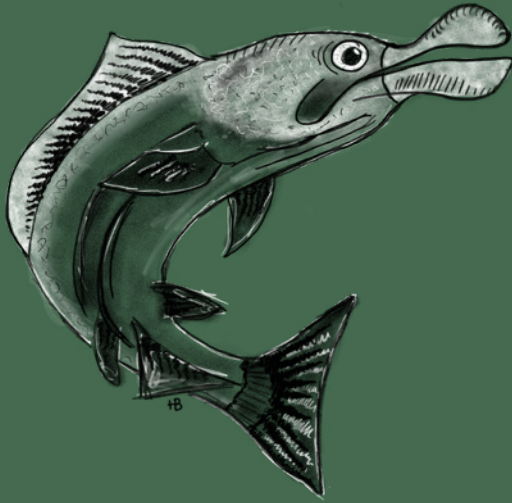


05

Sugiau



Lulla

Salmo trutta sugitoria

Das Sugiau ist ein waldiges Gebiet nördlich von Les Balcons. Ihren Namen verdankt die kaum bewohnte Gegend den Chutes de Sugiau, gewaltigen Wasserfällen. Das einzige Unternehmen in dem Departement produziert Kaffee und Kubebenpfeffer.

Chutes de Sugiau LANDSCHAFT

Die Chutes bestehen aus mehr als hundert einzelnen Wasserfällen und bieten ein gewaltiges Spektakel.

Les Cafés Zwazo FIRMENPORTRÄT

Das einzige Unternehmen der Gegend produziert rund um einen großen Hof Kaffee und Kubebenpfeffer.

Das Kind und der Käse LEGENDE

Diese Geschichte von Jana Godet beginnt in der Forêt de Sugiau und endet ganz weit weg.

Cubèbe de Sugiau GEWÜRZ

Der Kubebenpfeffer aus dem Sugiau schmeckt zitronig, pfeffrig, pinienartig, mit stark blumigen Noten.

Canard André Zwazo REZEPT

Wer das kochen möchte, braucht eine gute Ente, Kubebenpfeffer, viel Zeit und etwas Fingerspitzengefühl.

Cœur de bœuf Sugiau REZEPT

In diesem Rezept transformiert André Zwazo ein Rinderherz in einen aromatischen Waldspaziergang.

Moderherz ANSICHT

Auf einem Regenspaziergang durch den Wald von Sugiau entdeckt Samuel Q. Herzog ein Organ.

Das Herz eines Ochsen LEGENDE

Jana Godet erzählt von zwei Polizisten, die sich bei einer Kontrolle im Ton vergreifen.



Region (*randa*): Nord (*toito*), Louvanie
Departement (*semsal*): Sugiau
Postleitzahl: LM-0106
Telefonvorwahl: +69 (0)1
Höhe (Bassin der Chutes): 1015 m ü. M.
Einwohner: 7 (Mai 2011)



Chutes de Sugiau

Tosende Wasserfälle, teilweise mehr als 80 Meter hoch

Die Chutes de Sugiau bestehen aus zwölf größeren und etwa hundert kleineren Wasserfällen. Einige sind mehr als 80 Meter hoch. Die Wassermenge, die über die Fälle läuft, schwankt zwischen 2500 und 4000 m³ pro Sekunde – je nach Jahreszeit. Die Chutes liegen am Treffpunkt mehrerer Flüsse, die von den Abhängen des Déboulé und aus der Gegend des Col des Moines in Richtung Tal fließen. Die Wasser stürzen über die Ränder einer leicht gebogene, etwa 120 Meter breiten und 600 Meter langen Schlucht in die Tiefe. Die verschiedenen Fälle sind durch kleinere Inseln voneinander getrennt. Unterhalb der Chutes de Sugiau vereinen sich die





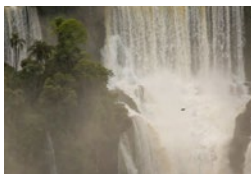
Wasser allmählich zu einem größeren Strom, der Bandole, die dann in der Gegen von Port-Louis ins Meer mündet.

