

Wochenende

OÖNachrichten

„Riada Ratschn“: Wolfgang Marschall hat 20 Jahre der beliebten Wochenzeitung analysiert »Seite 3



Radserie: Techniklösungen für mehr Sicherheit »Seite 4 und 5

SAMSTAG, 19. SEPTEMBER 2020

Wo man Reis mit Knoblauch isst

Die kulinarische Reise der OÖN-Reihe „Fremdkochen“ ist dieses Mal bei Poliana Scheibenberger in Oftering zu Gast – und landet in Brasilien. Ein Land, in dem Reis mit Knoblauch gegessen wird und beim Essen mitunter Ampeln eine Rolle spielen.



Foto: Volker Weibold

VON ROSWITHA FITZINGER

Gott sei Dank gibt es hier so viele Berge zum Wandern und Radfahren“, sagt Poliana Scheibenberger, während sie die Zwiebel schneidet, dabei die eine oder andere Träne verdrückt und gleichzeitig lacht. Es sei nicht leicht, schlank zu bleiben. „Ich liebe österreichisches Essen – sehr“, sagt sie. Für Essigwurst und Kaiserschmarrn nehme sie jeden Aufstieg zu einer Hütte in Kauf. Doch von der sauren Jause wie der süßen Mehlspeise ist die 39-Jährige in ihrer Küche in Oftering gerade so weit entfernt wie ihre frühere Heimat.

Poliana kocht „Bife acebolado com arroz, feijão e farofa“. „In Brasilien wird Rinderfilet mit gerösteten Zwiebeln, mit Reis, Bohnen

und Farofa in jedem Haushalt gekocht, zu Mittag, aber auch zum Abendessen. Man bekommt es in feinen Restaurants genauso wie in Kneipen oder Buffets“, sagt die ehemalige Fremdsprachenkorrespondentin, die als Au-pair in der Schweiz Deutsch gelernt hat und in einem Kinderheim in Brasilien aufgewachsen ist. Dort hat sie auch Kochen gelernt. Ihr Mann Thomas schwärmt von ihrem „super Schweinsbraten“, am liebsten backe sie allerdings Kuchen, verrät Poliana, die von einer eigenen kleinen Konditorei träumt, in der auch brasilianische Kunst verkauft wird.

Zukunftsmusik, während in der Gegenwart die Kidney-Bohnen in einem Schnellkochtöpf garen. Die dünnen Rinderfiletstücke stehen noch unberührt neben dem Herd, überzogen mit einer grünen Paste, die farblich an Wasabi erinnert. Doch der scharfe ja-

panische Meerrettich hat hier nichts zu suchen, es ist eine Mischung aus hiesigen Kräutern. Marinade für Fleisch – in Polianas alter Heimat ein Ding der Unmöglichkeit. „Rindfleisch in Brasilien besitzt so starken Eigengeschmack, dass es nur mit grobem Salz gewürzt wird. Mehr braucht es nicht“, erklärt sie. Hier schon.

Vielfältig, reichhaltig, aber nicht fett

Die Küche des flächenmäßig fünftgrößten und mit mehr als 200 Millionen Menschen bevölkerungsmäßig sechstgrößten Landes der Erde auf den Punkt zu bringen, ist nicht einfach. Zu zahlreich sind die Regionalküchen, die von indigenen, portugiesischen und afrikanischen Einflüssen geprägt sind. „Die brasilianische Küche ist auf alle Fälle reichhaltig, aber nicht fett. Neben Fleisch

gibt es viel Gemüse und eine große Palette an Desserts“, so die Südamerikanerin. Während im Norden durch den Amazonas traditionell viel Fisch gekocht werde, sei der Süden deutlich europäischer geprägt. „Hier gibt es sogar Oktoberfeste und Dörfer, in denen nur Deutsch gesprochen wird.“

Sie ist eine Mineiros, eine Bewohnerin Minas Gerais. Der Bundesstaat im Südosten Brasiliens ist so groß wie Frankreich, berühmt für seine Kolonialbauten und ursprüngliche Kultur, aber auch reich an Bodenschätzen und Mineralien (Minas Gerais zu Dt: allgemeine Mineralien). Kulinarisch sticht er durch eine besondere Art der Zubereitung hervor. „Fleisch, Bohnen, Gemüse, Reis werden in einem Holzofen langsam gekocht, was den Gerichten einen ganz besonderen Geschmack verleiht.“ »Weiter auf Seite 2

