



Ingwer, Muskatnuss, Knoblauch und Petersilie würzen dieses wärmende Bohnengericht mit Kutteln. (Zürich, 2/2021)

## MADESU YA PEMBE

### Weisse Bohnen, Zwiebeln und Tomaten mit Rinderkutteln geschmort

Die Küche der Demokratischen Republik Kongo lässt sich einerseits nur schwer von den Küchen der Nachbarländer abgrenzen, andererseits kann man sie auch kaum akkurat beschreiben, haben doch die mehr als vierhundert Ethnien des Landes oft ganz eigene, kulinarische Gewohnheiten. Auch die Produkte, die in den Kochtopf oder auf den Grill wandern, unterscheiden sich von Region zu Region. In Gewässernähe spielen Fische eine zentrale Rolle. In Kinshasa habe ich mehrfach ganze oder in Scheiben gehackte Karpfen und Tilapia gegessen, die in der Fritteuse zubereitet wurden, einmal aber auch ein saftiges Filet, gedünstet mit Kartoffeln und Gewürzen in einem Maniokblatt. Die Hauptstadt Kinshasa ist berühmt dafür, dass in mageren Zeiten jeweils die Hunde von den Straßen verschwinden, vor allem in ländlichen Gegenden wird auch Wildfleisch aller Art kulinarisch verarbeitet, nahezu alles vom Affen bis zur Zikade. Da viele Menschen im Land nicht ausreichend zu essen haben, sind ausgefeilte Zubereitungsmethoden oft von untergeordneter Bedeutung, gleichzeitig gelangen sehr diverse Nahrungsmittel in die Teller. In den Restaurants werden allerdings auch belgische und französische Ge-



**Bereicherungen** | «Direkt neben unserem kleinen Toyota sitzen Frauen auf Plastikstühlen und trinken Mützig-Bier. Die Flaschen mit dem Schriftzug in Fraktur evozieren bei mir stets Bilder von Rigelhäusern und Tellern mit dampfenden Schweinereien auf Sauerkraut. Ein Metalltor führt in einen kleinen Innenhof mit lauter weiteren Türen, alle dicht mit Graffiti besetzt...»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 25. Juni 2010.



**Chikwangue mit Rinderspießen und Pili-pili in einem Restaurant in Kinshasa. (6/2010)**



**Dieser kleine Gemüsestand in Kinshasa-Gombe verkauft fast alles, was es für ein würziges Bohnengericht braucht.**

#### **FÜR 4 PERSONEN**

- 300 g weiße Bohnen, getrocknet**
- 1 EL Erdnussöl**
- 300 g Zwiebeln, fein gehackt**
- 300 g Zwiebeln, in feinen Streifen**
- 3 TL Salz**
- 25 g Ingwer, geputzt und gehackt**
- 3 grüne Chilis, entkernt**
- 3 Lorbeerblätter**
- 600 g Kutteln, vorgegart, on Streifen**
- 400 g Paprika, entkernt, in 5 × 20 mm großen Stücken**
- 500 g geschälte Tomaten aus der Dose, gehackt**
- ½ Muskatnuss, gerieben**
- 2 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen**
- 4 Knoblauchzehen, fein gehackt**
- 25 g Petersilie, gehackt**
- 3 Frühlingszwiebeln, in 2 mm dicken Rädchen**

richte serviert, ebenso spielen portugiesische und arabische Einflüsse eine Rolle.

*Soso ya mwamba* oder einfach *Moambe*, Huhn in Erdnussauce gilt als Nationalgericht. Ähnlich wird Geflügel aber auch in anderen Ländern Zentralafrikas zubereitet, namentlich im Gabun. Da bekannteste Gemüse ist *Saka saka* oder *Pondu*, mit Zwiebeln und Gewürzen geschmorte Maniokblätter. Die berühmteste Beilage des Landes ist zweifellos eine Art Maniokwurst namens *Chikwangue* oder *Kwángá*. Die Zubereitung dieser Spezialität ist sehr aufwendig, denn die Maniokwurzeln werden geschält, eingeweicht, zerkleinert, fermentiert, gefiltert, ausgepresst, getrocknet, zu Rollen gewälzt, in Blätter gepackt und mehrfach gedünstet. Das Resultat ist eine elastische Wurst mit relativ wenig Aroma, die sich jedoch lange hält, sehr gut zu Gerichten mit Sauce passt und außerordentlich sättigend ist. Weniger arbeitsintensiv ist *Fufu*, ein Brei oder eine feuchte Kugel meist aus Maniok oder Yams und in der Regel Kochbananen. *Fufu* ist vielen Ländern Afrikas eine beliebte Beilage, mit ein wenig Sauce oft auch ein Hauptgericht.

Auch weiße Bohnen werden im Kongo oft und gern gekocht. Auf Lingala heißen sie *Madesu ya pembe*, wörtlich «Bohnen von weiß» und in Kinshasa und Umgebung werden sie oft *na Mabumu* zubereitet, «mit Kutteln» in der Regel vom Rind. Das Rezept ist einfach, das Resultat wunderbar würzig und sehr befriedigend. Kutteln, wie man sie in Kinshasa bekommt, haben allerdings wenig mit dem Rinderpansen gemein, wie er in Europa in die Geschäfte gelangt: In Afrika stellen die Stücke vom Magen ein gutes Stück Säuberungsarbeit dar und müssen in der Regel deutlich länger gekocht werden. Bei uns werden Kutteln vom Rind vollkommen sauber und praktisch schon fertig gegart verkauft.

#### **Zubereitung** (Einweichzeit 8 Stunden, Kochzeit 90 Minuten)

- 1** | Bohnen in ausreichend Wasser 8 Stunden lang einweichen, abgießen, gut abspülen, mit 1 L Wasser kalt aufsetzen, zum Kochen bringen, Hitze reduzieren, 60 Minuten köcheln lassen.
- 2** | In einem schweren Topf das Öl erhitzen, Zwiebeln und Ingwer mit 3 TL Salz begeben, glasig dünsten.
- 3** | Kutteln, Paprika, Chili und Lorbeer dazugeben, 30 Minuten unter häufigem Rühren dünsten.
- 4** | Tomaten und Bohnen mitsamt dem verbleibenden Kochwasser zu den Kutteln geben, gut vermischen, aufwallen lassen, Hitze reduzieren, 60 Minuten ohne Deckel schmoren lassen, häufig rühren. *Die Säure der Tomaten verhindert, dass die Bohnen während der langen Schmorzeit vollends zu einem Püree zerfallen.*
- 5** | Muskatnuss, Pfeffer, Knoblauch, Petersilie und Frühlingszwiebeln unterheben, nochmals 5 Minuten köcheln lassen.

*Ich serviere Madesu ya pembe mit gedämpftem Reis, gekochtem Maniok oder einfach einem Stück Brot – und natürlich gibt es etwas Pili-pili dazu, alternativ hausgemachte Sauce Djenné (siehe dort), eine fruchtig-scharfe Chilisauce aus Mali.*