



Das Aroma von Agnò Mystèr wird wesentlich von dem gerösteten Nigella bestimmt. (5/2020)

## Agnò mystèr

### Lammschulter mit Gewürzen in Joghurt und Tomate gekocht

Jeanine Sagan und Diane Doulsi, die vom Herd aus die kulinarischen Geschicke des Restaurant L'Éolien bei Granvan lenken, pflegen eine Küche der Kontraste, die gut zu der Landschaft rund um das Lokal passt, wo die unterschiedlichsten geologischen Formationen und die verschiedensten Vegetationen aufeinander treffen. Auch das Agnò mystèr, das zu den wenigen Standards auf der ständig sich verändernden Karte des Restaurants gehört, scheint gut zu dieser Gegend zu passen, finden sich doch in dem Rezept recht verschiedene, geschmackliche Impulse kombiniert. Außerdem werden Zutaten aus der Gegend verkocht, denn rund um die Pointe du Jako tummeln sich Schafe und Ziegen – und auf den Feldern zwischen Granvan und dem Kap Swè werden die besten Kartoffeln der Insel angebaut. Der Name des Gerichts bedeutet eigentlich bloß, dass das in Maizyé produzierte Gewürz *Mystèr* (so wird Nigella auf der Insel



Im Gästebuch des *Éolien* hat ein Besucher seine eigene Interpretation des Agnò mystèr hinterlassen.

genannt) zu den markanten Elementen des Rezepts gehört. Als «mysteriös» könnte man jedoch auch die rauchigen, von manchen als «irgendwie vulkanisch» beschriebenen Noten dieses Ragouts empfinden, die zur Hauptsache vom Nigella herrühren. Agnò mystèr schmeckt komplex und sehr würzig, cremig, leicht säuerlich und auch ein wenig süßlich, mit markanten Röstnoten und überraschenden Einzelaromen.

### Hauptspeise für 2 Personen

500 g Schulter oder Keule vom Lamm, ohne Bein  
2 TL Nigella  
2 TL Koriandersamen  
1 TL schwarzer Pfeffer, ganz  
2 Gewürznelken  
1 EL Bratbutter  
2 stattliche Zwiebeln, fein gehackt  
30 g Ingwer, geputzt und fein gehackt  
2 frische, grüne Chili, entkernt und fein gehackt  
1 TL Salz  
200 g Tomaten, abgezogen und in Stücke geschnitten, alternativ Tomaten aus der Dose  
200 ml Joghurt  
250 ml Wasser  
½ TL Kurkuma  
400 g Kartoffeln, festkochend  
2 EL gemahlene Mandeln (12 g)

**1** | Fleisch in 4-cm-Würfel zerlegen.  
**2** | Einen schweren, Topf ohne Beschichtung erhitzen. Nigella, Koriandersamen, Pfeffer und Gewürznelken unter ständigem Rühren rösten bis es duftet.  
**3** | Bratbutter zugeben und sehr heiß werden lassen. Fleisch einlegen und unter häufigem Wenden allseits braun werden lassen. *Unter Umständen wird man etwas zusätzliches Fett begeben müssen.*  
**4** | Hitze reduzieren, Zwiebel, Ingwer, Chili und Salz unterrühren, kurz mitbraten bis die Zwiebel glasig ist.  
**5** | Mit Tomate, Joghurt und 250 ml Wasser ablöschen, aufkochen lassen, Hitze auf ein Minimum reduzieren, Kurkuma einrühren, Deckel aufsetzen, 100 Minuten sanft köcheln lassen. *Das Fleisch sollte während dieser ersten Etappe immer gut von Flüssigkeit bedeckt sein.*  
**6** | Kartoffeln in ausreichend Wasser rund 20 Minuten garen, abgießen, etwas abkühlen lassen, schälen, in 3 cm große Stücke zerlegen.  
**7** | Mandeln in die Sauce einrühren, Kartoffeln sorgfältig unterheben und alles weitere 20 Minuten bei niedriger Hitze ohne Deckel köcheln lassen. Die Sauce sollte am Ende sämig sein und eine leuchtend braun-orange Farbe haben.

# Das traurige Schaf

**Eine wahre Geschichte von Jana Godet**

Ein Schaf stand einsam und verlassen auf einer Weide und schluchzte vor sich hin. Da kam ein Wolf des Weges, sah das Elend und fragte: «Du armes Schaf, soll ich dich von deinem Unglück erlösen?» Das Schaf hob seine traurigen Augen und sprach: «Du lieber Wolf, wie gerne würde ich mir von dir helfen lassen! Aber wenn du mich frisst, dann wird sich meine ganze Trübsal auf dich übertragen!» Der Wolf dachte einen Moment lang nach, dann verschlang er das Schaf und trottete satt und zufrieden davon. Unter Wölfen ist nämlich längst bekannt, dass Schafe nur Unsinn reden.

Jana Godet: *Ist wahr! Kleine Geschichten aus Lemusa*. Port-Louis: Édition Ruben66, 2017. S. 27.



Zeichnung von Ida Versmer. ??????