GERÖSTETE OKRASCHOTEN MIT CHILISCHOTEN UND FRÜHLINGSZWIEBELN

FÜR 4 PORTIONEN

Eingelegt, frittiert oder gebraten – ich liebe Okraschoten. Die im Ofen zubereiteten Okraschoten haben eine komplett andere Struktur und bekommen auch ein herrliches Röstaroma, wenn die Samen und Zwischenhäute vor dem Rösten entfernt werden. Eingelegte Frühlingszwiebeln und Mandeln geben dem Gericht eine pikante und knusprige Note.

- 450 g Okraschoten (frisch oder tiefgefroren und unter fließendem kaltem Wasser aufgetaut; etwa 32 Stück), längs halbiert
- 3 EL Traubenkernöl
- 1 Prise rote Chiliflocken
- 1 Schalotte, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 3 eingelegte kalabrische Chilischoten (siehe Anmerkung; alternativ: eingelegte Kirschpaprika), entstielt, längs halbiert, Samen entfernt und gehackt
- 1 Prise Roh-Rohrzucker
- 2 EL Sherryessig
- 3 eingelegte Frühlingszwiebeln (siehe S. 30), in Scheiben geschnitten
- 50 g Frittierte Rosmarinmandeln (siehe S. 29) oder geröstete Mandeln (vorzugsweise Marcona-Mandeln), grob zerstoßen
- Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 230 °C vorheizen.

Mit einem Löffel oder Kugelausstecher die Okraschoten von oben nach unten aushöhlen und dabei sorgfältig die Samen und weißen Zwischenhäute im Inneren entfernen. Die ausgehöhlten Hälften sollten nun die Form eines Kanus haben.

Die Okraschoten auf ein großes Backblech geben, mit 2 EL Traubenkernöl beträufeln und gut damit vermischen. Zu einer Schicht auf dem Backblech verteilen, mit Meersalz, Pfeffer und roten Chiliflocken würzen und im Backofen 15–20 Minuten rösten, bis die Okraschoten leicht verschmort sind. Dabei gelegentlich das Blech rütteln. Aus dem Ofen nehmen und beiseitestellen. (Die gerösteten Okraschoten können einige Stunden im Voraus zubereitet und abgedeckt bei Zimmertemperatur aufbewahrt werden.)

Das übrige Traubenkernöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Schalotten und Knoblauch hinzufügen und 1 Minute anbraten, bis sie weich sind. Okraschoten, Chilischoten und Roh-Rohrzucker hinzufügen und gut vermischen. Die Pfanne vom Herd nehmen, Sherryessig und Frühlingszwiebeln hineinrühren.

Die Okraschoten auf eine Platte geben und mit Mandeln bestreuen. Warm servieren.

KALABRISCHE CHILISCHOTEN

Diese langen roten Chilischoten aus Kalabrien schmecken scharf, fruchtig und rauchig zugleich. In italienischen Supermärkten findet man sie meistens in Öl eingelegt, sie sind aber auch in Feinkostläden, meist in der Gewürzabteilung, erhältlich. Alternativ können auch eingelegte Kirschpaprika verwendet werden.