

KOCHBRIEFKASTEN

Frau Thöny aus Thusis sucht ein Rezept für Olivenpaste.

Rezept: 100 g Sardellenfilets, 200 g schwarze Oliven, 50 g Kapern, ½ 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 Stambach/rea*

Fragen mit Absender an:
Coopzeitung, Kochbriefkasten,
Postfach 2550, 4002 Basel
E-Mail: kochbriefkasten@coop.ch

Tapenade (Olivenpüree)

Für 4-6 Portionen:

100 g dunkles Olivenpüree, nature
1 EL Sardellenpaste aus der Tube
5 EL Olivenöl
2 EL Sherry-Essig
1 Knoblauchzehe
Pfeffer aus der Mühle

Das Olivenpüree mit der Sardellenpaste, dem Olivenöl und dem Essig im Cutter mischen. Die Knoblauchzehe pressen, den Saft dazugeben und mit Pfeffer abschmecken. Die Tapenade in einem verschliessbaren Glas mit Öl bedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Tip: Schmeckt am besten auf gerösteten Baguette-Scheiben.

Varianten: 250 g schwarze oder grüne entsteinte Oliven mit 100 g abgetropften Sardellenfilets, 100 g Kapern, wenig Thymian, 1 Lorbeerblatt und 2 Knoblauchzehen im Cutter pürieren. Mit 4 Esslöffel Olivenöl und Pfeffer abschmecken.

Tapenade

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

G. KOLLER, KRONBÜHL

100 g Sardellenfilets, 200 g schwarze Oliven, 50 g Kapern, ½ dl Olivenöl, wenig Zitronensaft, 1 TL scharfen Senf, je 1 Prise Thymian- und Lorbeerpulver, 3 EL Marc oder Cognac, 1 Knoblauchzehe, schwarzer Pfeffer

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.