

Salade niçoise – der aus Nizza !

Bei einem Aufenthalt in Nizza entdeckte ich in einer Buchhandlung dieses Kochbuch, in dem liebevoll und sprachlich unterhaltsam die „Wahre Küche“ des Mittelmeerraumes um Nizza vermittelt wird:

Jacques Rouré
Cocotte d'Azur – cuisine niçoise et de la Côte
Éditions Équinoxe ISBN 2-84135-082-7

Hier meine Übersetzung des Rezeptes eines Nizzaer Salates – mit muttersprachlicher Unterstützung von Gilbert Jaeck:

Es gibt kaum einen Salat, der sich nicht „niçoise“ nennt, obwohl er ein kunterbuntes Allerlei an Zutaten enthält. Hier die puristischen Grundregeln:

- Keine Kartoffeln, keinerlei gekochtes Gemüse; demzufolge vor allem keine grünen Bohnen.
- Verpönt: Thunfisch und Sardellen
- Sardellen, wer unbedingt möchte: mit Bedacht!
- Vinaigrette: ja, aber behutsam.
- Das wachweich gekochte Ei soll lauwarm sein.

Wenn all dies beherzigt wird, darf im Nizzaer Salat jegliche Rohkost sein.

Saisonale Produkte sind jedoch Voraussetzung, ebenso wie ausschließlich Olivenöl, die Knoblauchzehe ist in zwei Hälften geschnitten, die Tomate vollreif und entkernt, Basilikum ein Muss.

So beherrschen kompromisslose Regeln dieses Gericht, das eigentlich für sich in Anspruch nimmt, äußerst einfach zu sein.

Na denn *Guten Appetit!*