



Kuurdak in einem verzierten Schüsselchen, das Geschirr stammt vom Grünen Markt (Зеленый базар) in Almaty. (7/2015)

KUURDAK

Eintopf aus Herz, Leber und Niere vom Rind, mit Kartoffeln und Zwiebeln

Kuurdak, *Quwyrdaq*, *Gowurdak*, Куурдак, Куырдак und so fort (es gibt sehr viele unterschiedliche Schreibweisen) ist ein Gericht, das in großen Teilen Zentralasiens gekocht und gegessen wird. Auf der Seite *Kazakh cuisine* der Internet-Enzyklopädie *Wikipedia* (abgerufen am 26. Juni 2015) wird *Kuurdak* als das Nationalgericht von Kasachstan bezeichnet. Andere Quellen sprechen indes von einer typisch kirgisischen Speise. Wie dem auch sei: *Kuurdak* gehört auf jeden Fall – wie *Manthe*, *Beşbarmak* (siehe dort) oder *Laghman* (siehe dort) – zu den Standards auf der Karte jedes kasachischen Restaurants.

Es gibt zwar Rezepte, die *Kuurdak* mit Muskelfleisch kochen, meist jedoch werden verschiedene Innereien verwendet (in erster Linie Herz, Leber, Niere, manchmal auch Milz und Lunge). Auch die *Kuurdaks*, die ich in verschiedenen Restaurants in Kasachstan gegessen habe, waren mit Innereien zubereitet.

Ich konnte leider kaum vernünftige Quellen zur Küche Kasachstans finden – in englischer Sprache auf jeden Fall nicht. Wenn ich die verschiedenen Informationssplinter addieren, dann ergibt sich



Sprachfrei | «Was würde ich ihr sagen, wenn ich Russisch sprechen könnte? Warum fotografiere ich Kälber, die an einer ausgedienten Tankstelle stehen? Weil mir das Bild wie eine Szene aus einem Mad-Max-Film vorkommt? Weil mich die Szene an den Stall von Bethlehem erinnert und ich mir die Krippe mit dem Jesuskind neben der Zapfsäule vorstelle?»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 3. Juli 2015.



An diesem *Kuurdak* aus dem Restaurant *Barbaris* in Öskemen orientiert sich unser Rezept. (7/2015)



Das *Barbaris* bietet nebst der Variante mit Innereien (kasachisches *Kuurdak*) auch eine Version mit Fleisch an.



Kuurdak bieten natürlich auch die Lokale an, die über den Fleischständen des Grünen Marktes eingerichtet sind.



Auch dieses *Kuurdak* im Restaurant *Вечное Небо* (*Vechnoye Nebo*) in Almaty wird mit Kartoffeln serviert.



Abend in der Nähe von Kaznakovka: Ein Hirte treibt seine Rinder von der Weide zurück ins Dorf. (7/2015)



Beim *Kuurdak* sind es Innereien und Gemüse, die das Aroma bestimmen. Gewürze werden – außer etwas Chili, den man wohl auch weglassen könnte – keine beigegeben. (Riederlalp, 7/2015)

etwa folgender Zusammenhang: *Kuurdak* ist ein Gericht, das traditionell sofort nach der Schlachtung eines Tieres zubereitet wird, in erster Linie natürlich mit dem Ziel, die Innereien haltbar zu machen. *Kuurdak* passt gut zu einer nomadischen Lebensweise, da es leicht aufbewahrt (respektive transportiert) und schnell wieder aufgewärmt werden kann. Auch bei Festessen, für die man ein ganzes Tier schlachtet und verwertet, scheint man zunächst *Kuurdak* aufzutischen – und erst danach zum Beispiel *Beşbarmak* oder Fleisch vom Grill.

Mir wurde *Kuurdak* stets als ein Gericht mit reichlich Kartoffeln und einer mit Tomatenmark andickten Sauce aufgetischt. Kartoffeln und Tomaten stammen aus der Neuen Welt und dürften folglich in ursprünglicheren Rezepturen gefehlt haben. Am besten hat mir jenes *Kuurdak* geschmeckt, das mir im Restaurant *Barbaris* beim Zhastar Park in Öskemen (ӨСКЕМЕН, russ. УСТЬ-КАМЕНОГОРСК) serviert wurde: Es bestand aus Herz in kleinen Streifen, etwas größeren Stücken Leber und Niere, dazu viele Zwiebeln, einige Kartoffeln, etwas Karotte, Paprika und Kohl. Die Sauce war aus Zwiebel, Brühe und Tomatenkonzentrat gekocht. Der Eintopf wurde mit reichlich frischen Zwiebeln aufgetischt und war so beschaffen, dass man die individuellen Aromen vor allem von Niere und Leber noch gut herauschmecken konnte.

