

## Tapenade með ansjósum

175 gr. svartar ólífur frá Saclá

50 gr. af ansjósum

2 tsk. kapers

120 ml. ólífuolífa

börkur af einni sítrónu

1 tsk. koníak (ekki nauðsynlegt)

svartur pipar

Saxið sítrónubörkinn mjög smátt og blandið honum saman við olíuna og koníakið. Skerið ólífurnar, kapersið og ansjósuflokin mjög fínt og blandið öllu saman. Þeir sem vilja geta einnig sett allt saman í matvinnsluvél en það er ekki nauðsynlegt

## Tapenade með sólþurrkuðum tómötum

100 gr. valhnetur

100 gr. Saclá sólþurrkaðir tómatar í olíu

2 hvítlauksrif

80 gr. ferskur parmesan ostur

1 dl. ólífuolía extra virgin

1 stk. lítill ferskur chilipipar

Hellið olíunni af tómötunum og setjið þá í matvinnsluvél ásamt valhnetunum. Kljúfið chilipiparinn, hreinsið kjarnann í burtu, skerið hann í fínar sneiðar og setjið í matvinnsluvélina. Saxið hvítlauksrifin og parmesan ostinn og bætið út í ásamt ólífuolíunni. Þetta er síðan maukað í smá stund, eða þar til engir kekkir eru lengur til staðar. Geymist í ísskáp í eina til tvær vikur í lofþéttum umbúðum.

Tapenade er hentugt mauk hvort sem er ofan á brauð og smárétti, eða út á pasta. Tapenade með sólþurrkuðum tómötum er einkar girnilegur bragðauki á snittur og "toast" og fer vel með kampa- og freyðivíni og hentar því vel sem smáréttur í veislur.

## Tapenade með sólþurrkuðum tómötum og ólífum

- 1 krukka af Saclá sólþurrkuðum tómötum
- 1 krukka af svörtum steinlausum ólífum
- 2 hvítlauksrif
- 1 mtsk. balsamik edik (aceto balsamico)
- 1. mtsk. edik
- 1,5 dl. ólífuolía

Hellið olíunni af ólífunum og sólþurrkuðu tómötunum.  
Saxið hvítlauksrifin. Setjið allt saman í matvinnsluvél  
og maukið.

Briefkasten

Tapenade

Ich suche ein Rezept für die provenzalische Oliven-Kapernsauce namens «Tapenade».

G. Koller, Kronbühl

Zutaten: 100 g Sardellenfilets, 200 g schwarze Oliven, 50 g Kapern, 1/2 dl Olivenöl, wenig Zitronensaft, 1 TL scharfen Senf, je 1 Prise Thymian- und Lorbeerpulver, 3 EL Marc oder Cognac, 1 Knoblauchzehe, schwarzer Pfeffer

Zubereitung: Die Sardellen 10 Minuten in kaltes Wasser einlegen. Die Oliven entkernen. Gut abgetropfte Sardellen, Oliven und Kapern mit dem Wiegemesser hacken. Das Gemisch in einen Mörser geben und zu einer gleichmässigen Masse verarbeiten. Langsam unter ständigem Rühren zuerst das Öl, dann den Zitronensaft beifügen. Zuletzt Senf, Thymian- und Lorbeerpulver, Marc oder Cognac sowie durchgepressten Knoblauch unterrühren. Mit Pfeffer nachwürzen.

Variationen: Grüne Oliven verwenden. 100 g zerpfückten Thunfisch mitverarbeiten.

Verwendungsmöglichkeiten: Tapenade eignet sich als Beilage zu kaltem Fleisch, Fisch und Hors-d'œuvres. Die Oliven-Kapernsauce schmeckt auch auf kleinen gebutterten Toasts, mit Butter vermischt auf kleinen Canapés als Aperitif oder als Beilage zu Fischsalat. Köstliche Appetit-Häppchen können auch folgendermassen hergestellt werden: Hartgekochte Eier halbieren. Eigelb zerdrücken und mit Tapenade mischen. Mit dem Spritzsack wieder in die Eihälften füllen.

## Kochbriefkasten

Frau Thöny aus Thusis sucht ein Rezept für Olivenpaste.