Die Chutes de Sugiau liegen in einem waldigen Gebiet und können nur zu Fuß oder mit Pferden erreicht werden. Von Les Balcons aus werden manchmal auch Mountain-Bike-Touren organisiert. Bis vor wenigen Jahren waren die Wege von der Hauptstraße (N2bis) aus so schlecht ausgeschildert, dass Ortsunkundige sich regelmäßig im Wald verirrt und nicht selten von André Zwazo, einem der wenigen Bewohner des Sugiau, wieder auf sichere Pfade zurückgeführt werden mussten. 2016 aber ließ die Gemeindebehörde einen der Wege neu ausbauen und auszeichnen. Er beginnt auf dem Parkplatz des Café des Chutes.

Die Wasserfälle sind Gegenstand verschiedener Legenden. Eine besagt, der Name Sugiau gehe auf einen jungen Mann (vermutlich aus der Volksgruppe der Kloi) zurück, der mit seinem pausenlosen Gerede seiner Umgebung so sehr auf die Nerven ging, dass ihn der Magier seines Dorfes schließlich in einen Wasserfall verwandelte.

Laut einer anderen Geschichte, die vor allem die Touristenführer gerne erzählen, sind die Chutes de Sugiau einer jungen Göttin mit dem mysteriösen Namen Garaganta zu verdanken, die an dieser Stelle ihre erste Monatsblutung erlebt und in ihrem Schrecken ein großes Loch in den Wald gerissen hat, um das Blut darin aufzufangen. Die Schlucht unterhalb der Fälle wird in der Literatur gelegentlich auch Fosse de Garaganta genannt. Wenn sich die Wasser der Chutes de Sugiau leicht rostrot verfärben, was an manchen Tagen der Fall ist, dann wird das laut Jean-Marie Tromontis «als Zeichen dafür interpretiert, dass Garaganta wieder ihre blutigen Tage hat» (*Le chant des vents*, Port-Louis, 2008, S. 17).

Die Wasser am Fuß der Fälle sind die Heimat der Lulla, einer Forelle mit einem stumpfen Kopf, die vor allem geräuchert als Delikatesse gilt.



Manchmal wird der Dunst über den Wasserfällen so dicht, dass alles in ihm zu verschwinden droht. Auf dem Internet findet man ein Filmchen, das eine Ahnung von diesem Ereignis vermittelt: vimeo.com/270956762.



Der Hof von André Zwazo liegt unterhalb der Chutes an einem ruhigen Seitenarm der Bandole.

Les Cafés Zwazo

Auf gepflegten Lichtungen wachsen Kaffee und Kubebenpfeffer

Das Gebiet rund um die Chutes de Sugiau ist weitgehend unbewohnt und stark bewaldet. Etwa zwei Pep südlich der Fälle allerdings liegt an einem kleinen Nebenarm der Bandole der Bauernhof von André Zwazo – ein kleines Dorf fast, das aus verschiedenen Häusern und Hütten besteht.

Schon im 19. Jahrhundert hatten Siedler hier Lichtungen in die Forêt de Sugiau geschlagen und Baumwollplantagen angelegt, die jedoch nie erfolgreich bewirtschaftet werden konnten und bald aufgegeben wurden. Mitte des 20. Jahrhunderts etablierte sich eine Fischfarm in der Region, welche die sumpfigen Ufer der Bandole nutzte, um Flusskrebse (*Ouas-sous*), Aale und Fische zu züchten. Einige dieser Installationen sind auch heute noch in Betrieb.

