

INHALTSVERZEICHNIS

11 Vorwort

Einleitung

- 15 Fachadas cubanas
- 17 Landwirtschaft
- 23 Küche
- 27 Kubas Cocktails
- 28 Kubakarte
- 31 Kubanische Regionen und ihre Produkte

Rezepte | Westkuba

Vorspeisen

- 48 **SOPA DE MAIS TIerno** | Zuckermasssuppe
- 50 **SOPA CHINA DE HUEVO** | Chinasuppe mit Ei
- 52 **FRITURAS DE MALANGA** | Frittierte Malangaknollen

Hauptspeisen

- 54 **PAPAYA CON CARNE DE CERDO** | Papaya mit Schweinefleisch
- 56 **CROQUETAS DE JAMÓN** | Schinkenkroketten mit Erbsenpüree
- 60 **PICADILLO A LA HABANERA** | Hackfleisch nach Havanna-Art
- 62 **SEPIA ENCHILADA** | Tintenfische mit Enchilada-Sauce
- 64 **PARGO ROJO ENVUELTO** | Red Snapper im Kochbananenummantel
- 66 **DORADA A LA PLANCHA CON PULPO** | Gegrillte Dorade mit Oktopus
- 68 **ARROZ SALTEADO CON VERDURAS** | Reis mit Gemüse

Desserts

- 70 **TAMALES DULCES CON SALSA DE VAINILLA** | Süße Tamales
- 72 **ISLA FLOTANTE CON PERLAS DE TAPIOCA VERDE**
Vanillecreme mit Eischneeeinseln und Tapiokaperlen
- 76 **BUÑUELOS DE YUCA CON ESPUMA DE MASCARPONE Y MARACUYÁ**
Maniokbällchen mit Passionsfruchtschaum
- 78 **CREMA DE MANÍ QUEMADA CON SAL MARINA Y HELADO**
Gebrannte Creme mit karamellisierten Erdnüssen und Vanilleeis

Batidos

- 80 **BATIDO DE PAPAYA**
- BATIDO DE COCO Y PIÑA**
- 82 **BATIDO DE MANGO**
- BATIDO DE GUAYABA**
- BATIDO DE BANANAS**

Rezepte | Zentralkuba

Vorspeisen

- 86 **SOPA DE AJO** | Knoblauchsuppe
- 88 **REPOLLO CON CARAMELO DE SÉSAMO Y MANÍ**
Kohlchips mit Sesamsamen und karamellisierten Erdnüssen
- 90 **TIJERAS DE CANGREJO A LA VIZCAINA** | Langustenschere à la Vizcaina

Hauptspeisen

- 92 **GUISO DE QUIMBOMBO CON POLLO** | Eintopf mit Pouletschenkel
- 94 **CURRY DE POLLO CON PLÁTANO Y ENSALADA DE ZANAHORIA PICANTE**
Pouletcurry mit Bananen und scharfem Karottensalat
- 96 **PAVO A LA CAMAGÜEYANA** | Truthahn Camagüey-Art
- 100 **CERDO DE RANCHO EN PERLAS DE TAPIOCA VERDE**
Schweinefleisch-Strudel mit grünen Tapiokaperlen
- 102 **POLLO CON ALCAPARRA** | Huhn mit Kapern
- 104 **PESCADO ASADO** | Gebackener Fisch mit Panade
- 106 **HUEVOS A LA FLORENTINA** | Eier Florentiner-Art

Beilagen

- 108 **BUÑUELOS DE PAPAS** | Kartoffelbällchen

Desserts

- 110 **PAPAYA VERDE CAMELIZADA** | Karamellierte grüne Papaya
- 112 **YEMITAS ASADAS** | Luftiges Eierkuchlein
- 116 **CHIVIRICOS** | Frittierte Teigfladen
- 118 **PASTEL DE PATATA DULCE** | Süßkartoffelkuchen

Cocktails

- 120 **MOJITO**
- 122 **DAIQUIRI**
MARY PICKFORD
- 124 **HAVANNA SPECIAL**
CANCHÁNCHARA
- 126 **CUBA LIBRE**
PIÑA COLADA

Rezepte | Ostkuba

Vorspeisen

- 132 **SOPA DE GUISANTES** | Gelberbsensuppe
- 134 **GAMBA ENCHILADA** | Riesencrevetten mit Enchiladasauce

Hauptspeisen

- 136 **FUFÚ CON CARNE MOLIDA Y QUESO** | Hackfleischgratin mit Käse
- 138 **ALBÓNDIGAS** | Fleischbällchen
- 142 **ALMOHADA PICADA** | Hackfleischkissen
- 144 **BACÁN SANTIAGUERO** | Bananenpäckchen auf Gemüse
- 146 **VARIACIÓN DE ROPA VIEJA** | «Alte Kleider»
- 148 **ASADO DE CERDO CUBANO** | Kubanischer Schweinebraten
- 150 **CALAMARES RELLENOS** | Gefüllte Tintenfische
- 152 **PESCADO A LA SANTA BARBARA** | Fisch nach Santa-Barbara-Art
- 156 **CAMARONES CON COCO** | Garnelen mit Kokosnuss
- 158 **APORREADO DE PESCADO** | Fischgulasch

Beilagen

- 160 **YUCA CON MOJO CRIOLLO** | Maniok an kreolischer Sauce
- 162 **FRIJOLES NEGROS** | Schwarze Bohnen

Desserts

- 164 **FLAN DE COCO** | Kokosflan
- 166 **DUETO DE TOSTONES CON CREMA DE DATILES Y CREMA DE CACAO**
Frittierte Kochbananen mit zweierlei Cremes

Getränke

- 168 **CHOROTE**

- 172 Register