

GRADY SPEARS ★ JUNE NAYLOR

COWBOY KOCHBUCH



HEEL

Das Cowboy Kochbuch





Das Cowboy Kochbuch



Grady Spears
mit June Naylor

Fotos: Erwin E. Smith
aus der Amon Carter Museum Collection
Food-Fotos: Ralph Lauer

HEEL

Inhalt

Vorwort von <i>Nolan Ryan</i>	9
Der Chisholm Trail von <i>Douglas Harman</i>	10
Der Cowboy-Fotograf von <i>Barbara McCandless</i>	12
Einleitung	14
<i>Kapitel Eins: Vorspeisen</i>	17
<i>Kapitel Zwei: Suppen, Salate und Beilagen</i>	34
<i>Kapitel Drei: Die Highlights der texanischen Chefköche</i>	60
<i>Kapitel Vier: Aus dem Metzgerladen</i>	83
<i>Kapitel Fünf: Dinge, die man nicht mit dem Lasso fängt.</i>	106
<i>Kapitel Sechs: Aus Vorrat und Speisekammer</i>	127
<i>Kapitel Sieben: Aus der Backstube</i>	159
<i>Kapitel Acht: Betthupferl für Cowboys.</i>	176
<i>Kapitel Neun: Lagerfeuer-Cocktails</i>	197
<i>Kapitel Zehn: Geheimnisse aus dem Küchenwagen</i>	214
Bezugs- und Informationsquellen	221
Index	224
Danksagung	228

SEITE 2
Einige Cowboys der Spur Ranch ruhen sich bei den Vorratswagen von der Arbeit aus, Spur Ranch, Texas, um 1910.

GEGENÜBERLIEGENDE
SEITE
Der Koch der Matador Ranch [Harry Stewart] beim Zubereiten eines „Flickschusters“ (Obstauflauf), Matador Ranch, Texas, 1908.





1

VORSPEISEN

VORSPEISEN STEIGERN DIE VORFREUDE auf ein bevorstehendes Essen. Die Cowboys auf dem Trail mussten sich mit einem Stück luftgetrocknetem Fleisch zufrieden geben, während sie darauf warteten, dass der Koch im Küchenwagen ihren Eintopf zubereitete. Dagegen sind wir heute in der glücklichen Lage, aus einer Vielzahl von Möglichkeiten auswählen zu können. ★ Tamales (gedämpfter Maisteig mit Füllung) gehören zu den besten Grundnahrungsmitteln in der mexikanischen Küche. Sie sind eine hervorragende Vorspeise, obwohl Grady dafür bekannt ist, dass er ein ganzes Dutzend davon als vollständige Mahlzeit essen kann. Variationen dieses beliebten, einfachen und bäuerlichen Gerichtes reichen von der weichen, nahezu puddingartigen Tamales, die man in Costa Rica, Guatemala und auf einigen Karibikinseln in Kochbananenblättern dämpft, bis zu den rustikaleren Tamales, die in Maisblätter gewickelt werden und in ganz Mexiko, New Mexiko und Texas zu finden sind. Ein echtes Tex-Mex-Menü beinhaltet immer Tamales. ★ Tamales sind aus den „Päckchen“ entstanden, die die Azteken vor über 500 Jahren aus einer Hülle von gemahlenem Mais machten. Die Azteken schätzten dieses Essen sehr und brachten es bei religiösen Zeremonien ihren Göttern dar. Dies mag vielleicht auch erklären, warum das Zubereiten und Verschenken von Tamales eine mexikanische Weihnachtstradition geworden ist. Diese Sitte hat sich so stark verbreitet, dass mittlerweile auch in Texas Freunde und Familie zu den Festtagen mit Tamales beschenkt werden. ★ Die glücklichsten Tamales-Köche in Texas wuchsen mit einer *Abuela* (für alle Gringos: das heißt Großmutter) auf, die ihnen alle gut gehüteten Familiengeheimnisse für wunderbar gewürzte, bildschöne Tamales mit auf den Weg gab. Wir anderen müssen die Kniffe für diese schwierige Kunst durch häufiges Ausprobieren lernen, was in der Regel einen ausgeprägten Sinn für Humor erfordert. In diesem Kapitel werden wir einige von Gradys Spezial-Tamales vorstellen. Wir kombinieren dabei jede Menge Geschmack mit den besten Ratschlägen, die wir während der letzten Jahre bei mexikanischen Köchen sammeln konnten. ★ Wir werden außerdem Vorschläge für Vorspeisen machen, die ideal für eine hungrige Meute oder eine kleine Dinner-Party sind. Sie finden neben bekannten Lieblingsgerichten wie Frito Pie und frittierten Austern auch einige delikate Kreationen aus Gradys Restaurants und aus seiner Zeit, als er in der Gegend des Big Bend im fernen Texas arbeitete.



