

Oktopus-Stifado

Oktopus-au-vin à la "Rainer-HChaosTours" & Tom

Erstausführung: ca. 1989 auf Gaidaros (Agathonissi), Ägäisinsel südlich Samos

Rezept für 1 große Auflaufform 25 x 35 cm

Das sind ca. 6..8 Portionen

Zeitbedarf: 4 Stunden

Zutaten:

1,5 .. 2 kg Oktopus, frisch oder tiefgefroren

mindestens 1,5 Liter Rotwein

4 cl Sherry (dry)

4+ Zwiebeln

1-2 Knoblauch-Knollen(!) nach dem Putzen sind das ca. 25 Gramm

Ingwer (daumengroßes Stück)

500 g Karotten

1 Banane

2 EL Honig (ersatzweise: Zucker)

2 Stück Fischboullionwürfel

100+ g Tomatenmark

100+ g Butter

Salz, Pfeffer, etwas geriebene Muskatnuß, Zimt (ganz wenig!), 10+ Nelken, Koriander, Kurkuma, Curry hot, Chilli, Paprika süß, 2 Lorbeerblätter

Dazu: (Weiß)Brot und/oder Spaghetti, sehr lecker

Knoblauch und Ingwer ganz klein hacken/wiegen (Konsistenz: Mus).

Butter, Fischboullion, Tomatenmark, Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, scharfe Gewürze glasig anbraten, am besten in einer Extrapfanne.

Mit dem Dry-Sherry ablöschen.

Erstmal mit etwas Rotwein flüssiger machen.

Die Banane in Scheiben hineinschneiden.

Mit dem Honig und Salz und Pfeffer und minimal Zimt nochmals so abschmecken, daß das Ganze schon würzig schmeckt.

Dieses Abschmecken ist schwierig und wichtig.

Evt. nochmal Muskat darüberreiben.

Evt. nochmal nachsüßen.



Aus der Pfanne umschütten in die große Auflaufform.
Alle zu verwendenden Oktopusteile (siehe [unten](#)) nach und nach und ständigem Erhitzen der Form hinzufügen.
Die Karotten in Scheiben schneiden und hinzufügen.



Nun (1..2) stundenlang Köcheln, immer wieder Rotwein hinzufügen, bis alles dunkelbraun ist. Das Fleisch ist dann normalerweise auch ganz zart.



Dazu reicht man Weißbrot, Baguette und/oder, was auch gut passt: Spaghetti

Am besten schmeckt unser Stifado, der an Bord FERTIGgeköchelt wird, wenn ihm am Abend in der Lagerfeuerglut der "Rest" gegeben wird.

Und noch viel besser schmeckt der Stifadorest jedoch am nächsten Tag !

Piep - piep - piep ... Guten Appetit !
Tom

Zum Thema Oktopus:

Nach meiner Erfahrung:

- ist **tiefgefrorener Oktopus** schon mal ganz gut, denn das Fleisch ist durch den Gefriervorgang "vorgemürbt", was sein Fleisch - ähnlich wie beim Schlagen - zarter macht
- einen aufgetauten Oktopus *kann* man noch ein paar Mal durchwalken oder schlagen, *muß* man aber nicht ! Wenn, dann darf man ihn nicht zu stark und nicht zu viel schlagen, denn er zerfällt schnell in kleine Stücke und sieht dann nicht mehr so gut aus...
- einen **frisch gefangenen Oktopus** tötet man mit einem beherzten Messerstich zwischen seine Augen.
- den frischen Oktopus schlägt man nach griechischer Tradition höchstens sooft wie ein Monat Tage hat (31 mal höchstens) ...
- ... und höchstens solange, bis das Fleisch leicht schaumig wird - weiteres Schlagen läßt die Saugnäpfe abfallen und der Oktopus zerfällt schnell in kleine Stücke, weil die Arme so weich werden, daß sie abfallen.

- Oktopus ausnehmen: mit dem Messer kreisförmig um den "Papageienschnabel" = Mund/After einstechen und den Papageienschnabel entfernen, dabei höllisch aufpassen, denn dieses Teil ist scharf - wie hoffentlich unser Messer. Körperblase innen/außen wenden - das geht !!! - und alle Eingeweide, die nun frei liegen, herausschneiden und wegwerfen. Übrig bleibt reine Muskelmasse des Körpers und der acht Arme. Die Arme direkt am Körper abtrennen, den Korpus in Ringe schneiden, die Arme in Fingerglied-große Stücke schneiden. Alles gut durchspülen, Seewasser fürs Grobe, Süßwasser zum Schluß.

Wer anderer Meinung ist, oder etwas kommentieren möchte, schreibe mir doch bitte einfach:

Post an [mich](#)
Zu meiner [Homepage](#)

Buchtip dazu (leider vergriffen, aber manchmal hat man im Antiquariat Glück)
siehe dort auch Seite 62, "Rindfleisch- und Zwiebeleintopf: Stifado"

Sarah Maxwell:
Griechische Meze-Gerichte - 100 kleine unverwechselbare Leckerbissen. (Originaltitel: Meze Cooking)
Deutsche Ausgabe erschienen im Könemann Verlag Köln 1995
ISBN 3-89508-115-9 (10 DM)



Stand: 15.11.2002

Besucher