Rezept: 100 g Sardellenfilets, 200 g schwarze Oliven, 50 g Kapern, 1/2 dl Olivenöl, wenig Zitronensaft, 1 TL scharfen Senf, je 1 Prise Thymian- und Lorbeerpulver, 3 EL Cognac, 1 Knoblauchzehe, schwarzer Pfeffer.

Sardellen in Wasser einlegen. Oliven entkernen. Gut abgetropfte Sardellen, Oliven und Kapern hacken.

Gemisch in Mörser geben und zu einer gleichmässigen Masse verarbeiten. Langsam unter ständigem Rühren zuerst das Öl, dann den Zitronensaft beifügen. Zuletzt Senf, Thymian- und Lorbeerpulver, Cognac sowie durchgepressten Knoblauch unterrühren. Mit Pfeffer nachwürzen. Gabriela Stammbach/rea

## Getrocknete Tomaten in Öl

Ich würde gerne getrocknete Tomaten in Öl einlegen.

Kennen Sie ein Rezept?

Astrid Oeschger, Kloten

Für zirka 2 Gläser zu 2 dl Inhalt: 500 g im «Dörr-Ex» getrocknete Tomaten, 6 Knoblauchzehen, italienische Kräutermischung, Kapern, Sardellen, Pfefferkörner (zerbrochen), 2-3 dl Olivenöl, ausgekochte Gläser mit Schraubverschluss

Die Tomaten abwechslungsweise mit den geschälten und halbierten Knoblauchzehen, den Kräutern, Kapern, Sardellen und Pfefferkörnern in ausgekochte Gläser schichten. Zuletzt das Öl dazugiessen, bis alles bedeckt ist. Gut verschliessen und zwei bis drei Wochen ziehen lassen.

## Knoblauch in Öl

Wie kann ich Knoblauch in Öl einlegen?

Anna KUster, Schmerikon

Für zirka 2 Gläser zu 2 1/2 dl Inhalt: 2 1/2 dl Obstessig, 500 g geschälte Knoblauchzehen, 1 1/2 - 2 1/2 dl Öl, ausgekochte Einmachgläser

Den Essig erhitzen, die Knoblauchzehen hineingeben und aufkochen. Den Knoblauch herausnehmen, abspülen. Auf saugfähigem Papier trocknen. In Einmachgläser geben, Öl darübergiessen. Im Kühlschrank fest werden lassen. Verschliessen. Achtung: Beschränkt haltbar (im Kühlschrank).

Tipp: Auf die gleiche Weise können Sie auch entkernte und in Streifen geschnittene Peperoni in Öl eingelegen.

Gabriela Stambach

Stadt Zürich

MARKTBUMMEL

Brotaufstrich - zu Höherem berufen

ILLUSTRATION EDITH SCHINDLER VON GABY BAUMGARTNER

"Ui, da haben Sie sich ja ganz schön geschnitten." Behutsam desinfiziert der Arzt die Wunde, legt einen Verband an, schient den Finger und rät dazu, ihn ruhigzustellen. Eine ganze Woche lang. Zerknirscht und etwas bleich verlässt die Marktbummerlin die Praxis.

Das also hat sie nun davon. Das Ausprobieren von Rezepten für die Texte dieser Rubrik entwickelt sich langsam zu einer Gefahr für Leib und Leben. Praktisch jedesmal geht irgend etwas schief. Im Sommer war ihr das Testessen eines Fisches schlecht bekommen: Prompt verschluckte sie eine Gräte und musste sich zu deren Entfernung aus der Luftröhre in die Notfallstation eines Spitals begeben.

Erst das Präbeln macht Spass

Doch es sollte noch schlimmer kommen. "Tapenade", dieses ölige, enorm kalorienhaltige, aber wahnsinnig wohlschmeckende und im Trend liegende Olivenmus, wollte sie ihren Gästen gestern abend zum Apéro servieren. Mit frischer Baguette, dazu ein Glas kühler Sekt. Am Olivenstand auf dem Bürklimarkt erstand sie zweihundert Gramm schwarzer Oliven. Und die galt es nun fein zu hacken und zuvor zu entsteinen. Jede einzeln. Mit einem scharfen Messer. Zum guten Glück - vielleicht auch in unbewusst weiser Voraussicht - hatte sie den Salat und die Hauptspeise (eine Feta-Pizza) schon bereit. So brauchte nur der Apéro ersatzlos gestrichen zu werden.