Gradys Grundrezept für Tamales

(36 Stück)

Hier haben wir ein einfaches Grundrezept für Tamales, wie sie in Texas an Feiertagen, aber auch zu jeder anderen Zeit des Jahres serviert werden. Tamales sind eine ideale Vorspeise, schmecken aber ebenso gut mit einem Caesar Salat und Bohnen in Tomatensauce. Zusammen mit gegrilltem Fleisch oder Fisch sind sie ein leckeres Hauptgericht.

- 600 g** *Masa Harina* (Maismehl für Tamales, in mexikanischen Spezialitätengeschäften oder im Internetversand erhältlich)
- 720 ml** warme Hühnerbrühe
- 360 g** Schweineschmalz
- 3** Esslöffel Pflanzenöl
- 2** rote Paprikaschoten, entkernt und gewürfelt
- 4** Jalapeños, entkernt und klein geschnitten
- 1** rote Zwiebel, gewürfelt
- 220 g** frische Maiskörner,
- 1/2** Bund gehackter Koriander
- Salz**
- Etwa 50 Maisblätter** (gemeint sind die Blätter, die den Maiskolben umhüllen), in warmem Wasser eingeweicht
- 6** Maisblätter, in warmem Wasser eingeweicht (oder Metzgerkordel)

Masa Harina in eine große Schüssel geben und die Hühnerbrühe dazugeben. Mit einem Holzlöffel gut verrühren, bis der Teig fest, aber geschmeidig ist. Falls erforderlich, ein wenig mehr Hühnerbrühe hinzugeben, der Teig sollte aber immer fest bleiben.

Das Schweineschmalz mit einer Küchenmaschine verrühren, bis es locker und schaumig ist (etwa drei Minuten lang), bei mittlerer Geschwindigkeititerrühren und nach und nach

den Teig zugeben, bis sich alles gut vermischt hat.

Der Teig sollte leicht und locker sein. Um sicherzugehen, dass sich alles gut verbunden hat, einen Teelöffel Teig in ein Glas Wasser geben: Wenn er schwimmt, ist er fertig, andernfallsiterrühren. Den Teig zur Seite stellen.

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Paprikawürfel, Jalapeños und Zwiebeln etwa vier bis fünf Minuten lang anbraten, bis die Mischung weich wird. Mais und Koriander zugeben, mit Salz abschmecken und die Pfanne vom Herd nehmen. Die Gemüsemischung vorsichtig mit dem vorbereiteten Teig mischen, aber nicht zu viel rühren.

Einige der Maisblätter in 72 dünne Streifen teilen, man benötigt sie zum Zubinden der Tamales. Auf einer trockenen und sauberen Oberfläche 42 eingeweichte Maisblätter ausbreiten und etwa zwei bis drei Esslöffel Teigmischung darauf geben. Jede Tamale der Länge nach fest aufrollen und die beiden Enden wie ein Bonbonpapier zudrehen. Die Enden mit den vorbereiteten Blattstreifen oder dem Metzgergarn fest zubinden und beiseite stellen.

Einen Dampfgarer oder einen Topf mit Dämpfeinsatz mit der benötigten Menge Wasser füllen und die vorbereiteten Tamales bei geschlossenem Deckel etwa eine Stunde lang dämpfen, bis der Teig sich fest anfühlt. Herausnehmen und warm mit der Lieblingsfüllung (in den nächsten drei Rezepten) servieren. Oder abkühlen lassen und bis zur Verwendung einfrieren.

SEITE 16

„Los, schnappt es euch!“ (Rindertreiber „wie sie zum Essen abhauen“ mit einem bockenden Pferd ganz links), Three Block Ranch, New Mexiko, 1909

VORHERGEHENDE SEITE

Die LS-Leute beim Küchenwagen während des Abendessens im Schatten eines Baums.
LS Ranch, Texas 1907

Tamales mit Knoblauch-Shrimps-Füllung

(36 Stück)

Gradys Spezialrezept für Tamales wird auf sehr dekorative Art serviert. Wir lassen sie in der Maisblatthülle mit ihren Bändern an den Enden und schlitzen die Hülle in der Mitte auf, um die Füllung herauszulöffeln. So wird die Hülle zur Servierschale für die Tamales.

- 2 Teelöffel Cuminsamen**
- 60 ml Pflanzenöl**
- 2 rote Zwiebeln, gewürfelt**
- 6 Jalapeños, entkernt und klein geschnitten**
- 4 Roma-Tomaten, gewürfelt**
- 180 ml rote Chilisaucе (Seite 131)**
- 1/4 Knolle gerösteter Knoblauch (siehe unten)**
- 450 g geschälte mittelgroße Shrimps, ohne Darm, grob gehackt**
- 1/2 Bund gehackter Koriander**
- Salz**
- 36 Tamales nach Gradys Grundrezept (Seite 20)**

Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Den Cuminsamen auf ein Backblech legen und etwa vier bis fünf Minuten rösten. Vorsicht, sie verbrennen sehr schnell. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

Für die Shrimpsfüllung das Öl bei starker Hitze in einer mittelgroßen Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Jalapeños etwa drei bis vier Minuten anbraten, bis sie weich werden. Cuminsamen, Tomaten, Chilisaucе und Knoblauch dazugeben und zwei bis drei Minuten erhitzen, bis die Sauce eindicken beginnt. Die Temperatur reduzieren, Shrimps hinzugeben und fünf bis sechs Minuten köcheln lassen, bis die Shrimps fest werden, dabei ab und zu umrühren. Koriander

zugeben, mit Salz abschmecken und von der heißen Platte nehmen.