Als André Zwazo in den 1990er Jahren hier seine ersten Kaffeebäume pflanzte, musste er die einstigen Baumwollfelder erneut roden – wobei

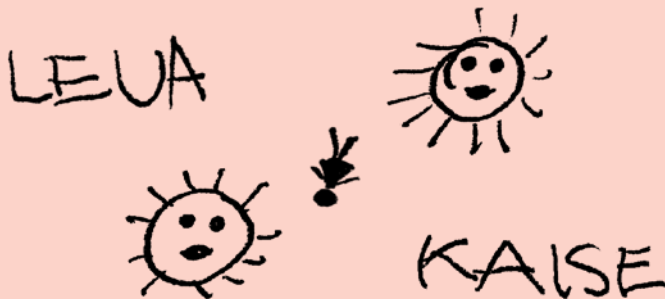
Das Kind und der Käse

Eine wahre Geschichte von Jana Godet

In der Forêt de Sugiau lebte ein kleines Mädchen ganz allein, denn seine Mutter war von einer großen Katze gefressen worden. Es ernährte sich von Beeren, Pilzen und Würmern, trank Wasser aus einer Quelle und wärmte sich mit Moos vom Stamm der großen Bäume. Das Dach der Hütte, in der es schlief, hatte ein Loch, das mit jedem Tag ein bisschen breiter klaffte. Wenn es dunkel wurde, sah das Mädchen durch dieses Loch zum Mond hinauf, der sie freundlich anzublicken schien. Also lächelte das Mädchen zurück und schlief Nacht für Nacht mit einem strahlenden Gesichtchen ein.

Dem Mond entging das silberne Schimmern nicht, das da aus dem sonst pechschwarzen Wald zu ihm hinauf drang. Auch der Mond fühlte sich oft ein wenig einsam, also freute er sich sosehr über das Zwinkern von der Erde, dass er eines Nachts einen ganzen Laib Käse nach unten fliegen ließ – so groß, dass er eben noch durch das Loch im Dach der Hütte passte. Das Mädchen, das noch nie so etwas fettes und feines gekostet hatte, aß den ganzen Käse auf. Als es fertig war, tat es vor lauter Glück einen so tiefen Seufzer, dass es damit bis zum Mond hinauf flog. In hellen Nächten kann man sehen, wie es von dort zur Erde blickt. Aber man kann nicht sagen, ob es dabei lächelt oder nicht.

Jana Godet: *Ist wahr! Kleine Geschichten aus Lemusa*. Port-Louis: Édition Ruben66, 2017. S.89.



Zeichnung von Ida Versmer. LEUA ist das lemu-sische Wort für «Mond», KAISE heißt «Käse».

er einzelne Bäume als Schattenspender für seinen Kaffee stehen ließ, der zu viel Sonne nicht so gerne mag. Zwazo legte ein raffiniertes Bewässerungs- und Drainagesystem an, das ihm eine optimale Steuerung der Feuchtigkeit in seiner Plantage gestattet. Bald entdeckte er, dass sich an so manchem Baum der Gegend eine grüne Pflanze hochrankte, die interessante Beeren produzierte: Kubebenpfeffer. Er begann, die Pflanze aus Stecklingen zu vermehren und bald kletterte *Piper cubeba* auf allen Bäumen rund um seinen Hof und seine Plantagen in die Höhe. Zu Beginn produzierten die Pflanzen kaum Früchte: «Die Kubeba ist eine echte Diva», sagt Zwazo: «Man weiß nie, was ihr aus welchen Gründen nicht passt.» Seit etwa 1994 allerdings kann er regelmäßig etwa 500 g Beeren je Pflanze ernten und bringt sie unter dem Namen *Cubèbe de Sugian* in den Handel.

Auf seinem Hof hält Swazo auch ein paar kleine Rinder, Schweine und Enten. In einigen Anlagen der alten Fischfarm züchtet er Fische und Flusskrebse, die er teilweise auch verarbeitet – namentlich stellt er nach asiatischem Vorbild aus kleineren Fischen mit Hilfe von Salz eine Art



Ein prächtiges Hausschwein auf dem Hof von André Zwazo.



André Zwazo unterzieht seinen Kubebenpfeffer einer kritischen Prüfung.

fermentierte Fischsauce her. In einem seiner Häuser führt Zwazo zudem einige Gästezimmer, für deren Bewohner er mit viel Begeisterung die Produkte seiner Farm verkocht.

