



An einem heißen Sommerabend stellt die rassige Pipsch eine erfrischende und sehr befriedigende Vorspeise dar.

# Pipsch

## Joghurt-Kaltschale mit fermentierter Roter Bete und Lupinen

Die Lupine oder Wolfsbohne ist eine Pflanzengattung aus der Familie der Hülsenfrüchtler (*Fabaceae*). Die Samen vieler wilder Sorten enthalten Lupinin, ein lähmendes Gift, das für den Menschen tödlich sein kann. Zuchtsorten sind ungiftig, aber mehr oder weniger bitter. Die Lupine ist ein mehrjähriges Kraut, das bis zu fünf Meter hoch wachsen kann. Die Blätter sind handförmig und oft dicht von silbrig-grünen Haaren besetzt. Die Schmetterlingsblüten stehen in aufrechten, oft ährigen Blütenständen und können ganz unterschiedliche Farben haben. In den Schoten liegen mehrere rundliche, abgeflachte Samen, die viel Eiweiß enthalten und sowohl als Viehfutter wie auch als Nahrung für Menschen verwendet werden.

Rund um den Mont Lipain im Süden von Lemusa wächst eine Sorte (*Lupinus golanus*), die bis fünf Meter hoch werden kann. Sie hat in den

# Die Augen des Zwergs

Eine wahre Geschichte von Jana Godet

In Dabize wohnte ein Zwerg, der so freundliche Augen hatte, dass ein Blick von ihm genügte, noch die bittersten Lupinen in süße Früchte zu verwandeln. Er half den Bauern gerne und so ass man im Dabize stets viel und gut. Eines Tages jedoch zog ein Gärtner ins Dorf, der hatte eine Tochter von einer Schönheit, die alles um sie her verzauberte. Als der Zwerg sie sah, verwandelte er sich in einen stattlichen Prinzen und hatte von dem Tag an nur noch Augen für seine Prinzessin. Seither weiß man im Süden der Insel: Wo das Schöne in Erscheinung tritt, ist auch das Bittere nicht fern. Manche allerdings schmieden eine andere Moral aus der Geschichte: Prinzen sind größer als Zwerge, nützlicher aber sind sie nicht.

Jana Godet: *Ist wahr! Kleine Geschichten aus Lemusa*. Port-Louis: Édition Ruben66, 2017. S. 64.



Zeichnung von Ida Versmer. Der lemusische Satz PRUNZAKSI NO FRIXONI bedeutet «Prinzen mag ich nicht».



Samenschoten und Blütenstand der lemusischen Lupine (*Lupinus gulosanus*) – in jeder Hülsenfrucht liegen mehrere Samen.

Blättern zwar einen hohen Alkaloidgehalt, nicht jedoch in den Samen. Das ist praktisch, schützt das Alkaloid in den Blättern doch die Pflanze vor Insekten und anderen Fressfeinden. Obwohl die Samen der lemusischen Sorte nur wenig Alkaloid enthalten, sind sie doch immer noch so bitter, dass sie eine Woche lang in Meerwasser aus der Baisch dé Pavusi eingelegt werden müssen, ehe man sie rund zwei Stunden lang gart. Im Unterschied zu anderen Hülsenfrüchten bewahren die Lupinen auch nach längerer Kochzeit ihre Form. Die so behandelten Lupinen werden auf Lemusa sowohl als Snack verzehrt wie auch zu diversen Gerichten weiterverarbeitet.

Lipains werden heute nur noch in bescheidenem Ausmaß kultiviert. An die wirtschaftliche Bedeutung, die ihr Anbau einst hatte, erinnert noch die Feste di lipain, das Lupinenfest, das alle Jahre am 15. August über die Bühne geht und die bedeutendste Feierlichkeit von Dabize darstellt. Zu den verschiedenen Gerichten, die an diesem Tag mit Lupinen gekocht und aufgetischt werden, gehört auch Pipsch, eine Kaltschale auf

Basis von Joghurt, mit fermentierter Bete, Gurke, Koriander und natürlich Lupinen. Laut Romane Conté (*Sesoulisme*, Port-Louis, 2018, S. 172) wird diese Spezialität seit Jahrhunderten zubereitet, um Pipopée anzusprechen, eine sesoulistische Gottheit, die in der Region verehrt wird und auch im Namen der Suppe nachklingt. Von Conté stammt auch das hier vorgestellte Rezept.

Wer keine fermentierte Rote Bete zur Verfügung hat, kann die Kaltschale auch mit gekochten Renden anmischen. Manche Köchinnen und Köche auf Lemusa packen zusätzlich Schinkenwürfel in die Suppe, andere geben gekochte Kartoffeln hinein, Cherrytomaten, Zucchini, rote Zwiebeln ...

#### Für 2 Personen

100 g Rote Bete, fermentiert  
 150 g Joghurt  
 ½ TL Salz  
 1 Knoblauchzehe, gerieben  
 120 g Gartengurke  
 100 g Lupinenkerne, verzehrfertig  
 1 grüne Chili, entkernt, in feinen Stückchen  
 1 TL weißer Pfeffer, gemahlen  
 ~ Salz zum Abschmecken  
 2 EL Olivenöl  
 2 EL Koriandergrün, zerpfückt  
 1 TL Zitronenzeste, optional  
 1 TL Koriandersamen, zerkrümelt

**1** | Rote Bete so zerkleinern, dass sie von den Mixermessern leicht erfasst werden kann. Stücke mit Joghurt und 1 TL Salz im Mixer zu einer Suppe pürieren. Knoblauch einrühren und 10 Minuten ziehen lassen.

**2** | Gurke gut waschen, der Länge nach halbieren, Kerne herauskratzen. Stücke nochmals halbieren und in 5 mm dicke Scheiben schneiden.

**3** | Gurke, Lupinenkerne, Chili und Pfeffer in die Suppe rühren. Mit Salz abschmecken.

**4** | Suppe auf Teller verteilen, etwas Olivenöl aufträufeln und mit Koriandergrün bestreuen. *Manche Köchinnen und Köche geben zusätzlich etwas Zitronenzeste oder Koriandersamen auf die Suppe.*