

## Lateinamerikanische Küche

# Picarones (Honigringe)



Mi primer recuerdo cuando pienso en picarones: la negrita «picaronera» en el mercado navideño de la iglesia católica alemana en Lima. Cuando éramos niños observábamos fascinados cómo la «negrita» preparaba los picarones. No podíamos esperar el momento de comer los primeros picarones untados en chancaca (jarabe de azúcar de caña). Los picarones son un postre criollo con sus ingredientes principales de zapallo, harina de camote (patata dulce o batata) y chancaca.

Mein erster Gedanke und meine erste Erinnerung an Picarones: die dunkelhäutige Picarones-Verkäuferin, die sogenannte «Picaronera» auf dem alljährlichen Christkindlmarkt der deutschen katholischen Kirchengemeinde in Lima. Wir Kinder schauten ihr fasziniert beim Backen der Picarones zu und konnten es kaum erwarten, bis wir die ersten Picarones in Chancaca (Zuckerrohrsirup) eintauchen und essen durften. Immer eine sehr klebrige Angelegenheit, aber für uns Kinder

## Picarones (Honigringe)

### Zutaten für 4 Portionen:

#### Honig:

500 g Chancaca  
(oder Melasse)  
500 ml Wasser  
1 TL Orangenschale, gerieben

#### Teig:

150 g Kürbis  
60 ml Kürbisbrühe  
(ergibt sich beim Kochen)  
400 g Süßkartoffelmehl  
(oder Weizenmehl)  
1 TL Zucker  
250 ml Milch  
1 EL Stärkemehl  
1 EL Backpulver  
Pflanzenöl zum Frittieren

### Zubereitung:

Zuerst den Honig zubereiten: In einem Topf den Chancaca mit dem Wasser und der geriebenen Orangenschale bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten kochen. So lange rühren, bis sich ein zähflüssiger Honig bildet. Danach kalt werden lassen. Den Kürbis schälen und in etwa 3 cm große Würfel schneiden. In reichlich Wasser etwa 15 Minuten gar kochen. Von der entstandenen Kürbisbrühe 60 ml abnehmen und darin den Zucker auflösen. Den Kürbis im Mixer pürieren, abkühlen lassen und in einer Schüssel mit der Milch schaumig schlagen. Das Mehl, das Stärkemehl, das Backpulver und die Kürbisbrühe dazugeben. Alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. An einem warmen Platz etwa 30 Minuten gehen lassen. In einem Topf (oder einer Fritteuse) reichlich Öl erhitzen, sodass die Picarones während des Frittierens darin schwimmen können. Mit einem Löffel oder den Fingern etwas Teig zu Ringen formen, diese vorsichtig ins heiße Öl legen und goldgelb frittieren. Die Picarones werden mit Honig übergossen und noch warm gegessen.

Se remonta a la época del Virreinato. Todavía antes de la conquista de los españoles, en Perú se preparaban preferiblemente potajes a base de zapallo (calabaza) y camote. Años más tarde se adaptaron los acentos culinarios de los españoles inmigrantes, como por ejemplo la mezcla de zapallo con harina de camote (o harina de trigo). Se supone que los picarones son la variante peruana de los «buñuelos» españoles, los cuales sólo difieren por su forma de bolitas.

das kulinarische Highlight des Jahres. Picarones sind ein krelischer Nachtisch mit den Hauptzutaten Kürbis, Süßkartoffelmehl und Chancaca. Sie haben angeblich ihren Ursprung in der Kolonialzeit. Noch vor der Besetzung der Spanier in Peru wurden der Kürbis und die Süßkartoffel bevorzugt in Eintöpfen verarbeitet. Später wurden allerdings einige der kulinarischen Akzente der spanischen Einwandererküche übernommen, wie zum Beispiel hier die Verarbeitung von

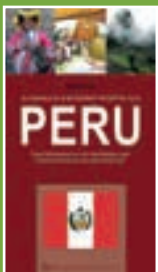
Los picarones se sirven calientes y bañados en chancaca. Los picarones, como también el «Turrón de Doña Pepa» (ver edición La Guía Julio/Agosto), originalmente se ofrecían sólo en el mes de octubre, que es el mes de las procesiones en honor al «Señor de los Milagros». Hoy en día este tan famoso postre se sirve durante todo el año. Cada vez que viajo a Perú no me puedo perder de comer mi porción de picarones!