Seit 2013 betreibt André Zwazo auch ein kleines Café an der N2bis. Wenn man von Les Balcons her kommt, liegt das Café des Chutes auf der linken Straßenseite, kurz vor dem Col du Moine. Man kann hier diverse Kaffeespezialitäten bestellen und dazu hausgemachtes Gebäck (berühmt sind vor allem die Madeleines, die täglich mehrmals frisch aus dem Ofen kommen). Das Lokal wird meist von Zwazos Töchtern betrieben oder von seiner Frau Judith, deren Zwiebelkuchen viel gelobt wird. Man kann in dem Café auch Kubebenpfeffer zu einem äußerst günstigen Preis erstehen.



Die Blätter sind spitzig, ledrig und dunkelgrün, die winzigen Blüten erscheinen in langen Ähren.

Cubèbe de Sugiau

Kubebenpfeffer (*Piper cubeba*) aus der Forêt de Sugiau

In unmittelbarer Nähe der Chutes de Sugiau kultiviert André Zwazo nicht nur feinen Kaffee, sondern auch den besten Kubebenpfeffer der Insel. HOIO bezieht das Gewürz direkt von Les Cafés Zwazo, dem kleinen, in Les Balcons registrierten Unternehmen des Landwirts. Auf der Farm wachsen etwa 600 Pflanzen und produzieren gut 300 kg Gewürz pro Jahr.

PFLANZE, ANBAU UND VERARBEITUNG

Die ausdauernde Kletterpflanze aus der Familie der Pfeffergewächse (Piperaceae) entwickelt dunkelgrüne, ledrige und zugespitzte Blätter, die bis 15 cm lang werden können. Die winzigen Blüten erscheinen in kompakten, 3–10 cm langen Ähren. Aus den weiblichen Blüten entwickeln sich kugelige Beeren mit Stiel, die sich zur Reife gelblich bis orange verfärben. Nur einige der Beeren enthalten einen Samen, die meisten sind



HOIO verkauft Cubèbe de Sugiau in kleinen PET-Do- sen mit einem Füllgewicht von 35 g. Die Leitfarbe der Etikette ist identisch mit der Farbe der Region, in der das Gewürz produziert wird. Cubèbe de Sugiau wurde 1999 mit einem AOC-Zer- tifikat ausgezeichnet. Dieses Schutzsiegel für charakteris- tische Produkte des Landes wird seit 1966 vergeben.

hohl. André Zwazo zieht die Pflanzen auf den Schattenbäumen seiner Kaffeeplantage, wobei auf sieben weibliche Exemplare je eine männliche Ranke kommt. Er erntet die Beeren reif, indem er die Fruchststände abschneidet und die Früchte von der Spindel rebelt – vorsichtig, denn die Beeren sollten nicht verletzt werden. Er trocknet die Früchte in der Sonne, dabei verfärben sie sich dunkelbraun und bekommen eine faltige, runzlige Oberfläche. Verletzte Beeren werden grau und müssen aus- sortiert werden. Man erkennt Kubebenpfeffer leicht an seinem typischen kurzen, geraden Stiel, wegen dem er auch oft als Schwanzpfeffer bezeich- net wird. Der lemusische Name *Cubèbe* entspricht der gängigen französi- schen Bezeichnung für das Gewürz.

AROMA UND VERWENDUNG

Der Kubebenpfeffer aus Sugiau hat ein frisches, zitroniges, pfeffriges, pinienartiges Aroma mit stark blumigen Noten (Ylang-Ylang) und einer leichten Bitterkeit im Abgang. Gekocht entwickelt er einen Duft, der an Piment erinnern kann. Roh zerstoßen oder gemahlen ist das Aroma des Kubebenpfeffers sehr intensiv, harzig, holzig, leicht stechend. Beim Rös- ten verliert das Gewürz diese etwas heftige Seite. Auf Lemusa gibt man Kubebenpfeffer in ganzen Beeren gerne an Schmorgerichte mit Fleisch oder Wild, denen er ein tiefgründig-feierliches Aroma verleiht. Die Bee- ren geben ihr Aroma langsam ab und ihr Flavour schmilzt sich gut in die Sauce ein, denn die «durchweg fettlöslichen Moleküle [werden] in den

Öltröpfchen der Schmorflüssigkeit gebunden».¹ Das Gewürz kommt aber auch an Gemüsegerichte und wird gern mit Früchten kombiniert – etwa in frischen Salaten, Kompott oder Konfitüren.