In jede Tamale vom einen bis zum anderen zusammengebundenen Ende einen Schlitz machen und mit beiden Händen die zwei Enden etwas zusammendrücken, sodass in der Mitte eine Aussparung entsteht. Die Füllung gleichmäßig mit einem Löffel auf die Tamales verteilen und heiß servieren.

GERÖSTETER KNOBLAUCH

1 Knoblauchknolle

Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Mit einem scharfen Messer das obere Ende der Knolle abschneiden, sodass die Enden der Zehen offen liegen. Den Knoblauch locker in Alufolie wickeln und etwa 45 bis 60 Minuten backen, bis sich die Zehen weich anfühlen. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Jede Zehe ausdrücken, um das weiche Innere herauszulösen. In einer Schüssel verrühren, bis eine Paste entsteht.

TIPPS AUS DER COWBOYKÜCHE

Die wichtigste Zutat für Tamales ist Masa, ein Teig aus sonnen- oder ofengetrockneten Maiskörnern, der auch für Maistortillas verwendet wird. Nachdem die getrockneten Körner in Limonenwasser eingeweicht wurden, werden sie zu Masa gemahlen. Masa Harina kann man in mexikanischen Spezialitätengeschäften oder gut sortierten Supermärkten kaufen. Geben Sie zu dem Mehl am besten Schweineschmalz oder aber auch Pflanzenfett. Das Fett ist unbedingt notwendig, damit die zarten, cremigen und geschmackvollen Tamales gelingen.



Tamales mit gegrillter Wachtel und Avocadocreme

(36 Stück)

Sie können bei diesem Rezept auch Hähnchenfleisch oder Rind (Beinflisch) verwenden, wenn Sie keine Wachtel bekommen. Nicht verzichten sollten Sie auf die Avocadocreme, sie passt perfekt zum Geschmack der gegrillten Wachtel.

GEGRILLTE WACHTEL

- 3** Esslöffel Pflanzenöl
- 900 g** entbeintes Wachtelfleisch ohne Haut
- 60 ml** rote Chilissauce (Seite 131)
- 60 ml** Barbecuesauce (Seite 145)
- 3** Roma-Tomaten, gewürfelt
- 1/4** Bund gehackter Koriander
- Salz**

AVOCADOCREME

- 240 ml** Crème Fraîche (Seite 144) oder Sour Cream
- 60 ml** süße Sahne
- 4** reife Avocados, geschält und grob gehackt
- Saft einer Limette**
- Salz**
- 36** Tamales nach Gradys Grundrezept (Seite 20)

Für die Zubereitung des Wachtelfleisches das Öl in einer großen Pfanne bei hoher Temperatur erhitzen. Das Wachtelfleisch unter gelegentlichem Rühren etwa fünf bis sechs Minuten anbraten, bis es zu bräunen beginnt. Chili- und Barbecuesauce sowie die Tomaten hinzugeben und etwa fünf bis sechs Minuten garen lassen, bis die Flüssigkeit einzukochen beginnt. Koriander hinzugeben, mit Salz abschmecken und von der Herdplatte nehmen.

Für die Avocadocreme die Crème Fraîche und die Sahne mit den Avocados und dem Limettensaft in einer Küchenmaschine mit Metallschneidwerk vermischen. Bei niedriger Geschwindigkeit verrühren, bis die Masse geschmeidig und cremig ist. Mit Salz abschmecken und für zehn Minuten in den Kühlschrank stellen.

In jede Tamale vom einen bis zum anderen zusammengebundenen Ende einen Schlitz machen und mit beiden Händen die zwei Enden etwas zusammendrücken, sodass in der Mitte eine Aussparung entsteht. Die Füllung gleichmäßig mit einem Löffel auf die Tamales verteilen, etwas Avocadocreme darauf geben und servieren.

TIPPS AUS DER COWBOYKÜCHE

Das Gute an Tamales ist, dass sie sich hervorragend einfrieren lassen. Nach dem Dämpfen muss man sie gut auskühlen lassen. Dann packt man sie im Dutzend oder Halbdutzend in Gefrierbeutel. Sie halten sich tiefgekühlt einige Monate lang. Um sie wieder aufzuwärmen, gibt es verschiedene Möglichkeiten. Entweder man erhitzt sie in der Mikrowelle oder dämpft sie einfach erneut. Wichtig ist, dass die Tamales beim Aufwärmen feucht bleiben. Man kann sie deshalb nicht im heißen Ofen aufbacken.