KOCHREZEPTE FRISCH AUS MALLORCA von Fet a Sóller

Eingelegte Oliven

Zubereitungsdauer: 4 Wochen · Schwierigkeitsgrad: einfach · vegan

Portionen

Zutaten für 1 Kilo Oliven oder mehr.

Zutaten

Frische grüne Oliven
Salz
Keramik-, Glas- oder Plastikgefäß

Zubereitung

Oliven sind wegen ihrer Bitterkeit roh nicht genießbar. Legt man sie jedoch in Salzwasser ein, wird aus der harten Steinfrucht ein wertvolles und schmackhaftes Lebensmittel. In der traditionellen Küche Mallorcas spielen die „olives senceres“ und die „olives trencades“ die wichtigste Rolle. Die mallorquinische Art, Oliven zu konservieren ist denkbar einfach. Beide Zubereitungsmethoden stellen wir Ihnen hier vor.

Olives senceres – Grüne ganze Oliven

Zubereitung:

- Oliven waschen
- 1 L Wasser abkochen, erkalten lassen und in das Gefäß geben
- Salz hinzufügen
- Um die benötigte Salzmenge zu ermitteln, gibt man ein rohes Ei in das Wasser und füllt solange Salz hinzu, bis das Ei an der Wasseroberfläche schwimmt. Die Salzmenge im Wasser beträgt dann 90-100 Gramm pro Liter.
- Oliven hinzugeben
- Das Gefäß mit einem Teller abdecken

Um den bitteren Geschmack der Oliven zu vermindern oder gar zu eliminieren, kann man diese Prozedur beliebig oft wiederholen. Der Inhalt sollte immer mit Salzwasser bedeckt sein.

Nach etwa 2 Monaten Ruhe an einem kühlen, dunklen Ort sind die Oliven genießbar. Während des Verbrauchs verbleiben sie in der Lake. Vor dem Servieren kurz mit kaltem Wasser abspülen.
Wichtig: Die Oliven sollten nicht mit einem Metall- sondern mit einem Holzlöffel entnommen werden.

Olives trencades – Grüne “zerbrochene” Oliven

Die beliebteste Zubereitungsart auf Mallorca ist ohne Zweifel die “oliva verda trencada” – die vor dem Einlegen aufgebrochene Olive. Dies geht so:

Sie brauchen:

- Frische grüne Oliven
- 1 naturbelassene Zitrone, Fenchelkraut, Lorbeerblättchen, Knoblauch nach Geschmack
- Wasser
- Salz
- Keramik-, Glas- oder Plastikgefäß
- Holzhammer oder Nudelholz

Zubereitung:

- Oliven waschen
- Mit einem Holzhammer (oder Nudelholz) auf jede Olive schlagen, bis sie etwas aufplatzt, jedoch ohne den Kern zu beschädigen.
- Die Oliven 1 Woche lang in Wasser einlegen, um ihnen den bitteren Geschmack zu nehmen – dabei das Wasser jeden Tag erneuern.
- Nach 1 Woche im sauberen Wasserbad können die Oliven eingelegt werden.
- Salzlake vorbereiten
  Um den für die Konservierung benötigten Salzgehalt (20-30g/Liter) im Wasser zu ermitteln: siehe „Ei-Prozedur“ in der Anleitung für „Grüne ganze Oliven“.
- Oliven gemischt mit den Zitronenstückchen, Fenchelkraut, Lorbeer und evtl. Knoblauchzehen in das Gefäß geben
- Mit der Salzlake auffüllen, bis der Inhalt bedeckt ist
- Gefäß mit einem Teller abdecken
- Dunkel und kühl lagern

Die auf diese Art eingelegten „aufgeplatzten“ Oliven sind schon nach etwa 4 Wochen essbar.
Wichtig: Nicht mit Metallgeräten entnehmen – besser ist ein Holzlöffel!

Wir stellen Ihnen hier die traditionelle mallorquinische Art des Einlegens von Oliven vor. Die

Konservierung von Oliven in Salzlake ist ohne Zweifel eine der ältesten Methoden auf der Insel. Selbstverständlich kann man auch je nach Belieben andere Kräuter, wie z. B. Rosmarin, hinzufügen.