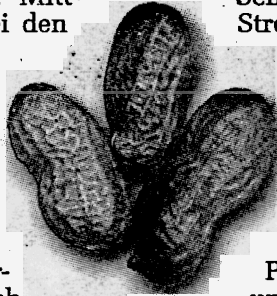


FEINE FRÜCHTCHEN

Alles Peanuts?

Eine Zeit lang dachte niemand an Essen, wenn von Erdnüssen oder – englisch - von Peanuts die Rede war. Da stand die Nuss, die eigentlich eine Bohne ist, als Synonym für läppisches Kleingeld, das die Deutsche Bank schon mal verspekulieren konnte. Mittlerweile steht bei den Samen der sehr ölhaltigen Strauchfrucht wieder der Nährwert im Vordergrund. Bei uns werden die kleinen Kerne vornehmlich geknabbert; anderswo sind sie gleichberechtigtes Mitglied in der Zutatenliste für viele Gerichte. Das gilt etwa in Indien und Afrika, das fängt aber schon bei unseren Nachbarn im Westen mit ihrer unvermeidlichen Erdnussbutter an. In China und Indien (die zusammen weit über die Hälfte aller Erdnüsse produzieren) sowie in den afrikanischen Anbauländern gehört sie zu den Grundnahrungsmitteln.



Erdnuss-Suppe:

Kalbfleisch würfeln, mit Zwiebeln, Salz und Pfeffer in Wasser garen; gehackte Paprika und Peperoni zugeben, gemahlene Erdnüsse und Erdnussbutter unterziehen.

Erdnuss-Topf Afrika:

Schweineschnitzel in Streifen schneiden, in Erdnussöl anbraten, beiseite stellen; Zwiebeln hacken und anbraten, Erdnussbutter zugeben, mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Cayennepfeffer würzen; Tomaten ab-

ziehen, würfeln, zugeben, Brühe aufgießen, Fleisch zugeben, garen lassen.

Himbeermousse:

Aus pürierten Himbeeren mit Vanille, Eigelb, Zucker, Schlagsahne und Gelatine eine Mousse bereiten. Zucker schmelzen lassen, grob gehackte Erdnüsse zugeben, auf Backpapier auseinanderstreichen. Wenn es fest ist, hacken und mit der Mousse servieren. -ur-