



Das leicht krümelige des Fleisches passt bestens zu Kartoffelstock Knödeln. (Aarau, 1/2020)

Fo balèn

Lunge vom Schwein mit Wurzelgemüse, Ingwer und Chili

Der Name dieses Gerichts verdankt sich einem Missverständnis zwischen der Köchin Belle Kifuille und einem philippinischen Matrosen und Smut, der 2014 einige Wochen lang im *Kafe Fornak* als Küchenhilfe arbeitete, ehe er auf einem Frachter anheuern konnte. Kifuille, die das kleine Restaurant im Musée de la marine schon seit Jahren betreibt, suchte damals gerade nach einem passenden Gericht zur Ausstellung *Plongée – des mythes, des monstres, des messagers*. Kifuille zeigte dem Mat das Bild eines tauchenden Schweins, das die Illustratorin Diane Dideau für die Schau realisiert hatte. Der Matrose erzählte ihr daraufhin von einem Gericht aus Schweinelunge namens *Bopis*, das man in seiner Heimat früher sehr oft zubereitet und gerne zu Bier oder Schnaps gegessen habe.

Der Matrose sprach Spanisch, aber kein Französisch. Aus irgendwelchen Gründen verstand die Köchin, dass dieses Gericht aus der Lunge

von Walfischen gekocht werde. Vielleicht benutzte der Matrose das Filipino-Wort *baboy* für «Schwein», das etwas ähnlich klingt wie *baleine*. Auf jeden Fall tüftelten die zwei in der Küche des *Fornak* ein Rezept auf der Basis von Schweinelunge aus, das dann als *Fo balèn*, also als «falscher Walfisch» auf der Karte landete und den Besuchern, gewürzt mit viel Chili und einer Prise Missverständnis, offenbar sehr gut schmeckte.

Das Rezept bedient sich eines einfachen Tricks, um eine für Lunge ungewohnte Konsistenz auf den Teller zu zaubern. Das Organ ist ja so feucht, dass es sich nicht anbraten lässt. Deshalb wird die Lunge hier zunächst in etwas Wein und Wasser gekocht oder geschmort. Sind die Lungen ganz durchgegart, lässt man das Gericht ohne Deckel weiterköcheln, bis die Flüssigkeit weitgehend verdampft ist und in der Pfanne ein Bratvorgang beginnt, der dem Gericht Röstaromen und eine eher trockene, krümelige, leicht krosse Konsistenz verleiht.

Für 2 Personen

300 g Lunge vom Schwein
1 EL Speisefett
30 g Ingwer, fein gehackt
1 stattliche Zwiebel, fein gehackt
⅓ TL Salz
1–2 Chilis, entkernt, in feinen Ringen
100 ml Weißwein
2 EL Fischesauce
1 Karotte, in kleinen Stücken
1 Petersilienwurzel, in kleinen Stücken
100 ml Wasser
1 TL Limettenzeste
1 EL Limettensaft
1 TL Zucker

Zum Schluss sollte das Fleisch eher trocken und ein wenig knusprig sein

Das Rezept wurde in Zusammenarbeit mit der Köchin Susanne Vögeli perfektioniert.

1 | Lunge in größere Stücke schneiden und durch den Fleischwolf drehen. Wenn vorhanden sollte man eine größere Scheibe mit einem Lochdurchmesser von 6 mm verwenden.
2 | Fett in einer Bratpfanne erhitzen, Ingwer anbraten bis es duftet. Zwiebel und Salz begeben, glasig dünsten.
3 | Lunge und Chilis begeben, vermischen, kurz anziehen lassen.
4 | Weißwein und Fischesauce einrühren, aufkochen lassen, Hitze reduzieren, 10 Minuten köcheln lassen.
5 | Karotte, Petersilienwurzel und 100 ml Wasser begeben, weitere 10 Minuten köcheln lassen, nun aber zugedeckt.
6 | Deckel entfernen, Limettenzeste, Saft und Zucker einrühren. Ohne Deckel bei mittlerer Hitze weiter köcheln, bis die Flüssigkeit weitgehend absorbiert ist und es in der Pfanne zu brutzeln beginnt.