

# Teguise Gastronomie



## Über Teguisse Gastronomie

Die **Küche Lanzarotes** basiert wie die gesamte kanarische Küche auf einfachen Gerichten, die sich durch die hervorragende Qualität der verwendeten Zutaten auszeichnen. An vielen Orten innerhalb des Gemeindebezirks Teguisse kann man die erlesenen Speisen kosten, sowohl in Restaurants mit traditioneller kanarischer Küche als auch in Lokalen mit avantgardistischer Nouvelle Cuisine.

Folgende **Spezialitäten** der Küche Lanzarotes sind besonders hervorzuheben:

Für die Fischsuppe werden Fische wie z. B. diverse Zackenbarscharten, Rotbrasse und Meerbrasse verwendet. Die schmackhafte **Maissuppe** (Caldo de millo) enthält neben Mais verschiedene Gemüse und einen Hauch Koriander.

Der **Gofio** – Mehl aus geröstetem Mais, Weizen, Gerste oder einer Getreidemischung – ist auf allen Inseln der Kanaren stets präsent. Er wird auf vielerlei Arten genossen: mit Wasser und Salz zu einem Teig verarbeitet, mit Honig, aufgelöst in Brühe, Eintöpfen oder Milch. Gofio spielt eine absolute Hauptrolle in der kanarischen Küche und kommt auch bei der Zubereitung von Speiseeis, Cremes, Sorbets und Mousse zum Einsatz.

Das vielleicht typischste Gericht unserer Küche ist der **Fischtopf Sancocho** mit Kartoffeln und Süßkartoffeln, zu dem ein Klumpen Gofio-Teig und Mojo-Sauce serviert werden. Die verwendeten Fischarten können variieren, doch Wrack- oder Zackenbarsch sind für die Zubereitung am besten geeignet.

Die berühmteste Sauce der kanarischen Küche ist der **Mojo**, der in mehreren Varianten angeboten wird – am weitesten verbreitet sind roter und **grüner Mojo**. Der **rote Mojo** besteht im Wesentlichen aus Tomaten, roten Paprikaschoten und Paprikapulver und ist meistens scharf. Für den grünen Mojo werden hauptsächlich Koriander und Knoblauch sowie Essig und Öl verwendet.

Das **Fleisch vom Zicklein** ist ebenfalls ein fester Bestandteil der Küche Lanzarotes und wird auf unterschiedliche Art und Weise – gebraten, mariniert, gebeizt oder im Backofen – zubereitet.

Der hier gefangene **frische Fisch** gehört zu den erlesensten Produkten der gesamten Kanaren: Sardinen, weiße und Gelbflossen-Thunfische, Meerbrassen, Geißbrassen, Rotbrassen, Zacken-, Säge- und Wrackbarsche, Flügelbutte, Meerraben, Papageifische usw. Die Fische werden meist gegrillt oder gebraten, mit Knoblauch und Petersilie gewürzt und mit Mojo-Saucen und papas arrugadas serviert.

Die Napfschnecken zählen zu den bekanntesten Meeresfrüchten der Insel. Meist werden diese köstlichen Weichtiere gebraten und mit grüner Mojo-Sauce besprenkelt. Die Seepocken der Gattung Chthamalus (Clacas) werden seltener angeboten, sind aber sicherlich die einheimischen Meeresfrüchte mit dem intensivsten Geschmack nach Meer.---- ?Zu den typischen Speisen der kanarischen Inseln gehören auch die vielfältigen Eintöpfe, z. B. mit Linsen, Erbsen, Brunnenkresse, Kichererbsen oder Gemüse.

In Teguisse wird ein hervorragender Ziegenkäse hergestellt, der in unterschiedlichen Reifegraden angeboten wird (tierno, semicurado oder curado).

Der Wein aus Lanzarote ist von erstklassiger Qualität und verfügt über eine eigene Herkunftsbezeichnung. In La Geria trotzten die Bauern dem Vulkan und schafften es, die ungünstigen Bedingungen mit starkem Wind und Wassermangel durch eine originelle Pflanzung der Weinstöcke zu überwinden. In tiefen, mit Vulkanasche ausgekleideten Löchern, die durch niedrige Natursteinmauern vom Wind geschützt sind, wachsen die Reben und bringen die Malvasia-Trauben mit ihrem charakteristischen Geschmack hervor.