

ZWEI, DIE SICH MÖGEN

Gurke alle

Sinnt man darüber nach, warum zwei Menschen gut zueinander passen, sich gar lieben und ein harmonisches Paar bilden, hört man Erklärungen wie: Gegensätze ziehen sich an. Oder: Gleich und gleich gesellt sich gern. Wie dem auch sei, die kulinarische Pärchenbildung ist ebenso vielfältig wie überraschend und auf keinen Fall monogam. Kombiniert man Speisen, Gewürze und Getränke miteinander, gibt es immer noch einen dritten, vierten oder noch mehr Partner, die mindestens genauso gut passen. Lassen Sie sich inspirieren und probieren Sie es einfach aus.

Ach, die Gurke, dies unterschätzte Kürbisgewächs. Wie oft wird sie im viel zu kalten Kühlschrank gelagert und verliert an Geschmack. Zwölf Grad wären für ihr Wohlbefinden ideal. Oder man platziert sie nichtsahnend neben Äpfeln und Tomaten, und die Ärmste verliert ihre Knackigkeit, wird überreif und verdirbt schneller. Schuld an diesem beschleunigten Alterungsprozess der Gurke ist das Reifegas Ethylen, welches Apfel und Tomate natürlicherweise abgeben. Sobald jedoch Tomaten und Äpfel klein geschnitten sind, verträgt sich die Gurke vortrefflich mit ihnen: im Tomaten-Salat mit Essig und Öl oder in einer Remoulade mit Äpfeln zu Matjes.

Das meist schlanke Gemüse hat gern viele Partner, am liebsten gleichzeitig. Ihr Fruchtfleisch besteht zu über 95 Prozent aus Wasser und ist daher geschmacklich sehr anpassungsfähig. Sie gefällt sich als der frische und saftige Teil einer Speisen-Partnerschaft, wie zum Beispiel im Sandwich zwischen zwei frischen Weißbrotscheiben oder fein gehobelt im Kartoffelsalat. Böse Zungen würden ihr Promiskuität oder Polygamie vorwerfen. Aber bitteschön, nur keinen Neid aufkommen lassen, sie kann eben mit jedem, auch aus den unterschiedlichsten Kulturen. In Indien paart sie sich mit Joghurt und Minze zu Raita. Manchmal gesellt sich noch Cumin hinzu. In der Türkei badet sie gerne mit Knoblauch im Joghurt. Petersilie und Minze sind meist auch dabei. Das Gericht heißt in der Türkei Cacik (gesprochen: Schaschik). Und siehe da, selbst politische Animositäten lassen die Gurke kalt. Die gleiche Joghurt-Knoblauch-Kombination nennen die Griechen Tzatziki (gesprochen: tsatsiki).

Auch den in Südostasien oder Südamerika präferierten Koriander verschmäht sie nicht. Gemeinsam mit diesem aromatischen Kraut, Ingwer, Limettensaft, Chili, Sesamöl und Erdnüssen fühlt sie sich in einem scharfen thailändischen Glasnudelsalat pudelwohl. Als Partner in einer Guacamole läuft sie

vereint mit einer cremigen Avocado, Koriander, Zwiebeln, Tomaten und Chili zur Höchstform auf. Sie versteht sich einfach mit jedem. Dass der Doldenblütler Dill gut zur Gurke passt, ist kein Wunder, zumal er auch Gurkenkraut genannt wird. Schmorgurken mit Dill, ein klassisches Gericht eher aus Nord-europa stammend, zeigt die vollkommene Symbiose dieser zwei grünen Gesellen. Aber auch um die Gurke haltbar zu machen, ist der Dill unerlässlich, mit diversen anderen Partnern wie Estragon, Piment und Essig, versteht sich. Und für alle Freunde der Leberwurststulle: Vergessen Sie auf keinen Fall die Cornichons dazu. Die in Essig eingelegten Gewürzgürklein wirken als Deko für viele vielleicht ein bisschen altmodisch, aber die kräftige Säure der zierlichen Gurke ergänzt die fette Leberwurst aufs Feinste. Ein Traumpaar!

