

**Rezept** · Als ich Ende der Neunzigerjahre als Redakteur der Bordzeitung auf der AIDA arbeitete und wir auch die Karibik bereisten, landeten wir natürlich auch auf Jamaika, in Ocho Rios, um genau zu sein. Mit einer Kollegin machte ich einen Spaziergang. Wir landeten fernab von Hafen und Touri-Angeboten irgendwo im Städtchen und fanden einen Imbiss, aus dem uns wunderbare Düfte entgegenwehten. Wir traten ein und suchten uns ein Plätzchen. Ob wir etwas essen wollten, wurden wir gefragt. Auf unser Kopfnicken hin brachte uns ein großer Mensch mit prächtigen Dreadlocks zwei dampfende Schüsseln, das sei das Mittagessen. Wie das Gericht den heiße, fragte ich. Jambalaya, lautete die Antwort. Wir aßen und waren verzaubert. Nach Jahren fiel mir diese Anekdote wieder ein, und ich machte mich auf die Suche nach Rezepten. *[Lesezeit ca. 4 min]*

Wie immer bei solchen Eintöpfen gibt es Hunderte Rezepte. Das Prinzip eines Reiseintopfs besteht bekanntlich darin, dass der Reis zusammen mit den übrigen Zutaten gegart wird. Vermutlich stammt dieser Ansatz – wie so vieles in der Küchenwelt – aus Persien. Von da aus verbreitete es sich vom Nahen Osten aus rund ums Mittelmeer. Pilaw, heißt es oft, aber auch das sogenannte „serbische Reisfleisch“ und selbst das italienische Risotto gehören in diese Gattung.

Die kreolische Küche, die man vor allem in Louisiana, aber auch überall in der Karibik vorfindet, basiert ja einerseits auf der mediterranen, andererseits auf der afrikanischen Küche, die von den aus Afrika in die Karibik verschleppten Sklaven mitgebracht wurde. Sie zeichnet sich vor allem durch die ständige Anwesenheit von Zwiebeln, Paprika und Sellerie sowie zugehöriger Gewürze aus. Die derbere Variante, die besonders auf den karibischen Inseln gepflegt wird, nennt man offiziell Cajun-Küche, und auf Jamaika mischt sie sich auch noch mit der vegetarischen Küche der Rastafari. So bin ich schließlich auf eine Variante gekommen, die sehr nah an dem ist, was man uns damals in Ocho Rios vorgesetzt hat, allerdings im Cajun-Stil mit drei „Fleischsorten“ ausgestattet ist.

### **Die Zutaten (für 4 ordentliche Portionen):**

250 g scharfe Chorizo  
1 Hähnchenbrustfilet  
ca. 20 TK-Garnelen  
300 g Langkornreis  
1 mittelgroße Zwiebel

1 mittelgroße rote Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 große grüne Paprikaschote  
2~3 Selleriestangen  
ca. 0,8 l Hühnerbrühe (selbstgezogen oder Bio-Qualität)  
ca. 1 TL gemahlener Kreuzkümmel (Cumin)  
ca. 1 TL rosenscharfes Paprikapulver  
ca. 2 TL edelsüßes ODER geräuchertes Paprikapulver  
1 Hauch Cayenne-Pfeffer  
1~2 TL getrockneter Oregano  
1~2 TL getrockneter Thymian  
3 Lorbeerblätter  
Salz (kein Pfeffer, übrigens)  
neutrales Öl  
1 Handvoll gehackte glatte Petersilie

## Die Zubereitung

Am besten machst du dir ein ordentliches Mis-en-place, indem du alle Zutaten vorbereitest. Und zwar folgendermaßen: Hack die Zwiebeln (nicht würfeln) und den Knoblauch (alternativ: zermatsche die Knoblauchzehen mit grobem Salz und einer schweren Messerklinge zur Paste). Entkerne die Paprikaschote und schneide das Fruchtfleisch in kleine Quadrate. Entfädle die Selleriestangen und schneide sie in schmale Halbmonde. Wasch den Reis unter fließendem Wasser bis das klar aus dem Sieb läuft (oder ganz traditionell: gib den Reis in eine sehr große Schüssel, die du halb mit Wasser füllst, und wasch die Körner mit den Händen, indem du den Reis immer wieder mit den Fingern durchrührst) und lass ihn gut abtropfen. Setz die Hühnerbrühe auf, damit sie später schön heiß ist. Pell die Wurst und schneide sie in nicht zu dünne Scheiben. Wasch das Hähnchenfleisch und schneide es in Würfel von der doppelten Größe von Spielwürfel. Tau die Garnelen auf. Hack die Petersilie. Vermisch die Gewürze in einem Schüsselchen.

Nimm dir einen ausreichend großen Topf, also den Pott, den du für Eintöpfe verwendest. Als erstes lässt du die Wurstscheiben in sehr wenig (wenn überhaupt) Öl aus; sie sollten dabei nicht knusprig werden. Nimm die Chorizo aus dem Topf. Je nachdem wie viel Fett ausgelassen wurde, füge bisschen Öl hinzu und brate darin die Hähnchenwürfel relativ kurz,

aber scharf an. Nimm auch die wieder aus dem Pott. Schwitze nun Zwiebeln, Knoblauch, Sellerie und Paprikaquadrate im Fett an; nichts sollte bräunen, aber weich müssen die Stückchen schon werden. Streu dann die Gewürze rein und lass sie ein bisschen anrösten.

Gib nun das Hühnchenfleisch und den Reis sowie die Lorbeerblätter dazu und gieß mit der Brühe auf. Lass die Sache einmal kurz aufkochen, rühre alles kräftig durch und gare das Gemisch auf eher geringer Hitze in 25 bis 30 Minuten. Dabei solltest du alle 5 Minuten umrühren, damit nichts ansetzt. Richtig ist die Sache, wenn der Reis fast(!) die ganze Flüssigkeit absorbiert hat; zu trocken sollte der Eintopf aber auch nicht sein. Wichtig ist vor allem, dass die Reiskörner keinen Biss mehr haben, aber auch nicht matschig sind. Was bedeutet, dass du ab Minute 20 immer wieder testest wie sich das Jambalaya entiwckelt hat. 5 Minuten vor Schluss kommen die Wurst und die Garnelen dazu. Zum Abschmecken sollte Salz reichen, eventuell ergänzt du scharfes Paprikapulver und/oder Cayenne. Wobei ein Jambalaya nicht wirklich scharf sein sollte. Vor dem Servieren kommt die gehackte Petersilie obenauf. Gegessen wird der Eintopf aus tiefen Tellern mit dem Löffel.

Möchtest du etwas dazu reichen, dann am ehesten karibisches Fladenbrot. Der Teig dazu ähnelt einem Briocheteig ohne Triebmittel und Eier (also Mehl, Milch, Wasser, Salz und geschmolzene Butter), der zu handtellergroßen Fladen geformt und in der Pfanne hellbraun ausgebacken wird. Dieses Ensemble macht satt und wärmt Herz und Seele.