Chicha morada

Limonade aus blauem Mais

El maíz, que en Perú se conoce como «choclo», es sin duda la fruta más tradicional de la época precolombina. En esta época el maíz no sólo era nutrición básica, si no también servía como moneda de trueque. En Perú existe una gran variedad de especies cultivadas en diferentes colores y tipo de granos. Además se utilizaba en el imperio de los incas el maíz con fines ceremoniales, al igual como ofrendas en las tumbas.

El maíz tiene su origen en México. Sin embargo, los indígenas peruanos bien rápido supieron cómo domesticar la planta y aprovecharla como base de nutrición.

En la gastronomía peruana el maíz tiene una importancia fundamental. Las dos variedades más populares son el maíz blanco y el maíz azul.

El maíz blanco peruano de Cusco incluso ya es un producto protegido. Esta variedad se distingue entre otras típicas características sobre todo por tener los granos de maíz más grandes y más suaves del mundo. Se prepara sobre todo cortado en rodajas de aprox. 3 cm como guarnición en los guisos, las sopas, como también en el famoso «cebiche» (ver La Guía marzo/abril 2014). O simplemente se goza entero, añadiéndole mantequilla y sal.

El maíz morado sin embargo tiene un intenso aroma de fruta. Durante el proceso de hervor obtiene su color característico oscuro, casi de color negro. Dentro de la gastronomía peruana este maíz es muy tradicional y popular la preparación de la famosa bebida «chicha morada» y el postre limeño llamado «mazamorra morada».

Der Mais, in Peru als «choclo» bekannt, ist die wohl traditionsreichste Frucht der präkolumbianischen Zeit. Er kommt in vielen Farben und Formen vor und diente damals nicht nur als Grundnahrungsmittel, sondern auch als Währung im Tauschhandel. Zudem wurde der Mais im Inkareich für zeremonielle Zwecke genutzt sowie als wertvolle Opfergabe in die Gräber gelegt.

Ursprünglich stammt der Mais aus Mexiko. Allerdings lernten die Menschen in Peru ziemlich schnell, wie man ihn anbaut und als gesundes Grundnahrungsmittel verwendet.

Mais spielt in der peruanischen Küche eine wichtige Rolle. Die zwei beliebtesten Sorten sind der weiße und der blaue Mais.

Der peruanische weiße Mais aus Cusco (Maiz blanco peruano Cusco) ist mittlerweile sogar ein geschütztes Produkt. Diese Sorte zeichnet sich neben anderen typischen Merkmalen vor allem durch die größten und weichsten Maiskörner der Welt aus. Er wird gekocht ,in etwa 3 cm dicke Scheiben geschnitten, zu Aufläufen, Suppen, wie auch zum «cebiche» (siehe La Guia März/April 2014) gegeben – oder auch ganz einfach nur mit Butter und Salz vom Kolben «abgenagt».

Der blaue Mais dagegen hat ein intensives, fruchtiges Aroma. Er bekommt während des Kochens die charakteristische dunkle, fast schwarze Färbung. Daraus wird das bekannte Erfrischungsgetränk «chicha morada» hergestellt sowie die puddingähnliche Nachspeise «mazamorra morada».

Limonade aus blauem Mais
Chicha morada

Zutaten für 4 Portionen:

500 g blauer Mais

1 Apfel

1 Quitte

2 Limetten

100 g Ananasschalen

8 Pflaumen, getrocknet

130 g Zucker

4 L Wasser

1 TL Nelken

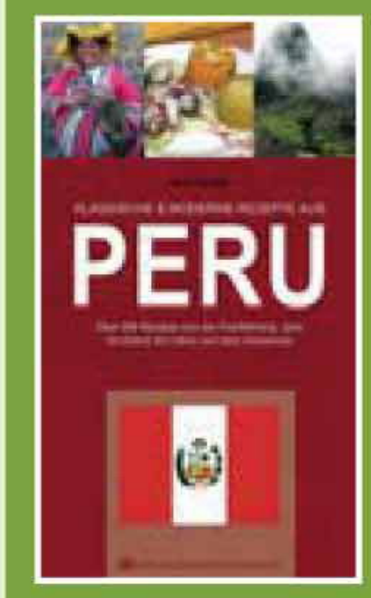
1 Zimtstange

Zubereitung

In einem großen Topf das Wasser mit den Maiskolben, der Zimtstange, den Nelken und den Ananasschalen etwa 45 Minuten kochen, bis die Maiskörner anfangen aufzuspringen. Die Flüssigkeit in einen Krug sieben, mit Zucker süßen und abkühlen lassen. Die Pflaumen fein hacken, den Apfel und die Quitte in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Erst kurz vor dem Servieren den Limettensaft und das Obst hinzufügen.

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-fotografie.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.