In der Hauptstadt Port-Louis war es eine Zeit lange Mode, Kubebenpfeffer in Gin oder in einem anderen hochprozentigen Alkohol einige Wochen ziehen zu lassen und das Resultat dann für spezielle Drinks zu verwenden. Berühmt wurde vor allem ein Cocktail namens *Mythe de Sugiau*, der diesen Kubebenalkohol mit Zitronensaft, Ingwer und bitterem Honig kombinierte. Er wird heute noch in einigen Bars angeboten.

Eine ganz besondere Rolle spielt der Kubebenpfeffer im Sesoulismus, jener alten, lemusischen Naturreligion, die infolge verschiedener Initiativen der Diktatorin Odette Sissay heute wieder mehr Aufmerksamkeit genießt.² Im Verlauf sesoulistischer Rituale, zu denen auch das Singen



Die Nerven auf den Blättern des lemusischen Kubebenpfeffers verlaufen immer etwas anders. Für André Zwazo ist deswegen jedes Blatt «im Grunde ein perfektes Kunstwerk.»



Kubebenpfeffer entwickelt beim Trocknen eine charakteristisch faltige Haut. Im Unterschied zu anderen Pfeffern fällt der kurze Stiel auch beim Trocknen nicht ab. Man nennt das Gewürz deshalb auch Schwanzpfeffer.

Lemusische Rezepte mit Cubèbe de Sugiau

Kubebenpfeffer harmoniert mit Curryblättern, Gewürznelken, Ingwer, Kurkuma, Lorbeer, Rosmarin, Thymian, Wacholder, Zitronengras. Er passt zu Schmorgerichten mit Fleisch, vor allem mit Wild, Innereien (Herz, Leber, Niere), Gemüse (Federkohl, Rotkohl, Wirsing), fruchtigen Desserts.

- *Canard André Zwazo* (Ente im Bananenblatt, mit Paste aus Koriander, Chili, Zimt und Kubebenpfeffer)
- *Cœur de bœuf Sugiau* (Herz vom Rind, geschmort mit Rotwein, Speck, Kubebenpfeffer und Rosmarin)

anspruchsvoller Lieder gehört, werden Kubebenfrüchte gekaut, denn sie sollen gemäß Mastrubada, der Heilslehre der Religion, den Mund, den Hals und die Stimmbänder reinigen, die Konzentration fördern und ganz allgemein die Lebenslust erhöhen.³ Kubebenpfeffer ist Asaga geweiht, der Göttin der Kehle und des Gesangs. Will man sich ihrer Unterstützung versichern, deponiert man ein paar Pfefferkörner in der Dukia, der Gewürzschale eines Tempels oder legt sie zu Hause in seinen eigenen Schrein.⁴

Tatsächlich gibt es in der Nähe der Chutes de Sugiau ein Nich, also ein sesoulistisches Heiligtum. Und da, wie Georgette Muelas schreibt, Kubebenpfeffer im Wald rund um die Chutes de Sugiau immer schon wild vorkam und bereits von den frühen Einwohnern der Gegend gesammelt und «kulinarisch wie medizinisch» verwendet wurde, scheint der Zusammenhang gegeben.⁵

¹ Thomas A. Vierich, Thomas A. Vilgis: *Aroma. Die Kunst des Würzens*. Berlin: Stiftung Warentest, 2013 [2.]. S. 201.

² Zum Beispiel hat Sissay in *Liberté* eine Serie angeregt, die sich 2017 über mehrere Monate hinweg jeden Samstag mit einem bestimmten Aspekt des Sesoulismus beschäftigt hat: *Le Sesoulisme – redécouverte d'une religion ancienne*.

