



Indischer Konfekt mit europäischem Touch: Barfi mit Pistazien und gerösteten Haselnüssen aus dem Piemont. (3/2018)

BARFI

Konfekt aus eingedickter Milch und Zucker, mit Kardamom, Pistazien und Haselnüssen

Aus der Harappa-Zeit (siehe *Chole kulcha*) haben sich zahllose, mit prachtvollen Kühen geschmückte Siegel erhalten. Sie legen den Schluss nahe, dass die Milchwirtschaft schon in der Indus-Kultur eine bedeutende Rolle gespielt hat.¹ Noch wichtiger wurde sie in der Welt der Arier (siehe *Khichri*), die etwa ab 2000 v. Chr. aus dem zentralasiatischen Raum nach Süden vorstießen – begleitet von großen Viehherden. Zwar verwendeten die Menschen der vedischen Zeit auch die Milch von Büffeln², Schafen und Ziegen, ja der *Sushruta Samhita*³ erwähnt sogar die Milch von Kamelen, Pferden, Elefanten und Menschen⁴, die Kuh aber und ihre Produkte wurden als ein besonderer Segen angesehen. In den Veden gibt es zahlreiche Lobverse auf das Rindvieh, sie klingen etwa so: «Die Kuh ist der Himmel, die Kuh ist die Erde, die Kuh ist Vishnu, der Herr des Lebens. [...] Götter wie Sterbliche hängen mit Leib und Leben von ihr ab. Sie ist das Universum, sie ist alles, was die Sonne überblickt.»⁵

Im vedischen Indien dürften Rinder noch geopfert und auch verzehrt worden sein⁶, mit der Zeit aber wurde das Töten der Kühe verpönt, der Konsum ihres Fleisches verboten. Im 19. Jahrhundert



Eine andere Stadt | «Die Rikschafahrer, die vor dem Eingang des Geländes auf Gläubige warten, die nach Hause chauffiert werden wollen, haben mich an ihr Feuer eingeladen. Und so bin ich einen Moment lang mit ihnen da gestanden und habe meine Hände in Richtung der Flammen ausgestreckt. Man teilt ein Feuer anders als etwa ein Essen.»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 5. Januar 2018.



Der Schutz des Rindviehs ist zu einem Symbol der Hindu-Identität geworden: Plakat am Krishna-Tempel von Udupi.



Aus der Indus-Kultur haben sich zahlreiche Siegel erhalten, auf denen Hausrinder abgebildet sind: ein Beispiel aus dem archäologischen Museum von Lothal in Gujarat. Lothal wurde im 24. Jahrhundert v. Chr. erbaut. (1/2018)



Eine Schachtel mit Kaaju barfi aus dem Chowdhuri Sweet House.

avancierte der Schutz der Kuh zu einem Symbol der Hindu-Identität⁷ und heute ist das Schlachten von Kühen in den meisten Staaten des Subkontinents verboten.⁸ Für kulinarische Zwecke werden statt Rindern meist Wasserbüffel abgestochen, die unter keinerlei Schutz stehen und theoretisch auch von gläubigen Hindus verzehrt werden können, wobei die meisten Rezepte aus den Küchen der Christen und Moslems stammen.

Kuhmilch ist für Hindus die reinste Speise des Universums. Milch kommt warm aus dem Euter und wird als das Sperma von Agni verstanden, dem Gott des Feuers.⁹ Auch ganz frische Milch wird deshalb als ein gekochtes Nahrungsmittel angesehen, das direkt verzehrt werden kann. Die Eigenschaft der Milch, beim Kochen aufzuschäumen, macht sie für Hindus überdies zu einer Vermittlerin zwischen den Menschen und den Göttern.¹⁰

All das erklärt, warum die Milch (und ebenso ihre Produkte, in erster Linie Ghee, siehe auch *Khichri*) in so vielen Ritualen eine wichtige Rolle spielt, warum Idole mit Milch gewaschen und Eheversprechen mit ihr bekräftigt werden. Milch ist auch die rechte Kost für Götter, weshalb die Gläubigen oft milchbasierten Konfekt als Opfergaben in die Tempel bringen. In der Umgebung von Tempeln finden sich denn auch meist verschiedene Konditoreien und manche Wallfahrtsorte sind ebenso berühmt für ihren Konfekt wie für ihre heiligen Stätten. Denn die Pilger kaufen natürlich nicht nur für die Götter Süßigkeiten ein, sondern ebenso für sich selbst und ihre Verwandten zu Hause.