WERBUNG

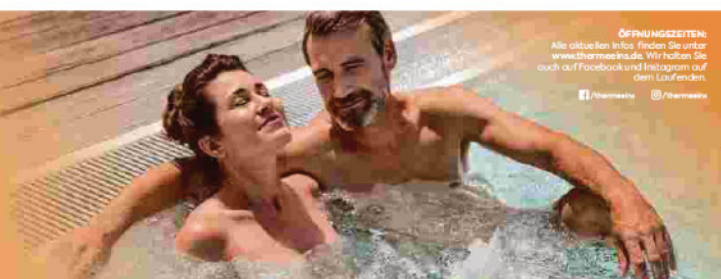
ECHT. WAS LOS.

EVENTSTART THERME TEXTILFREI

05. OKTOBER | 02. NOVEMBER | 07. DEZEMBER
WEITERE TERMINE FOLGEN

Für unsere SAUNAHOF-Gäste erweitern wir ab 19:00 Uhr den textilfreien Bereich auf 6 THERMALBAD-Becken.

Entspannen Sie im Thermalwasser bei romantischer Beleuchtung, Musik und dem THERME TEXTILFREI – Cocktail.



ÖFFNUNGSZEITEN:
Alle aktuellen Infos finden Sie unter
www.therme-eins.de. Wir halten Sie
auch auf Facebook und Instagram auf
dem Laufenden.

[f/therme-eins](https://www.facebook.com/therme-eins) [ig/therme-eins](https://www.instagram.com/therme-eins)

THERME
EINS

SAUNA
BAD FÜSSING

THERME EINS
Kurtlee 1
94072 Bad Füssing
Tel. +49 (0) 9328 9446-0
info@therme-eins.de

ECHT. ERHOLSAM.
www.therme-eins.de

Wo man Reis mit Knoblauch isst

»Fortsetzung von Seite 1

Ebenso typisch für Minas Gerais ist der Queijo Minas, eine Art Frischkäse, den man mit pürierten Früchten als Nachspeise zum Kaffee genießt. Doch bis zur Nachspeise dauert es noch.

Erst einmal ist der Reis an der Reihe. „Ohne Knoblauch geht bei uns gar nichts“, sagt Poliana, während beides in einem Topf angebraten wird. „Wenn Brasilianer in einem anderen Land Reis essen, schmeckt er ihnen nie. Es fehlt einfach der Geschmack“, weiß sie nur zu gut. Etwas, das bei brasilianischem Essen ebenfalls selten fehlt, ist Farofa. Das geröstete Maniokmehl kommt in hundert verschiedenen Varianten auf den Tisch, wird als Beilage serviert oder über Eintöpfe gestreut und meist mit diversen Zutaten aufgepeppt. „Ich verwende am liebsten grobes Maniokmehl, das man bei uns in Asialäden bekommt.“ Speck, Zwiebel und – natürlich – Knoblauch sowie Ei sind weitere Zutaten einer typischen Farofa.

Brasilianische Imbisskultur

Essen ist eine wichtige Sache in Brasilien. Eine, für die man sich ausreichend Zeit nimmt, vor allem wenn man Gäste hat oder eingeladen ist.

Schneller muss es wochentags gehen. Wer berufstätig ist, isst in einer Comida à Quila, einem Selbstbedienungsrestaurant, auch Kilo-Restaurant genannt, in dem das Gewicht den Preis bestimmt. Wer es noch eiliger hat oder wen zwischendurch der Hunger plagt, der schnappt sich einen Imbiss. „In Brasilien gibt es an jeder Ecke sogenannte Salgadinhos, Fingerfood“, erklärt die 39-Jährige. Kleine Häppchen, die auf keiner Party oder Hochzeit fehlen dürfen. Die „salzigen Kleinigkeiten“ gibt es in hundert Variationen, als Teigaschen mit Hack- oder Hühnerfleisch gefüllt, als Käse- oder Fischbällchen frittiert.