³ Romane Conté: *Sesoulisme. Passé, présent et perspectives de la plus ancienne religion lémusienne*. Port-Louis: Maisonneuve & Duprat, 2018. S. 674f.

⁴ Anne-Christine Boukman: *Chanter dans les bois*. Serie *Le Sesoulisme – redécouverte d'une religion ancienne*. Nr. 6. In: *Liberté*. Samstag, 24. Juni 2017. S. 21.

⁵ Georgette Muelas: *Santa Lemusa. Le pays entre les mers*. Port-Louis: Librairie Port Louis, 1956. S. 170. Muelas erwähnt das sesoulistische Heiligtum zwar nicht direkt, nennt aber etwas ungenau «kultischen Stätten» in der Nähe der Wasserfälle.



Dank der langen Garzeit und der vielen Gewürze wird das Fleisch überaus zart. (Basel, 4/2012)

Canard André Zwazo

Ente im Bananenblatt, mit Spinat und würziger Paste

Dieses Rezept stammt von André Zwazo, der nahe bei den größten Wasserfällen von Lemusa, den Chutes de Sugiau, eine Farm besitzt und dort Kaffee und Kubebenpfeffer anbaut. Zwazo züchtet auch Fische und Flusskrebse, ein paar Rinder, Schweine, Gänse und vor allem Enten.

Die Inspiration zu dem Gericht holte sich Zwazo auf einer Reise durch Indonesien: «Ich wollte sehen, wo der Kubebenpfeffer seinen Ursprung hat. Er soll ja aus Java stammen. Ich habe dort zwar die eine oder andere kleine Plantage gesehen, in der Küche aber wird der Pfeffer offenbar nicht verwendet. Es scheint, als verkauften die Bauern ihre ganze Ernte an die Parfumindustrie, wahrscheinlich zu einem lächerlichen Preis. Dabei passt der Kubebenpfeffer meiner Meinung nach sehr gut in diese Würzpasten, man nennt sie Bumbu, mit denen man in Indonesien alle möglichen Fleischsorten und Fische kocht. Das Gewürz gibt diesen



André Zwazo verkauft seine Enten auch an einen Händler in der Hauptstadt und so tauchen sie zum Beispiel auf dem Marché d'Arpali im Universitätsquartier auf.

Pasten eine frische, nadelholzige Note, eine Feierlichkeit.» Das Gericht der indonesischen Küche, das dieser Ente am nächsten steht, heißt laut Zwazo *Bebek betutu*, wobei die Ente da meist gedämpft wird, bevor sie in den Ofen wandert.

André Zwazo kocht dieses aufwendige Rezept meist nur für spezielle Anlässe, auf Wunsch allerdings auch für die Gäste seines kleinen Bed & Breakfast. Beherzte Zeitgenossen können mitbestimmen, welche Ente vom Hof zubereitet werden soll, wobei Zwazo meist ein Weibchen empfiehlt – «die haben etwas feinere Knochen und auch das feinere Fleisch.»

Vom ersten Arbeitsschritt bis zum Auftragen der Ente muss man mit etwa sechs Stunden rechnen. Man kann die Ente aber gut schon am Vorabend des Gastmahls füllen, einreiben, ofenfertig verpacken und die Würze im Kühlschrank über Nacht einziehen lassen.

Hauptgang für 6 Personen

Zutaten für die Würzpaste

3 TL	Koriandersamen
2 TL	Kreuzkümmel
4	Gewürnelken
5 cm	Zimtstange, zerbrochen
4	Kardamomkapseln
½ TL	Kurkumapulver
1 TL	Muskatblüte, zerkrümelt
1 EL	Kubebenpfeffer, im Mörser leicht zerstoßen
2 TL	Salz
2	Zwiebeln, fein gehackt
8	Knoblauchzehen, gepresst
4	große, grüne, mittelscharfe Chilischoten, entkernt und fein gehackt
2	scharfe, rote Champion-Chilis (oder 3 kleine scharfe Thai-Chilis), entkernt und fein gehackt
5 cm	Galgant, fein gehackt (20 g)
2	Zitronengrasstängel, nur die zarteren Innenschichten, fein gehackt (20 g)
8 EL	nicht allzu saures Tamarindenwasser