Im *Chowdhuri Sweet House* in Lucknow blickt man auf eine mehr als hundertjährige Tradition zurück. (1/2018)

In Uttar Pradesh hat die Konditors-Kunst eine spezielle Bedeutung, soll doch die Kaste der Halwai hier ihren Ursprung haben.¹¹ Die Halwai, die ja auch das *Halwa* in ihrem Namen tragen, sind traditionell auf die Herstellung von Süßigkeiten spezialisiert. Sie gehören zur Vaishya varna, zur Kaste der Händler.

Die Konditoreien von Uttar Pradesh sind besonders berühmt für Konfekt aus *Khoya*.¹² Für die Herstellung von *Khoya* wird Milch unter ständigem Rühren so lange gekocht bis die meiste Flüssigkeit verdampft ist. Die zurückbleibende Masse wird dann mit Zucker, Nüssen, Gewürzen etc. zu verschiedenen Arten von Konfekt verarbeitet: *Barfi*, *Beda*, *Laddu* und *Gulab jamun* dürften die berühmtesten *Khoya*-Produkte sein. Auch *Kulfi* wird aus *Khoya* hergestellt

Das traditionsreiche *Chowdhuri Sweet House* in Lucknow bietet eine ganze Reihe von *Khoya*-Produkten an, Ich habe hier in erster Linie diverse *Barfi* gekostet. Für *Barfi* wird *Khoya* mit Zucker zu einer dicken Masse eingekocht, die beim Abkühlen zu einem mürben Konfekt erstarrt. *Barfi* werden mit Cashewnüssen (*Kaaju barfi*), Pistazien (*Pista barfi*), Kichererbsenmehl (*Besan barfi*), Karotte (*Gajar barfi*) und vielen weiteren Aromen hergestellt. Manche haben die Form kleiner Bälle, die meisten aber sind flach und rautenförmig zugeschnitten. Sehr oft sind *Barfi* mit essbarer Silberfolie (*Varg*) belegt, manchmal auch mit kleingehackten Nüssen bestreut. Das Wort *Barfi* (*Burfi*) soll auf das Hindi-Wort *Barph* zurückgehen, das «Eis» oder «Schnee» bedeutet, wahrscheinlich eine Anspielung auf die weiße Farbe der Masse.



Khoya | Die traditionelle Herstellung von *Khoya* ist überaus zeitaufwendig und deshalb nur ab einer gewissen Menge sinnvoll. Größere Konditoreien haben meist eine eigene Abteilung, die ganz auf die Herstellung von *Khoya* spezialisiert ist. *Khoya* ist relativ leicht verderblich, wird deshalb in Europas Geschäften nur selten angeboten. Man kann sich aber auch mit einer Art *Khoya* behelfen, das sich in wenigen Minuten aus Milchpulver herstellen lässt. 100 ml Milch und 1 EL Ghee in einem Töpfchen zum Kochen bringen. 150 g Milchpulver in eine Schüssel geben, Milch-Ghee-Mischung einrühren. Sobald die Masse eine gewisse Festigkeit hat, mit den Händen kurz durchkneten und zu einem Ball formen. Beim Erkalten wird die Masse hart.



Wenn man die Milch angießt, dann erstarrt der Zucker sofort zu Karamell, löst sich aber ziemlich schnell wieder auf.



Die Masse sollte gegen Ende der Kochzeit die Konsistenz einer dicklichen Paste haben, ein wenig wie ein etwas zu trocken geratener Kartoffelstock.



Beim Abkühlen erstarrt die Masse zu einem mürben Konfekt.

