

REZEPT: FEIJOADA COMPLETA MIT FAROFA, COUVE MINHEIRA UND MOLHO DE PIMENTA

Eine wahre Spezialität des Landes ist „Feijoada Completa“. Diese Köstlichkeit besteht aus schwarzen Bohnen, Suppenfleisch, geräucherte Schweinezunge, Schweinelende, geräucherten Speck und weiteren Fleischsorten. Als Beilagen werden geschälte Orangenstückchen, Reis oder Salat serviert.

ZUBEREITUNG

Die Molho de Pimenta muss eine Woche vor der geplanten Feijoada vorbereitet werden.

1. Die feingehackten Chilis, samt Kerne, werden zusammen mit dem gehackten Knoblauch in ein zu verschließendes Glas gefüllt und mit Öl, Essig und Schnaps bedeckt. Das Ganze muss eine Woche ziehen. Diese Basis eignet sich hervorragend für andere Mahlzeiten.

2. Nach der woche werden die anderen Zutaten beigemischt um die Soße, mit dem stückigen Gemüse, zuzubereiten.

3. Ein Tag zuvor werden die Bohnen eingeweicht in Wasser, dabei die Bohnen 1 cm bedecken. In einer Marinade aus Weinessig, 2 gewürfelten Knoblauchzehen, Salz und Pfeffer wird das Fleisch, außer Wurst und Speck, eingelegt.

4. Am Tage der Zubereitung sollten mehrere große Töpfe bereitgehalten werden. 4 Knoblauchzehen und 2 gehackte Zwiebeln mit etwas Öl anbraten. Die Bohnen samt Weichwasser zugeben und ca 1,5 Std köcheln lassen. Wasser bereithalten zum Nachfüllen.

5. Restliche Zwiebeln, Knoblauch, Lorbeerblätter mit etwas Öl in einem weiteren Topf andünsten. Im 10 Minutentakt werden folgende Fleischsorten beigefügt : Suppenfleisch, Schweinezunge, Kassler, Schweinelende und Ohr, Schwanz und Fuß, Bauchspeck. 1,5 Std Schmorzeit

6. Danach das Fleisch, Koriander, Kreuzkümmel, Wurst, geschälte Orange in die Bohnen geben und weitere 1,5 Std schmoren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in Maßen umrühren.

7. Die Bohnen nicht zerkochen lassen und die Soße sollte eine sämige Konsistenz haben. Vor der Servieren entfernt man Ohr, Fuß und Schwanz aus dem Topf, die lediglich zur Bindung und Geschmacksgebung beigefügt waren.

8. Für Farofa wird der Speck in der Pfanne, zusammen mit dem Maniokmehl streuselig angebraten. Entfernt von der Kochstelle wird mit Salz und Butter abgeschmeckt.

9. Für Couve Minheira werden die befreiten Kohlrabiblätter mit den restlichen Zutaten 10 min. angebraten, dann gedünstet.

10. Die Gerichte sind servierfertig. Als Beilage wird Reis oder ein Tomaten/Gurkensalat empfohlen. Der Caipirinha rundet dieses klassische Mahl ab.



EINKAUFLISTE

FEIJOADA	
500 g	Suppenfleisch Rind
1	geräucherte Schweinezunge
1,5 kg	schwarze Bohnen
500 g	Schweinelende
150 g	Schwein Bauchspeck
1	Schweinefuß
1	Schweineohr
1	Schweineschwanz
750 g	Chorizowurst
500 g	Kasseler Kamm ruh geräuchert
6	gewürfelte Zwiebeln
8	gepresste Knoblauchzehen
100 ml	Öl
3	Lorbeerblätter
1	Orange
0,5	Bund frischen Koriander
1 TL	Kreuzkümmel
	Salz
	Pfeffer
FAROFA	
100 g	fettigen Speck
300 g	Maniokmehl
	Salz
COUVE MINHEIRA	
1	gewürfelte Zwiebel
750 g	Kohlrabiblätter
2 EL	Öl
2	gehackte Knoblauchzehen
	Salz
	Pfeffer
MOLHO DE PIMENTA	
2	gehackte Knoblauchzehen
6	frische Chilischoten
1	fein gewürfelte rote Paprikaschote
2	fein gewürfelte Tomaten
2 EL	Essig
2 EL	Weizenkorn / klarer Schnaps