Weitere Zutaten

~	Salz zum Abschmecken
100 ml	Wasser
250 g	frischer Spinat, gewaschen
1	Ente von etwa 2 kg
1 m	Bananenblatt, abgespült und trocken getupft Zutat

1 | Koriandersamen rösten, bis sie riechen. Kreuzkümmelsamen braten, bis sie aufplatzen. Gewürnelken und Zimt kurz rösten, bis sie riechen. Samen aus den Kardamomkapseln lösen.

2 | Sämtliche Zutaten für die Würzpaste (Koriander, Kreuzkümmel, Nelken, Zimt, Kardamom, Kurkuma, Muskat, Kubebenpfeffer, Salz, Zwiebeln, Knoblauch, Chilis, Galgant und Tamarindenwasser) mit Hilfe eines Stabmixers zu einer grobkörnigen Paste verarbeiten. *Die Proportionen sind so abgestimmt, dass die Paste unter der Kraft eines Stabmixers gerade eben einen Wirbel bilden sollte. Ist dies nicht der Fall, kann man etwas Wasser zugeben bis sich die Paste mixen lässt.*

3 | Paste in ein Töpfchen geben und 5–10 Minuten unter häufigem Rühren köcheln lassen. Sie wird kräftig Blasen werfen und ein feiner Duft sollte aufsteigen.

4 | Paste vollständig auskühlen lassen und ev. mit Salz abschmecken.

5 | In einem nicht zu kleinen Topf mit Deckel 100 ml Wasser aufkochen lassen, Spinat hinein geben, Deckel aufsetzen und 3 Minuten blanchieren. Wasser abgießen und abkühlen lassen. Spinat ein wenig ausdrücken.

6 | Spinat klein schneiden und mit der Hälfte der Würzpaste vermischen. Ente innen mit etwas Würzpaste einreiben, dann gewürzten Spinat einfüllen.

7 | Zwei Stück feste, 40–50 cm breite und etwa 60–80 cm lange Stücke Alufolie über Kreuz auslegen und darauf das Bananenblatt placieren. Ente daraufsetzen und mit der verbleibenden Paste einreiben. Das Bananenblatt über die



Ente klappen und dann die Alufolie so über dem Tier zusammenziehen, dass die Naht oben liegt und folglich nirgends Flüssigkeit auslaufen kann.

8 | Ofen auf 180 °C vorheizen und das Entenpaket auf einem Backblech so hineinschieben, dass das Tier in der Mitte des Ofens zu liegen kommt. *Es empfiehlt sich die Verwendung eines Ofenthermometers.*

9 | Nach 2 Stunden die Hitze auf 120 °C reduzieren und die Ente weitere 3 Stunden garen.

10 | Paket aus dem Ofen heben und vorsichtig öffnen. Alle Flüssigkeit, die sich während des Garens gebildet hat, nach Möglichkeit auffangen und in ein Pfännchen geben (es dürften etwa zwei Tassen voll Entenjus und Fett sein). Die Füllung aus dem Tier löffeln und beiseite stellen. Alufolie entfernen, Ente mit dem geöffneten Bananenblatt auf dem Backblech wieder in den Ofen schieben. Hitze auf 180 °C erhöhen (so vorhanden, Grillfunktion wählen) und die Ente während 10–15 Minuten etwas Farbe bekommen lassen.

11 | Mit einem Esslöffel möglichst viel Fett von der Oberfläche der etwas abgekühlten Garflüssigkeit entfernen (etwa die Hälfte des ausgetretenen Saftes ist Fett). Die aus dem Tier geklaubte Füllung in den verbleibende Fond einrühren und alles nochmals aufkochen lassen.

12 | Ente mitsamt Bananenblatt auftragen und die Sauce dazu servieren. Dank der langen Garzeit fällt das Fleisch fast von alleine von den Knochen, die sich überdies auch ganz leicht auseinander ziehen lassen.



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».