

Postre «Suspiro a la Limeña» Nachtisch «Seufzer einer Frau aus Lima»

Es conocido que a los peruanos les encantan los dulces. Así que los postres también son más azucarados. Un postre especial es pues el famoso «Suspiro a la Limeña», que tiene como elementos principales la leche azucarada y el merengue. El «Suspiro a la Limeña» se sirve normalmente en porciones pequeñas, ya que – por lo dulce que es – solamente se puede comer un par de cucharadas o a lo contrario: uno se vuelve adicto al Suspiro y no deja de probarlo. La combinación de la masa caramelizada y el merengue crujiente le da un sabor extraordinario.

El «Suspiro a la Limeña» tiene su origen a mediados del siglo XIX en Lima. Se dice que el famoso escritor y poeta José Gálvez creó el nombre de este postre. La inspiración para este nombre le dio su esposa Amparo Ayarez, una excelente cocinera. A la pregunta de él por qué le dio este título al postre, él contestó: «Porque es suave y dulce, como el suspiro de una mujer.»

Los ingredientes – sobre todo los productos lácteos y los huevos – ya llegaron a Perú con los inmigrantes españoles. Aquí nuevamente se ve, que la cocina peruana es una fusión de influencias gastronómicas de muchos países, sobre todo la árabe y china.

gem Rühren aufkochen und etwa 15 bis 20 Minuten kochen lassen, bis die Milch karamellisiert. Den Topf von der Herdplatte nehmen und abkühlen lassen. Danach die Eigelbe und die Vanille hineinrühren. Alles auf vier Schalen oder Cocktailgläser verteilen. Den Zucker mit dem Portwein in einem Topf erwärmen und etwa 5 bis 10 Minuten rühren, bis sich ein Sirup gebildet hat. Den Sirup kalt werden lassen. Die Eiweiße zu Eischnee schlagen und den Sirup während des Schlagens nach und nach hineingießen. Das Baiser anschließend dekorativ auf der Creme verteilen und mit etwas Zimtpulver verfeinern. Im Kühlschrank etwa 1 Stunde ruhen lassen.

Zutaten für 4 Portionen:

100 ml weißer Portwein
3 Eiweiße
5 Eigelbe
200 g Zucker
1 Dose Kondensmilch (etwa 300 ml)
1 Dose gezuckerte Milch (etwa 400 ml)
1 EL Vanille (oder 1 Pkg. Vanillezucker)
1 Zimtstange
Zimtpulver zum Garnieren

Zubereitung:

Die Kondens- und die gezuckerte Milch mit der Zimtstange in einem Topf unter ständi-

Bekannt ist, dass die Peruaner gerne Süßes essen und dementsprechend sind die Nachspeisen grundsätzlich auch etwas zuckerhaltiger. Ein Highlight der süßen Desserts ist der berühmte «Suspiro a la Limeña»: Hauptelemente sind hier die gezuckerte Milch und das Baiser. Serviert wird der «Suspiro a la Limeña» meist in kleinen Portionen, denn man schafft – ob der Süße – entweder nur ein paar Löffel oder man wird regelrecht «süchtig» danach und kann nicht aufhören davon zu kosten. Die Kombination

zwischen der cremigen karamellisierten Masse und dem feinen knackigen Baiser obendrauf lässt die Geschmacksnerven im Mund richtig «explodieren».

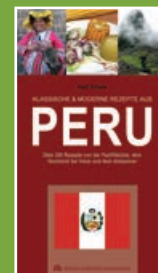
Der «Suspiro a la Limeña» findet seinen Ursprung Mitte des 19. Jahrhunderts in Lima. Gerüchten zufolge hat der berühmte Schriftsteller und Poet José Gálvez dieser Süßspeise den Namen verliehen. Inspiriert wurde er durch seine Frau Amparo Ayarez, die eine große Köchin war und diesen Nachtisch kreierte. Als man ihn fragte, was seine Inspiration für die Namensgebung der Süßspeise war, sagte er: «Weil sie leicht und süß ist, wie der Seufzer einer Frau».

Die Zutaten, sprich die Milchprodukte und Eier, sind bereits zur Kolonialzeit von den Spaniern nach Peru eingeführt worden. Dies ist auch ein Beispiel dafür, dass die peruanische Küche aus der Vereinigung zahlreicher Einflüsse vieler Länder, vor allem der arabischen und chinesischen Einwandererküchen entstanden ist.



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.

www.heidi-schade.de



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, und am südamerikanischen Stand in der Frankfurter Markthalle.