Aunque me encanta comer y comprar los picarones donde una «picaronera», no es difícil de prepararlos. La masa se hace rápido y sin complicaciones. Sin embargo hay que tener cierta habilidad manual para formar las roscas y ponerlas rápidamente en la olla con el aceite caliente.

Kürbis mit Süßkartoffelmehl zu einem Teig. Picarones sind vermutlich die peruanische Variante der spanischen «Buñuelos», die jedoch meist kugelförmig sind. Die Picarones werden warm serviert und mit Chancaca übergossen. Die Picarones wurden, wie auch der «Turrón de Doña Pepa» (siehe La Guía Ausgabe Juli/August) ursprünglich während der Zeit der Prozessionen zu Ehren des «Herrn der Wunder» im Oktober angeboten. Mittlerweile sind sie ein beliebter Nachtisch in Peru, der das ganze Jahr zubereitet wird und überall großen Anklang findet. Der Genuss von Picarones darf mittlerweile ebenso bei keinem meiner Peru-Besuche fehlen. Auch wenn ich die «Picarones» lieber bei einer «Picaronera» kaufe und esse, ist es nicht schwer, diese selber zu backen. Den Teig der «Picarones» kriegt man recht einfach hin. Allerdings braucht man ein wenig Übung und Fingerfertigkeit, um den Teig in Ringform in das Frittierfett zu platzieren.



**Heidi Schade** ist in Peru geboren und aufgewachsen, stammt aber aus einem österreichischen Elternhaus. Sie hat das erste Buch auf Deutsch über die peruanische Küche geschrieben. Sie lebt heute in Mainz und arbeitet als Autorin und Journalistin.



Schade, Heidi:

**Klassische & moderne Rezepte aus Peru - Über 200 Rezepte von der Pazifikküste, dem Hochland der Inkas und dem Amazonas**, erschienen beim Verlag: Gebrüder Kornmayer. ISBN : 978-3-938173-70-1.

Einband: Englisch Broschur. Preis: 14,95 EUR. 270 S.,

Fotos von Land, Leuten, Essen. Peruanische Produkte im Rhein-Maingebiet sind erhältlich über den Onlineversand [www.mi-tierra.de](http://www.mi-tierra.de), und am südamerikanischen Stand in der Frankfurter Markthalle.

**Kunze & Wagner**  
Rechtsanwältinnen  
und Notarinnen

Martina Kunze  
und Nicole Wagner

Parkstraße 1  
61118 Bad Vilbel  
Tel.: 06101/986450  
[www.kunze-wagner.de](http://www.kunze-wagner.de)

¡Hablamos y escribimos  
en español!

## PSICOTERAPIA

**Edna Moreno**  
Psicóloga Univ. Javeriana  
[www.psico-terapia.de](http://www.psico-terapia.de)

- \* Terapia clínica educativa
- \* Terapia familiar, niños y jóvenes
- \* Terapia individual

Edna Moreno, Tel. 06103 7039961  
Am Heiligenstock 12, 63329 Egelsbach  
(bei Langen)

**Lübeck**  
Steuerberater  
Rechtsanwälte

Asesoramiento legal y financiero en derecho alemán y español.

Asesoramiento legal en:

- derecho inmobiliario,
- societario,
- de la propiedad industrial
- familia y sucesiones.

Asesoramiento financiero:

- declaraciones fiscales,
- contabilidad financiera de empresas,
- contabilidad de nóminas y salarios.

Abogadas, LL.M. Sra. Sonia García Ballarín y  
LL.M. Sra. Consuelo Molino Ortega  
Friedensstrasse 11, 60311 Frankfurt am Main  
Teléfono 069-2426620 [www.luebeckonline.com](http://www.luebeckonline.com)