

# Cataplana Algarvia

\*\* MITTELSCHWER

Für 4 Portionen

- 500 g frische Venusmuscheln
- 500 g kleine festkochende Kartoffeln (Drillinge)
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 130 g Chorizo (spanische Paprikawurst)
- 80 g durchwachsener Speck (am Stück)
- 4 El Olivenöl
- 2 Tl edelsüßes Paprikapulver
- 1 El Tomatenmark
- 150 ml heller Portwein
- 100 ml Weißwein
- 1 kleine Dose stückige Tomaten (400 g)
- 200 ml Fischfond
- 2 Lorbeerblätter
- Salz • Pfeffer
- 5 Stiele Thymian
- 8 Riesengarnelen (à ca. 55 g; mit Kopf und Schale)
- 200 g junger Blattspinat
- 1 gelbe Paprikaschote
- ½ Bund Koriandergrün
- Piri-Piri (ersatzweise Tabasco)
- 1 Baguette

1. Muscheln in reichlich kaltem Wasser 1 Stunde wässern. Das Wasser dabei mehrfach wechseln und beschädigte oder geöffnete Muscheln entfernen.
2. Nach ca. 30 Minuten die Kartoffeln gut waschen. Zwiebel fein würfeln. Knoblauch in Scheiben schneiden. Die Pelle von der Chorizo abziehen, Wurst quer in ca. 8 mm dicke Scheiben schneiden. Speck in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
3. 2 El Öl in der Cataplana erhitzen. Zwiebel, Speck und Knoblauch kurz anbraten. Paprikapulver und Tomatenmark zugeben und kurz rösten. Port- und Weißwein, Tomaten, Fischfond, Lorbeer und Kartoffeln zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Cataplana verschließen, das Gericht einmal aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze 20 Minuten garen.
4. Inzwischen Thymianblättchen von den Stielen zupfen. Garnelen am Rücken entlang leicht einschneiden, den Darm entfernen. Garnelen in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen. Spinat waschen und trocken schleudern. Paprika putzen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Muscheln in ein Sieb gießen und abtropfen lassen.
5. Die Cataplana vorsichtig öffnen (es entweicht viel Dampf!). Spinat, Thymian, Paprika und Chorizo zugeben. Cataplana verschließen und sanft rütteln. Cataplana wieder öffnen, Muscheln und Garnelen auf das Gemüse legen. Topf wieder verschließen, das Gericht bei starker Hitze 8–10 Minuten kochen, bis die Muscheln geöffnet und die Garnelen gar sind.
6. Cataplana vorsichtig öffnen. Das Gericht mit restlichem Öl beträufeln. Eventuell nicht geöffnete Muscheln entfernen. Korianderblätter von den Stielen zupfen und darüberstreuen. Mit Piri-Piri und Baguette servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** 1:20 Stunden

**PRO PORTION** 40 g E, 33 g F, 78 g KH = 827 kcal (3467 kJ)

## Drei Fragen an



**LUIS EHLERT**  
Kochbuchautor

### 1 Welches Gericht kochen Sie am liebsten in der Cataplana?

Venusmuscheln! Ob auf die traditionelle Art von der Algarve, also mit Speck, Wurst, Zwiebeln, roter Paprika, Tomaten, Knoblauch Weißwein und Lorbeer, oder mit Olivenöl, Knoblauch, Weißwein, Koriander und Zitronensaft. Dieses Essen, das Amêijoas à Bulhão Pato, ist in Portugal sehr populär. Das Schöne: Die Cataplana schließt die Aromen wunderbar ein, und das Öffnen am Tisch ist jedes Mal ein Erlebnis.

### 2 Worauf sollte man beim Kauf einer Cataplana achten? Gibt es Qualitätsunterschiede?

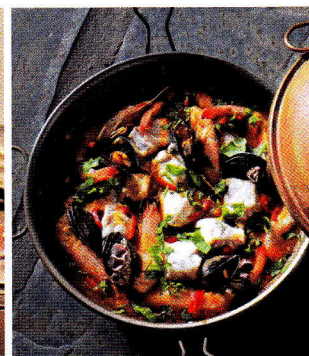
Die ursprüngliche Cataplana ist aus Kupfer oder Messing. Heute allerdings sind die meisten Modelle aus Aluminium und erhalten lediglich einen Kupferüberzug, um das traditionelle Aussehen zu wahren.

Diese Cataplanas sind nur für Gasherde geeignet. Die moderne Cataplana ist aus Inox (rostfreiem Stahl) und kann in jeder Küche problemlos eingesetzt werden. In allen Fällen sollte darauf geachtet werden, dass der Deckel gut schließt!

### 3 Worauf kommt es an, wenn man in einer Cataplana kocht?

Wichtig ist, dass nicht alle Lebensmittel auf einmal in der Cataplana landen. Achten Sie auf unterschiedliche Garzeiten der Lebensmittel – sonst kann es passieren, dass der Fisch auseinanderfällt und die Kartoffeln noch nicht durch sind. Bei längeren Garzeiten die Cataplana immer wieder rütteln, damit nichts anbrennt. Ebenso wichtig ist die Stärke der Kochflamme. Es gibt Gerichte, die geradezu nach Hitze verlangen, wie etwa Venusmuscheln bei kurzer Garzeit. Bei Gerichten mit längeren Garzeiten lieber mit wenig Hitze arbeiten. Und: Bitte das Rütteln nicht vergessen!

**Luis Ehlert** lebt in der Region Sintra, westlich von Lissabon. Er ist Mitautor mehrerer Kochbücher über die portugiesische Küche und gibt in seiner Heimat Kochkurse. Mehr unter [www.insider-cooking.com](http://www.insider-cooking.com)



Luis Ehlert (vorn) in seiner Kochschule, wo Interessierte auch in die Geheimnisse der Cataplana (rechts mit Fisch) eingeweiht werden