



*Cœur de bœuf Sugiau* ist ganz einfach zu kochen – das Aroma aber ist komplex. (Sierre, 3/2020)

## Cœur de bœuf Sugiau

### **Rindsherz, geschmort mit Rotwein, Speck und Kubebenpfeffer**

Es gibt wohl kein anderes Gericht, dessen Aroma in vergleichbarer Weise in die Wälder rund um die Chutes de Sugiau entführt. Schon der Duft versetzt den Hungrigen unter die mächtigen Kronen der Bäume, jeder Bissen ist knackendes Unterholz. *Cœur de bœuf Sugiau* schmeckt dunkel und leicht harzig, ein wenig bitter und voll – das wichtigste Gewürz ist der Kubebenpfeffer.

Das Rezept stammt von André Zwazo, der es gerne für seine Gäste kocht: «Die Leute schlucken zwar manchmal leer, wenn ich ihnen sage, dass das Herz ist, was da vor ihnen auf dem Tisch steht – das geschmackliche Erlebnis aber hat bisher alle überzeugt.»

Herz ist ein sehr fettarmes Fleisch und behält also auch nach langer Kochzeit noch einigen Biss. Seine Beschaffenheit erinnert eher an Wildfleisch, denn an andere Innereien. Es hat eine eigentümlich glatte Textur

# Moderherz

Samuel Q. Herzog hält auf einem Spaziergang inne



Forêt de Sugiau, beim Café des Chutes.

Ich entdecke das Herz von einer Brücke aus. Schwarz liegt es unter mir, belegt von einer Silberhaut, Regentropfen schlagen Ringe in das weiche Metall. Wenige Zentimeter unter der Wasseroberfläche leuchtet orangebraun ein Baum. Ich kann nur den dreieckigen Ansatz sehen, mit dem er einst auf der Erde stand. Der Stamm verschwindet in der Tiefe des Sumpfs wie in einem dunklen Himmel. Wie lange mag es her sein, dass der Riese aus dem Gleichgewicht kippte? Warum

hat er den Boden um seine Wurzeln verloren? War es eine Flutwelle von den nahen Wasserfällen, die ihn zum Kippen gebracht hat? Fast glaube ich, zu erkennen, wie der Gigant sich allmählich auflöst, wie sein Holz vermodert, wie seine Lebensstoffe in die Umgebung einsickern. Faul. Es geschieht einfach. Das ist die Aufgabe eines Herzens, die Umgebung am Leben zu erhalten, zu versorgen.

Ein Schwarm kleiner Barsehe treibt gemächlich über dem Stamm hindurch, die Wasserhaut kräuselt sich leicht. Ein schwarzer Vogel schießt aus dem Geäst, greift nach den Tieren, die auseinanderhuschen, fliegt zurück in die Unsichtbarkeit. Kaum ist er weg, schwimmen die Fische wieder in Formation. Ich kann nicht sagen, ob der Räuber erfolgreich war. Wäre es möglich, dass auch ich, wenn ich sterbe, zu einem Herz werde, das die Umgebung nährt? Die Vorstellung gefällt mir und jetzt hoffe ich fast, der Vogel habe einen Fisch erwischt.

Samuel Q. Herzog: *Spazieren auf Lemusa*. Port-Louis: Édition Ruben66, 2017. S. 9.

und ist ein wenig trocken, deshalb kocht man etwas Speck mit, der nach Möglichkeit nicht zu mager sein sollte. Etwas weicher wird das Herz, wenn man in dem nachfolgenden Rezept mit dem Wein noch 2 EL Rotweinessig zugibt. «Man sollte, ehe man den Muskel in den Topf gibt, ein Stück davon roh probieren», empfiehlt Zwazo: «Herz schmeckt so vorzüglich, dass man vielleicht gar die Lust verliert, es zu kochen – und stattdessen zu einer Flasche mit Sojasauce greift, um es wie Sashimi zu genießen.»

### Hauptgang für 2 Personen

- 50 g geräucherter Speck, mit gutem Fettanteil, in Würfeln oder Stäbchen
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- 500 g Herz vom Rind, in 4–6 Stücken
- 2 TL schwarzer Pfeffer
- 1 EL Kubebenpfeffer (6 g), im Mörser leicht zerstoßen
- 2 getrocknete Chilis, zerkrümelt
- 6 getrocknete Tomatenhälften (20–30 g), in feine Streifen
- 1 Rosmarinzweig (ca. 7 g)
- 1 kleines Stück Ingwer (15 g), geputzt und fein gehackt
- 10 schwarze Oliven (mit Stein, die kleinen runzligen, die meist als Olives à la grecque verkauft werden)
- 1 TL Salz
- 300 ml Rotwein
- ~ Salz zum Abschmecken

**1** | Speck in einem schweren und gut schließenden Topf so lange sorgfältig anbraten, bis das meiste Fett ausgelassen ist und das Fleisch des Specks dunkelbraune Krumen gebildet hat. *Wenn man einen nur wenig fetten Speck erwircht hat, was allerdings schlecht wäre für das Gericht, muss man ev. noch etwas Öl begeben.*

**2** | Zwiebeln einrühren und kurz anziehen lassen. Herzstücke begeben und allseits leicht anbraten.

**3** | Alle weiteren Zutaten außer dem Wein begeben (also Pfeffer, Kubebenpfeffer, Chilis, die getrockneten Tomaten, Rosmarin, Ingwer, Oliven und Salz). Gut vermischen und 1–2 Minuten anziehen lassen.

**4** | Mit Wein ablöschen, aufkochen lassen, Hitze reduzieren und gut 2 Stunden zugedeckt köcheln lassen, gelegentlich umrühren. *Wenn nötig etwas Wasser zugeben. Sollte die Sauce am Ende hingegen noch zu dünn erscheinen, kann man sie ohne Deckel noch etwas einkochen lassen.*

**5** | Mit Salz abschmecken. Herzstücke fein tranchieren, mit Sauce begießen.

# Das Herz eines Ochsen

Eine wahre Geschichte von Jana Godet

Ein Lastwagenfahrer, der für seine Raserei so bekannt war wie für seine Trunksucht, behauptete eines Tages, er habe das Herz eines Ochsen. «Es ist einfach viel zu stark für mich», erklärte er zwei Polizisten, die ihn auf der Straße angehalten hatten. «Ich kann ihm nicht widersprechen. Heute früh schon befahl es mir, einen ganzen Liter Weißwein zu trinken! Und mitten am Tag verlangte es nach einem großen Bier! Begreifen Sie meine Not? Ich bin seinem Willen vollständig ausgeliefert! Hätte ich bloß ein kleines Menschenherz, dann müsste ich auch nicht so schnell fahren, doch das mächtige Organ in meiner Brust drückt mir den Fuß aufs Gaspedal. Können Sie sich vorstellen, wie sich das anfühlt?»

Die Polizisten nickten: «Endlich verstehen wir, warum Du so viel trinkst», sagte der eine. «Du hast es sicher schwer, mit so einem Ochsenherz in der Brust, das dir sogar Deinen Durst diktiert», fügte der andere an.

Da wurde der Lastwagenfahrer wütend: «Bloß, weil ich ein Ochsenherz habe, ist das doch noch längst kein Grund, mich zu duzen!», schimpfte er, legte den ersten Gang ein und raste davon.

Jana Godet: *Ist wahr! Kleine Geschichten aus Lemusa*. Port-Louis: Édition Ruben66, 2017. S.41.



Zeichnung von Ida Versmer. KILI heißt eigentlich «Fliege» auf Lemusisch, ist aber auch ein umgangssprachliches Wort für «Polizist».