

Jewgenia KULESCHOWA  
Publizistin

# ASERBAIDSCHANISCHE KÜCHE

Die aserbaidsschanische Küche ist eine der einzigartigsten und originellsten Küchen der Welt. Wenn Sie diese einmal erlebt und probiert haben, werden Sie sie nie vergessen. Und wer einen Teil seines Lebens in Aserbaidsschan verbracht hat, wird deren besonderen Geschmack nicht nur als gastronomisches Wunder, sondern auch als Symbol nationaler und persönlicher Identität für immer in seinem Herzen tragen.

Über Jahrhunderte hat sich die aserbaidsschanische Küche aufgrund der geografischen Lage (Steppen, Meer, Berge) als Schnittpunkt nomadischer und sesshafter Kulturen und religiöser Merkmale der Region (die Mehrheit der Bevölkerung sind Muslime) entwickelt. So werden Schweinefleisch und Alkohol in traditionellen Rezepten nicht verwendet, moderne Variationen erlauben jedoch beides.

Die traditionellen Fleischgerichte der aserbaidsschanischen Küche bestehen hauptsächlich aus Lammfleisch, gefolgt von Rindfleisch, insbesondere Kalbfleisch und Geflügel. Einen besonderen und ehrenhaften Platz hat dabei Fisch, vor allem dessen edle Arten wie Stör, Karpfen und andere mehr. Die Fauna des Kaspischen Meeres ist immer noch reichhaltig, einschließlich exotischer Produkte wie Garnelen und schwarzer Kaviar.

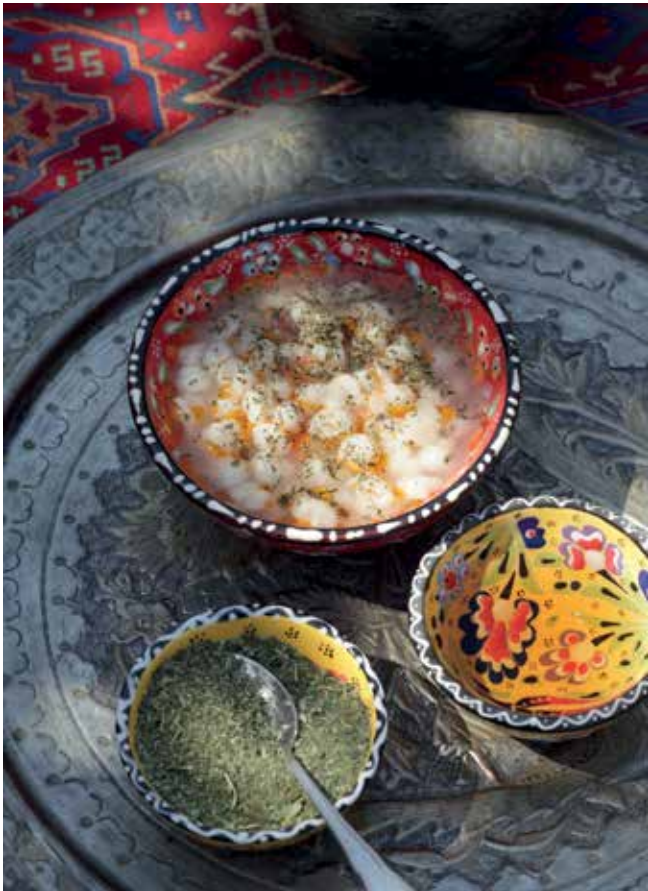
Das unvergessliche Aroma der Gerichte der aserbaidsschanischen Küche entsteht durch die Verwendung einer Vielzahl von Kräutern, sowohl frisch als auch getrocknet: Minze, Basilikum, Petersilie, Nelken, Zimt, Koriander, Fenchel, Kreuzkümmel, Anis, Kardamom, Kurkuma, Koriander und viele andere werden in allen Gerichten miteinander kombiniert, bei Fleischgerichten bis hin zu Süßigkeiten.



Neben Fleisch, Geflügel und Fisch umfasst die Küche eine Vielzahl von Gemüse. In Aserbaidsschan wächst fast alles, aber die Küche umfasst in geringerem Maße Wurzelgemüse (Rüben, Karotten) und in größerem Maße grüne Bohnen, Gemüsepaprika, Auberginen, Kichererbsen und Kastanien, deren Verwendung den Gerichten einen absolut magischen Geschmack verleihen. Auch sind Gurken und Tomaten sowie frische Kräuter weit verbreitet,







die einfach oft so serviert werden, manchmal sogar ohne sie in Scheiben zu schneiden, zudem gibt es eine Fülle an unterschiedlichen Arten von Obst, je nach entsprechender Jahreszeit, das in diesem Land gut gedeiht.

