließend den Teig auf die Größe eines Brottellers kreisförmig zurecht schneiden.

InterKulTreff (IKT): Chilenischer Kochkurs



Empanadas Zubereitung

- Einen großen Löffel des Pino in die Mitte des Teiges geben. Ein Stück des gekochten Eis und eine Olive hinzugeben. Mit etwas weißem Ei über die Ränder des Teiges streichen und den Empanada schließen. Den Empanada mit etwas Eidotter bestreichen und bei 180 ° C für eine halbe Stunde in den Ofen schieben.

Vegetarische Füllung: Zutaten (20 kleine Empanadas)

- 450 gr Käse
- 1 oder ½ Dose Mais
- 1 Dose Pilze oder 1 Packung frische Champignons
- 1 Ei
- Sesamsamen

Vegetarische Füllung: Zubereitung

- Den Käse in Würfel schneiden. Den Käse, zusammen mit einem weißen Ei, dem Mais, den Pilzen (frische Champignons dünn schneiden) oder mit anderem bevorzugten Gemüse in einer Schale vermischen.

Empanadas Zubereitung

- Zwei große Löffel der Füllung in die Mitte des Teiges geben. Mit etwas weißem Ei über die Ränder des Teiges streichen und den Empanada schließen. Den Empanada mit etwas Eidotter und Sesamsamen bestreichen und bei 180 ° C für eine halbe Stunde in den Ofen schieben.

InterKulTreff (IKT): Chilenischer Kochkurs



Chilenitos (20 chilenitos)



Kurzinfo

Diese Süßigkeiten sind typisch für die zentrale Zone von Chile, vor allem in La Ligua Sektor.

Ingredients (20 chilenitos)

Chilenitos Zubereitung

- Mehl, Backpulver, geschmolzene Butter, Ei, Eigelbe und Essig zusammenmischen.
 - Den Teig auf eine mit Mehl bestäubte Oberfläche so dünn wie möglich ca. 1-2 mm ausrollen und mit einem Glas kleine Kreise ausschneiden.
 - Mit einer Gabel kleine Löcher in den Kreisen machen. Die Plätzchen bei 180°C ca. 6-8 Minuten lang backen.
 - Plätzchen abkühlen lassen und sobald sie kalt sind, Manjar mit einem Teelöffel auf ein Plätzchen verteilen und mit einem weiteren zudecken. Mit Puderzucker reichlich bestäuben.
- 2 Tassen Mehl (ca 250g)
 - 1 TL Backpulver
 - 2 EL Butter
 - 1 Ei, 2 Eigelb
 - 1 ½ EL Essig
 - ½ kg manjar (dulce de leche – siehe separates rezept)
 - Puderzucker

Manjar (400 ml)



Kurzinfo

Manjar ist eine Milchkaramellcreme, die auch in anderen lateinamerikanischen Ländern unter dem Namen Dulce de Leche, Manjar Blanco, Arequipe oder Cajeta bekannt ist. In Deutschland ist es leider schwierig, fertige Manjar-Creme zu finden, aber die Zutaten zur Vorbereitung kann man problemlos kaufen. Es gibt einige Möglichkeiten, Manjar selbst vorzubereiten. Dies hier ist eine Methode, die relativ wenig Arbeit erfordert.

Zubereitung

- Das Etikett von der Dose entfernen.
- Die Dose in einen Topf mit kochendem Wasser platzieren und bei mittlerer Hitze für ca. 2 Stunden köcheln lassen.
- Das Wasser vorsichtig entfernen und warten ist die Dose vollständig abgekühlt ist.
- **Wichtig! Die Dose auf keinen Fall öffnen solange sie noch heiß ist – wegen des Drucks könnte der Inhalt austreten, was zu schlimmen Verbrennungen führen kann!**

Zutaten

- 1 Dose gesüßter Kondensmilch (z.B. Milch Mädchen von Nestlé)