

## Madeira



**Die Madeira-Bananen sind klein und süß im Geschmack. Sie werden geerntet, wenn sie noch grün sind, damit sie beim Transport nicht aufplatzen.**

Mario Fernandes lebt mit seiner Familie in Fajã dos Padres, einer abgelegenen Strandbucht an der Südküste Madeiras. Dort baut er Bananen, Avocados, Mangos und Wein an. Mario ist einer der wenigen Insulaner, der sie mit ökologischen Methoden anbaut, keine Pestizide und statt dessen organischen Dünger verwendet. Unter den Sterneköchen auf der Insel findet er rege Abnehmer seiner Biofrüchte. Bananen haben auf der Insel eine lange Tradition. Auch in der Küche seiner Frau Isabel finden sie viel Verwendung, etwa für eine Espada com Banana – in Kräuter-

marinade eingelegten Degenfisch, der mit den goldbraunen, süßen Biofrüchten aus eigenem Anbau serviert wird. Früher war Fajã dos Padres nur vom Wasser aus erreichbar. Mario ließ sich jedoch etwas Besonderes einfallen – einen Lastenaufzug für seine Früchte und einen abenteuerlichen Lift für sich und seine Familie. Mit den beiden Aufzügen leben Mario und seine Familie nun weniger abgeschieden, und auch Gäste statt der Familie gerne einen Besuch ab. Bei solchen Gelegenheiten bietet Mario gerne die für Madeira typische Espetada an. Das sind Grillspieße mit Rindfleischstücken, die auf Lorbeerspieße gesteckt werden und dadurch einen intensiven würzigen und rauchigen Geschmack annehmen. Dazu mixt er sich gerne das typische Inselgetränk Poncha, das aus Zuckerrohrschnaps, Honig und frisch gepreßten Orangen besteht. Kulinarisches Schlußlicht bildet ein Bananen-Crumble, bei dem die Lieblingsfrucht der Familie erneut zum Einsatz kommt. (Text: arte)

## Espada com banana

Schwarzer Degenfisch mit gebratenen Bananen

### Zutaten für 4 Portionen:

800 g Filet schwarzen Degenfisch

2 Bananen

4 Eier

150 g Mehl

100 g Semmelbrösel

4 Knoblauchzehen

20 g Zucker

Olivenöl

Salz

Pfeffer

Oregano

50 g Petersilie



### Zubereitung:

Am Vortag Knoblauch kleinschneiden und in Olivenöl einlegen. Den Schwarzen Degenfisch in gleichmäßige Filets schneiden. Dann die Fischfilets mit am Vortag in Olivenöl eingelegtem Knoblauch, Salz, Pfeffer, Oregano und Petersilie würzen. Das Mehl kommt auf einen extra Teller. Die Fischfilets werden beim Panieren erst im Mehl gewälzt, anschließend im Ei und dann im Paniermehl. Die Filets in einer Pfanne in Olivenöl kurz anbraten. Die Kartoffeln waschen und kochen. Die Bananen schälen und längs in Hälften schneiden. Anschließend Butter in einer Pfanne erhitzen und die Bananenhälften mit etwas Zucker darin solange braten, bis sie goldgelb sind. Die gebratenen Bananen auf die Filets legen.

### Tip:

- Als Beilage serviert man Kartoffeln und Salat mit Tomaten.

### Zubereitungszeit:

45 Minuten

## Crumble de Banana

### Bananenstreußel

#### Zutaten für 4 Portionen:

##### Füllung:

6 Bananen  
½ Zitrone  
50 g Zucker  
20 g Butter

##### Teig:

100 g Mehl  
150 g Haferflocken  
50 g Schokoladenstreusel  
75 g brauner Zucker  
120 g Butter  
Salz



#### Zubereitung:

##### Füllung:

Die Butter etwa 1 h vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Den Ofen auf 210 °C vorheizen.

Für die Füllung zunächst den Saft ½ Zitrone pressen. Die Bananen schälen und in kleine Scheiben schneiden. Den Zitronensaft dazu geben. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Bananenscheiben in Zucker karamelisieren.

##### Teig:

Anschließend für den Teig Mehl, Haferflocken, Rohzucker und 1 Prise Salz in eine Schüssel geben. Die Butter hinzufügen und die Zutaten mit den Fingern sehr gut vermischen. Es entsteht eine flockige Masse. Dann erst die Schokoladenraspel hinzugeben und gut mit den Fingern untermischen. Die Bananenfüllung in eine Backform geben und anschließend mit dem Teig bedecken. Der „Crumble de Banana“ benötigt etwa 30 min im Ofen bei 210 C. Der Haferflockenteig sollte dann knusprig braun aussehen. Der Bananenstreußel kann warm oder auch kalt serviert werden.

Zu Tisch auf Madeira

---

**Zubereitungszeit:**

45 min

4 EUR – P – Madeira

# Poncha

**Madeiras fruchtiges Nationalgetränk**

## **Longdrink für 4-6 Personen:**

200 ml Orangensaft und  
100 ml Zitronensaft  
(beide frisch gepreßt mit Fruchtfleisch),  
50 g Honig,  
200 ml Aguardente (Zuckerrohrschnaps),  
etwas Zitronensaft und Zucker für den Glasrand

Die Säfte, den Honig und die Aguardente (wörtlich „Feuerwasser“) in ein großes Gefäß geben und kräftig mixen bis sich der Honig aufgelöst hat. Auf Madeira erfolgt das Rühren mit einem speziellen Holzstab („caralinho“). Man kann auch einen Cocktail-Shaker benutzen. Den Rand der Gläser in Zitronensaft und anschließend in Zucker tauchen. Die Poncha einfüllen und bei Bedarf mit Eiswürfeln servieren.

Saúde! Prost!

**Quelle: Arte-Magazin 7/2014**