Das erste, woran man bei Erwähnung der aserbaidtschanischen Küche denkt, ist natürlich Schaschlik, mit Fleisch oder Fisch, und das gibt es in unglaublich vielen verschiedenen Sorten: aus dem Fleisch ohne Knochen, mit Knochen, aus den Rippen, Hackfleisch und vieles, vieles mehr. Bei einer besonderen Art von Schaschlik namens Bastyrma, werden Fleischstücke mit Zwiebeln und Gemüse vormariniert, mindestens für mehrere Stunden, um diese zarter zu machen. Traditionell wird Schaschlik auf Kohlen am Spieß in einem speziellen und offenen Grillofen, dem Mangal, zubereitet.

Saure und fruchtige Gewürze werden in der aserbaidtschanischen Küche zu Fleischgerichten serviert: Granatapfel und Granatapfelwein, eingekochter Granatapfelsaft, getrocknete Kirschkirschen und deren Saft, Cornel-Kirschen und auch Berberitzen.

Aber das krönende Gericht der aserbaidtschanischen Küche, ihr König ist das Pilaw, von dem eine Fülle an verschiedenen Rezepten existieren. Dieses wird sowohl mit





Lammfleisch als auch mit Huhn oder Fisch zubereitet. Jede Region in Aserbaidschan ist stolz auf die ihr eigenen Traditionen der Zubereitung von Pilaw, aber ihnen allen ist dabei gemeinsam, dass in Aserbaidschan der Reis getrennt von Fleisch oder Fisch für Pilaw zubereitet wird, und zwar in speziell gestalteten Pfannen, einer Art von Kesseln, deren Trapezform zur langsamen Gardämpfung des Reises bei niedriger Temperatur beiträgt. Seine speziell ausgewählten Sorten sichern aufgrund der langen Verarbeitung die lockere Körnigkeit der Reiskörner. In Butter getränkter und mit Safranwasser gefärbter Reis erhält ein völlig einzigartiges Aussehen und Geschmack. Gleichzeitig wird Teig in Eigelb auf den Boden des Kessels gelegt, der während des Kochens gebacken wird, was dem Gericht einen besonderen Charme verleiht.

Die verschiedenen Bestandteile des Pilaws werden unmittelbar vor dem Servieren auf einem Teller zusammen angerichtet. Bei Fleisch werden je nach Region und Jahreszeit oft auch gedünstete Trockenfrüchte und Kastanien serviert. Alles zusammen ergibt einen absolut fantastischen und unvergesslichen Geschmack!

Die aserbaidtschanische Küche umfasst auch viele Suppen, von denen die beliebtesten Piti, Küftä-Bosbasch







und Dowga sind. Die ersten beiden sind reichhaltige Suppen, in denen ganze Fleischstücke oder Fleischbällchen mit Kartoffeln, ganzen Tomaten und Kichererbsen kombiniert werden. Piti wird oft in Töpfen gekocht. Dowga ist eine Reissuppe auf Kefir-Basis mit einer großen Anzahl verschiedener Kräuter, die normalerweise im Sommer gekocht wird.

Ein weiterer Favorit der nationalen Küche ist Dolma: Hackfleisch, eingewickelt in frische Weinblätter. Der Säuregehalt dieser Blätter passt gut zu fettem Fleisch und erzeugt einen absolut unbeschreiblichen Geschmack! Es gibt andere Arten von Dolma, die mit Paprika, Tomaten, Auberginen und sogar Äpfeln gefüllt sind. Es werden alle Arten von aserbaidtschanischem Dolma mit Gatyk - einer lokalen Art von fetthaltigem Joghurt serviert.

Man sollte aber auf keinen Fall die Brot- und Teigprodukte der aserbaidtschanischen Küche vergessen. Das aserbaidtschanische Brot ist flach und wird aus Hefeteig gemacht, der an den Wänden eines traditionellen Ofens, dem Tendir gebacken wird. Es gibt auch Fladenbrot - Lawasch - sehr dünn ausgerollte Blätter aus ungesäuertem Teig. Frisches und knuspriges Fladenbrot wird üblicherweise zum Frühstück verzehrt. Es wird mit verschiedenen Schafskäsesorten oder einheimischen gesalzenen Hüttenkäsesorten gefüllt.