Kuurdak kann aus den Innereien verschiedener Tiere zubereitet werden, wobei Pferd, Rind und Lamm die Favoriten sind. Auch Ka-



Wie in den Lokalen Kasachstans bestreue ich das *Kuurdak* zuletzt mit Stücken roher Frühlingszwiebel. Das verleiht dem warmen und eher dunklen Aroma des Schmorgerichts eine helle Frische. Man kann auch mit Kräutern experimentieren, die das Parfum von Leber und Niere aber nicht übertönen sollten. (Riederlalp, 7/2015)



Weil Herz beim Kochen ziemlich zäh wird, schneide ich es in ziemlich kleine Stücke.



Für die Zubereitung von *Kuurdak* eignet sich ein schwerer Topf aus Gusseisen. Im Idealfall ist dessen Deckel so beschaffen, dass er das Kondenswasser wieder ins Gargut zurücktropfen lässt.

FÜR 4 PERSONEN

3 EL Bratbutter
300 g Herz vom Rind (oder Kalb), in kleinen Stücken
4 stattliche Zwiebeln (600 g), fein gehackt
2 TL Salz
2 frische Chilis, entkernt, fein gehackt
600 ml Rinderbrühe
2 EL Tomatenmark
2 Karotten (150 g), geschält, in Rädchen
500 g festkochende Kartoffeln, geschält, in mundgerechten Stücken
150 g Weißkohl, in feinen Streifen
300 g Leber vom Rind (oder Kalb), in nicht zu kleinen Stücken
300 g Niere vom Kalb, ohne Fett, in nicht zu kleinen Stücken
150 g Gemüsepaprika, in eher feinen Streifen
Etwas Salz zum Abschmecken
200 g Frühlingszwiebeln, in nicht zu feinen Scheiben (das Grüne und das Weiße)

mel soll verwendet werden. Nur von Schwein ist nie die Rede, was darauf hindeutet, dass das Gericht in muslimischen Gemeinden seinen Ursprung haben könnte oder wenigstens dort besonders verbreitet ist. Ich koche *Kuurdak* nach dem Vorbild aus Öskemen mit Innereien vom Rind oder Kalb.

Herz wird beim Kochen zunächst zäh, ehe es nach einiger Zeit wieder weicher wird. Deshalb schneide ich es in relativ kleine Stücke und schmore es deutlich länger als Leber und Niere, die in wenigen Minuten gar sind. Die Niere vom Rind ist ziemlich hart und duftet oft markant nach Urin. Da diese Beschaffenheit nicht jedem Gaumen gefallen mag, verwende ich im Rezept die deutlich feinere Niere vom Kalb. Wenn ich *Kuurdak* mit der Niere vom Rind kochen, dann gebe ich sie bereits mit den Kartoffeln mit in den Topf. Es kann sich auch lohnen, die in Stücke zerlegte Niere vom Rind vor Verwendung ein wenig zu wässern oder gar kurz zu blanchieren.

Wie viele Schmorgerichte schmeckt auch dieser Eingeweide-topf noch besser, wenn es am nächsten Tag wieder aufgewärmt wird. Dank den Kartoffeln ist *Kuurdak* ein Gericht, das ohne Beilagen serviert werden kann – bei großem Hunger kann man ein Fladenbrot dazu reichen.

Zubereitung (Kochzeit 100 Minuten)

1 | Die geklärte Butter in einem schweren Topf sehr heiß werden lassen. Das Herz begeben und unter ständigem Rühren braten (5–10 Minuten). *Möglicherweise wird das Fleisch etwas Wasser absondern. Nach kurzer Zeit jedoch ist dieses verdampft und das Fleisch kann weiter gebraten werden. Es muss nicht knusprig werden, soll aber ein paar Röstaromen entwickeln.*

2 | Hitze reduzieren, Zwiebel begeben und Salz einstreuen. Unter ständigem Rühren dünsten bis die Zwiebel glasig ist (2 Minuten).

3 | Chilis unterheben, Rinderbrühe angießen, Tomatenmark einrühren und Karotten begeben. Aufkochen lassen, Hitze reduzieren und zugedeckt 45 Minuten köcheln lassen bis das Herz sich ein wenig hat erweichen lassen.

4 | Kartoffeln begeben, Deckel wieder aufsetzen und 20 Minuten köcheln lassen.

5 | Weißkohl begeben und 10 Minuten köcheln lassen.

6 | Leber, Niere und Paprika begeben, nochmals 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. *Wie bei vielen Schmorgerichten hängt vieles vom Topf ab, den man verwendet. In einem schweren Topf mit einem Deckel, der das Kondenswasser wieder in das Gargut zurückführt, sollte es, wenn man Niere und Leber beigibt, noch ausreichend Flüssigkeit haben. Besitzt man keinen solchen Topf, muss man vermutlich etwas Wasser zugeben.*

7 | Deckel abheben und weitere 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz abschmecken. Mit Zwiebeln bestreut servieren. *Es kann gut sein, dass die Niere über dem Fettansatz immer noch rosa ist. Wer das nicht mag, lässt das Gericht einfach etwas länger kochen.*