Die bislang aufgeführten Technelmechtel der Gurke sind Ihnen sicher alle bekannt und werden Sie nicht weiter schockieren. Im Gegenteil, Sie kennen bestimmt noch diverse andere pikante Affären. Aber haben Sie dieses flatterhafte Gemüse schon mal zu Speiseeis verarbeitet? Experimentieren Sie ruhig mit Textur und Aggregatzustand, die Gurke wird es Ihnen nicht übel nehmen. In der von ihr geschätzten Begleitung von Altbekannten, wie dem Chili, Koriander, Limettensaft und ein bisschen Zucker wird sie als Sorbet für Sie dahinschmelzen.

Beim Genuss des Gurken-Chili-Sorbets lässt sich Ihr Dahinschmelzen noch intensivieren, indem Sie einen feinherben, fruchtbetonten Riesling dazu trinken. Ihre Geschmacksknospen werden frohlocken und Sie werden darüber nachdenken, ob Monogamie wirklich der für Sie passende Lebensentwurf ist. *SUS*

REZEPT

Gurken-Chili-Sorbet

Zutaten 4–6 Portionen

4 Blatt Gelatine / ½ frische Chilischote, entkernt / ½ Bund frischer Koriander / 5 EL Zucker / 7 EL Wasser oder Apfelsaft / Saft und Abrieb einer Limette / 650 g Salatgurke (ca. 1,5 Gurken) / Meersalz / 2 EL Apfelsaft

Zubereitung

Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Chilischote und Koriander fein hacken.

Zucker, 5 EL Wasser (alternativ Apfelsaft) und Limettenabrieb in einem kleinen Topf einmal aufkochen und zum Abkühlen beiseitestellen. Anschließend Limettensaft einrühren.

Gurke längs halbieren, mit einem Löffel das Kerngehäuse herauskratzen und das Fruchtfleisch grob schneiden. Gurkenstücke mit Zuckerwasser, Chili, Koriander und 1 Prise Salz in einem Mixer fein pürieren.

Eingeweichte Gelatine gut ausdrücken.

2 EL Wasser (alternativ Apfelsaft) erwärmen und Gelatine darin auflösen.

Aufgelöste Gelatine zur Gurkenmasse in den Mixer geben und erneut pürieren.

Sorbetmasse in eine Eismaschine geben und bis zur gewünschten Cremigkeit ca. 25–40 min gefrieren lassen.

• *Zubereitungszeit: ca. 1,5 h • Nährwerte pro Portion:*

Energie 91 kcal, Eiweiß 2 g, Kohlenhydrate 19 g, Fett 0 g



HERSTELLER-EMPFEHLUNG*



Sommer, Sonne, Riesling – »Der Dachs« spielt mit der Süße und Säure von kandierte Zitronen und duftet nach Limetten und Mandeln. Ein feinherber Riesling, der perfekt zu lauen Sommerabenden passt.

HAMM

BIO-RIESLING »DER DACHS«

- aus Trauben vom Winkeler Dachsberg im Rheingau
- mineralisch, frisch und fruchtbetont
- empfohlene Trinktemperatur: 6–8 °C
- passt zu: Obst- und herzhaften Salaten, wenig gesüßten Sorbets, Sushi und scharfen asiatischen Reis- oder Nudelgerichten
- das Familienweingut Hamm aus Östlich-Winkel arbeitet seit mehr als 25 Jahren zertifiziert ökologisch

0,75l **8,49€** (1l=11,32€)

* Bei Produkten, die als »Hersteller-Empfehlung« gekennzeichnet sind, handelt es sich um Anzeigen. Diese Produkte erhalten Sie in Ihrem Alnatura Super Natur Markt.