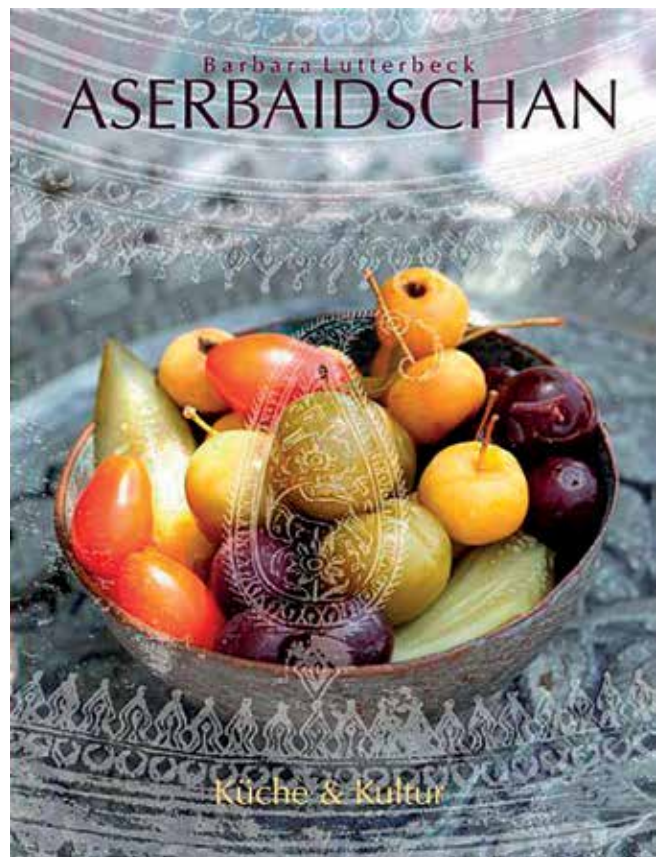
Dazu wird in der Regel mit Marmelade gesüßter Tee getrunken, und es gibt viele exotische Sorten von Marmelade: aus Rosenblättern, aus frischen, jungen Nüssen und Wassermelonenschalen.

Gutab ist das beliebteste Backwerk in Aserbaidtschan: die dünnen Teigtaschen aus ungesäuertem Mürbeteig, mit Fleisch oder vegetarisch, werden mit oder ohne Öl in der Pfanne gebraten. Sie werden in der Regel mit frischen Granatapfelkernen oder mit getrocknetem, saurem Berberitzengewürz, dem Sumach bestreut. Unglaublich lecker! In einigen Regionen Aserbaidtschans sind noch etwa doppelt so große vegetarische Teigtaschen, Kete genannt, verbreitet.

Und an ein süßes aserbaidtschanisches Gebäck kann man eine ganze Ode singen! Zuerst ist es Pakhlawa aus Weizen- oder Reismehl, gefüllt und dekoriert mit Nüssen, übergossen mit Honig. Das Backen ist so speziell, dass man seinen Geschmack erst nach einer Verkostung schätzen kann, weil es nichts Ähnliches mehr in anderen Küchen der Welt gibt! Besonders zu Nowruz, dem traditionellen Feiertag des Frühlingsbeginns, wird viel gebacken. Neben Pakhlawa hat die aserbaidtschanische Küche noch viele andere aus Teig zubereitete Süßspeisen zu bieten.

Es sollte noch erwähnt werden, dass man in Aserbaidtschan sehr gern schwarzen Tee trinkt. Der Tee wird überall serviert, vor und nach dem Essen, zu jeder Tages- und Jahreszeit, normalerweise mit einer Zitronenscheibe und in speziellen birnenförmigen Gläsern, die Armudu genannt werden.

Und dies ist nur ein Ausschnitt der zahlreichen Spezialitäten der aserbaidtschanischen Küche. Mit einem Wort: Kommen Sie nach Aserbaidtschan und probieren Sie es selbst aus! Nusch olsun - Guten Appetit! ✨



© Alle Fotos zur aserbaidtschanischen Küche von der Kölner Fotografin Barbara Lutterbeck