Dabei wäre der ganze Aufwand gar nicht nötig gewesen. Der Marktfahrer Alain Nägele bietet auf dem Bürklimarkt zwei Sorten fixfertiger Tapenade an. Grüne und schwarze, je nach Art der verwendeten Oliven. Diese beiden Sorten will er aber als "Basisprodukt" verstanden wissen, denn "das Entscheidende ist, wie und womit die Tapenade nachher noch verfeinert wird und wozu man sie

verwendet". Verfeinern lasse sie sich nämlich mit Sardellen oder Sardellenpaste, mit Mandeln oder "einem Gutsch Cognac". Ihm mache das Pröbeln mit der Tapenade erst so richtig Spass, wenn er sie irgendwo geschmacksbringend einbauen könne.

"Tapenade ist kein Le Parfait", gibt Nägele zu bedenken und weist auf ihre Einsatzmöglichkeiten in Saucen (zu Teigwaren, Salaten), auf Pizzen oder zu Käse (Feta-Brötli) hin. "Viele Leute haben ja nicht so gerne Oliven", fährt Nägele fort. "Und gerade die schätzen dann Tapenade als Brotaufstrich zu Baguette oder auf Crostini." Auf dem Bürkliplatz habe er viele dieser Kundinnen und Kunden. "In Spanien oder Frankreich ist das anders, dort würden nur wenige Leute Tapanade aufs Brot schmieren", betont er nochmals.

Die Moral von der Geschicht'

Ob er die Oliven selber entsteine? Nein, nein, sagt er, er bekomme die bereits entsteint geliefert, fassweise, eingelegt in Salz und Lorbeerblätter. "Manchmal sind sie ganz weich, wenn sie hier ankommen. Dann schmecken die wie Pralinés."

Seine Basis-Tapenade ist für fünf Franken pro hundert Gramm auf dem Markt erhältlich. Abenteuerlustigen und besonders Ehrgeizigen soll aber das Rezept dazu dennoch nicht vorenthalten werden: 200 Gramm schwarze oder grüne Oliven entsteinen, fein hacken. Danach in Olivenöl einlegen, mit Herbes de provence und feingehackten Kapern abschmecken.

Aber eben: Der Kenner kauft sich seine "Basis-Tapenade", verfeinert sie nach Lust und Laune und setzt sie ihrer Bestimmung gemäss zu Höherem ein. Nie aber würde er sie aufs Brot schmieren.



Stadt Zürich

Olivenbrot Für 4 Personen

400 g Weissmehl,

1 TL Salz, 50 g schwarze

Oliven, 50 g getrocknete in Öl

eingelegte Tomaten, 1 Dose Sardellen, 1/2 Würfel Hefe, 2 1/2 dl Wasser.

Mehl und Salz mischen. Oliven, Tomaten und Sardellen grob hacken, mit dem Öl zum Mehl geben. Die Hefe mit handwarmem Wasser mischen, beifügen und den Teig von Hand oder mit der Maschine kneten. Zugedeckt 10 Minuten bei 50 Grad im Backofen, weitere 30 Minuten in der Küche gehen lassen. Nochmals zusammen kneten. In eine geölte Cakeform füllen. Nochmals 15-20 Minuten gehen lassen. Mit Heissluft bei 200 Grad oder mit Ober-/Unterhitze bei 220 Grad ca. 50 Minuten backen.

Rezept: Miele Kursküche Spreitenbach

Stadt Zürich

Olivenrolle

Für 4 Personen

1 Brotteig à 300 g, 100 g entsteinte grüne Oliven, 1 Döschen Sardellenfilets, 75 g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten, 2 EL Olivenöl, grobes Salz.

Oliven, Sardellen und Tomaten fein hacken oder cuttern. Den Teig möglichst dünn auswallen. Die Masse darauf verteilen. Rollen und auf ein PerfectClean-Blech legen. Mit einem Messer auf dem Rollentrücken 3- bis 4-mal so tief einschneiden, dass man die Füllung sieht. Mit einem Tuch zugedeckt gehen lassen. Mit Öl bestreichen, mit Salz bestreuen und mit Heissluft bei 180 Grad 35 bis 40 Minuten backen. Warm aufschneiden und zu Salat oder als Apéro servieren.

Rezept: Miele Kursküche Spreitenbach