Nichts auf die Schnelle ist dagegen ein Besuch in einer Churrascaria. „Ein Paradies für Fleischesser“, nennt Poliana dieses traditionelle brasilianische Grillrestaurant, das in Argentinien seinen Ursprung hat. „Die Kellner gehen mit Spießen von Tisch zu Tisch. Wer ein Stück Fleisch möchte, legt eine grüne Karte auf den Tisch, wer pausieren will, eine rote“, erklärt sie. Ampelsystem auf Brasilianisch. Bezahlt wird ein Einheitspreis, umgerechnet 40 Euro kostet dieses fleischliche „All you can eat“-Vergnügen, das man sich nicht jeden Tag leistet. „Der Besuch einer Churrascaria ist etwas für besondere Anlässe.“



Brasilianisches Essen ist reich an Beilagen: Das Rinderfilet wird mit Bohnen, Reis, Farofa und Salat serviert. Fotos: Weibold

Es werde langsam gegessen, dazwischen immer wieder pausiert. „Man geht mittags hin und abends wieder heim“, so die Brasilianerin.

Im Gegensatz zu unseren Breiten folgt in Brasilien das Essen keiner festen Uhrzeit. „Zu Mittag gegessen wird bis 15 Uhr, das Abendessen gibt es bis 23 Uhr und kann auch erst um 4 Uhr früh kommen, wie wir es auf einer Feier erlebt haben“, erinnert sich die Südamerikanerin lachend. 2008 hat sie und ihren Mann Thomas nach Jahren im Ausland, in denen sie für inter-

nationale Konzerne tätig waren, nach Österreich verschlagen. Mittlerweile haben sie ihre Jobs aufgegeben, widmen sich brasilianischem Kunstdesign, das sie auf diversen Veranstaltungen präsentieren (siehe Faktenkasten).

Ein fixer Bestandteil ihrer „Brazilian Design Days“ ist auch typisch brasilianisches Essen. Apropos: Die Kidney-Bohnen sind in-

zwischen bissfest und werden nur mit Salz abgeschmeckt, der Reis ist fertig, die angebratenen Rinderfiletstücke rasten im Rohr. Zeit für den letzten Arbeitsschritt, bei dem die grob geschnittenen Zwiebeln karamellisiert und mit Zuckerrohrschnaps – Caçaca – flambiert werden. Bevor zur Messer und Gabel gegriffen wird, noch ein kleiner Tipp der Köchin: „Am besten von allem etwas auf den Teller geben, dann vermischt sich alles und ein Geschmack ergänzt den anderen.“



REZEPTE & TERMINE



Limettenmousse

„Fruchtige, süße Desserts mögen Brasilianer besonders gern.“

Zubereitung: eine Dose gezuckerte Kondensmilch (vom Asiamarkt), eine Packung Qi-miQ Classic (250 g), 100 ml Limettensaft eine Minute mixen. Zwei TL gemahlene Gelatine in 50 ml lauwarmem Wasser auflösen. Zu der Limettencreme geben und eine weitere Minute mixen. Die Limettencreme in Tassen verteilen. Die Limettenschale darauf streuen und in den Kühlschrank stellen.

Farofa

Zutaten: 300 g Maniokmehl (grob), 1 Zwiebel gehackt, 3 Esslöffel Butter, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Maniokmehl dazugeben und ständig rühren, bis es goldbraun wird. Man kann auch gebratene Speckwürfel und Spiegelei (geschnitten) dazugeben.

Brasilianischer Kochkurs

Anlässlich eines exotisch-brasilianischen Wochenendes auf dem Seyringer Gut in Aulolzmunster wird unter anderem TV-Köchin Viktoria Stranzinger brasilianische Kochkurse abhalten (6. bis 8. November).

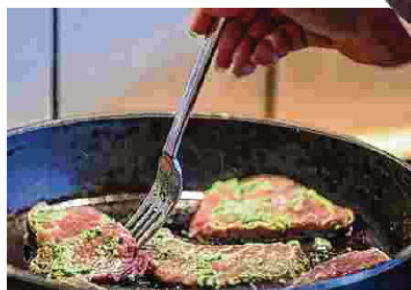
Brazilian Design Days

mit brasilianischem Kunstdesign und Essen gibt es am: 26.-27. September im Dominikanerhaus Steyr, 10-18 Uhr 16.-18. Oktober: Landschloss Parz in Grieskirchen, 10-18 Uhr 13.-15. November im Gästezentrum (Trinkhalle) Bad Hall, 10-18 Uhr.

Infos: artelavista.com



Immer wieder Knoblauch



Fleisch, das Würze braucht



Pfeffer kommt in Brasilien aus der Flasche und wird über die Speisen geträufelt.