FÜR 8 STÜCK

- 1 EL Ghee (12 g)
- 2 EL Zucker (30 g)
- 100 ml Milch
- 80 g Milchpulver
- 3 Kardamomkapseln, Samen ausgelöst und zerstoßen
- 5 Haselnüsse, fein geschnitten
- 10 Pistazien, fein geschnitten

Wer Barfi auf traditionelle Weise herstellen will, braucht einiges an Geduld. Aus diesem Grund überlassen die meisten Süßmäuler in Indien das lieber dem Spezialisten. Ich stelle hier ein Rezept vor, das man gut als *industrielles Barfi* bezeichnen könnte, umgeht es doch den langen Herstellungsprozess mit Hilfe eines Produkts, das 1865 von Justus von Liebig entwickelt und zwei Jahre später von Henri Nestlé in Vevey auf den Markt gebracht wurde: Milchpulver. Mit diesem Höllenzeug aus der Frühzeit der industriellen Nahrungsmittelproduktion gelingt das Barfi ziemlich leicht – und schmeckt so fein, dass man seine Seele nicht umsonst an die Teufel aus Vevey verkauft.

Ich gebe hier nur eine Art Basis-Rezept wieder, das sich leicht in alle möglichen Richtungen entwickeln, mit Nüssen oder getrockneten Früchten bereichern, mit Safran, Ingwer, Rosenwasser aromatisieren lässt – und wer mag, findet auch in Europa essbare Silberfolie, sie ist allerdings nicht ganz billig.

In Indien bekommt man Milchpulver an nahezu jedem Kiosk, wobei die meisten Marken neben Milch zusätzlich Zucker enthalten. In Europa ist Milchpulver nicht sehr verbreitet. Die Marken, die ich gefunden habe, enthielten keinen zusätzlichen Zucker und waren relativ mager mit einem fettfreien Trockenmasseanteil von 950 g pro kg. Mein Rezept geht von einem solchen Pulver aus.

Zubereitung (Kochzeit 15 Minuten)

- 1 | Ghee in einer Pfanne erwärmen. Zucker begeben und bei niedriger Hitze schmelzen lassen.
- 2 | Milch angießen, der Zucker karamellisiert sofort, warten bis sich der Karamell ganz aufgelöst hat. Milchpulver und Kardamom dazugeben, unter ständigem Rühren etwa 10 Minuten bei mäßiger Flamme einköcheln, bis die Masse einer dicklichen Paste gleicht und sich deutlich von den Rändern der Pfanne löst. *Es scheint manchmal als würde sich das Milchpulver nicht ganz in der Flüssigkeit auflösen, doch davon merkt man im fertigen Barfi nichts.*
- 3 | Masse auf einem mit Backtrennpapier belegten Brett oder Blech knapp 1 cm dick ausstreichen. Haselnüsse und Pistazien aufstreuen und sanft in die Masse drücken.
- 4 | Erkalten lassen und dann in Rechtecke schneiden. *In Indien treten Barfi meist in Rautenform auf, doch ein solcher Zuschnitt ist bei einer so kleinen Menge nicht sinnvoll.*

¹ Coleen Taylor Sen: *Feasts and Fasts. A History of Food in India*. London: Reaktion Books, 2015. S. 32.

² Kongada T. Achaya: *A Historical Dictionary of Indian Food*. New Delhi: Oxford University Press, 2002 [1. 1998]. S. 33.

³ Das *Sushruta Samhita* ist ein Sanskrit-Text über Medizin und Chirurgie aus der Zeit um 500 v. Chr. Er gilt als einer der fundamentalen Texte von Ayurveda.

⁴ Achaya: *Op. cit.* S. 155.

⁵ Frei übersetzt nach Ainslie T. Embree, William Theodore de Bary: *The Hindu Tradition: Readings in Oriental Thought*. New York: Knopf Doubleday, 2011. S. 41.

⁶ Sen: *Op. cit.* S. 37.

⁷ Sen: *Op. cit.* S. 40.

⁸ Seite *Is Most of India Vegetarian?* In: *Maps of India*. <https://www.mapsofindia.com/my-india/food/is-most-of-india-vegetarian-an-infographic> (abgerufen am 11. März 2018).

⁹ Achaya: *Op. cit.* S. 155.

¹⁰ Achaya: *Op. cit.* S. 155.

¹¹ Das haben mir, unabhängig voneinander, zwei Konditoren in Lucknow erzählt.

¹² An erster Stelle wird hier meist Varanasi genannt, das als Pilgerstadt ersten Ranges natürlich besonders viele Süßigkeiten herstellt, respektive verbraucht. Charmaine O'Brian: *The Penguin Food Guide to India*. New Delhi: Penguin Books India, 2013. S. 87 f.