



Diese Dosa aus einem stark flüssigen Teig ist durchscheinend und an den Rändern knusprig. (Bild Susanne Vögeli)

## DOSA

### Pfannkuchen aus Reis und Urad dal, einseitig gebraten

Nichts repräsentiert die kulinarische Identität des indischen Südens besser als *Idli* und *Dosa(i)*. Für beide Spezialitäten werden Reis sowie halbierte und geschälte Urbohnen (*Urad dal*) eingeweicht, zu einer feinen Paste gemahlen und über Nacht fermentiert. Dabei scheint es die Kombination von Reis und Dal zu sein, welche die Gärung in Gang bringt, genauer das Zusammenspiel der Mikroflora der beiden Körner.<sup>1</sup>

Dosa kommen schon im 6. Jahrhundert in einer Schrift der Tamil Sangam Literatur vor.<sup>2</sup> Idli werden um 920 erstmals in einem Werk in Kannada erwähnt.<sup>3</sup> Daraus lässt sich allerdings nicht notgedrungen ableiten, was zuerst da war.<sup>4</sup> Im Unterschied zur heutigen Praxis wurden diese frühen *Dosas* und *Idlis* offenbar nur aus Linsen und ohne Fermentation hergestellt.<sup>5</sup>

Zwischen dem 8. und dem 12. Jahrhundert reisten die Hindu-Könige Indonesiens oft auf Brautschau in den Süden Indiens. Man nimmt an, dass es ihre Köche waren, welche die Technik der Fermentation in Tamil Nadu und Karnataka einführten – und damit zusammenhängend auch den Kniff, Linsen mit Reis zu vermischen.<sup>6</sup>



**Das ist hier keine Anlaufstelle für Schiffe | «Im Alter von sechs Jahren wurde Alex zum Betteln vor die Tempeltüre gesetzt. Das war vor 38 Jahren. Alex hat kluge, wache Augen und ein ruhiges, freundliches Gesicht, in dem ich keine Bitterkeit entdecken kann. Ich frage ihn, ob er noch irgendeine Erinnerung hat an diesen ersten Tag.»**

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 27. Januar 2017.



Ein Monument von einem Pfannkuchen: das *Paper dosa* im *Ariya Nivaas* in *Trivandrum* ist 70 cm lang, hauchdünn und extrem knusprig – es wird aus klassischem *Dosateig* hergestellt. (1/2017)



*Dosa* im Restaurant *Sarawana* beim Tempel von *Kanyakumari*. (1/2017)



Hauchdünn und leicht elastisch: *Dosa* im *Krishna Café* in *Kochi*.

Die Tradition des Fermentierens ist in Indonesien uralt und es werden ganz unterschiedliche Dinge wie Sojabohnen, Erdnüsse und Fisch vergoren. Ja, es gibt in Indonesien sogar ein gedünstetes Kuchlein, das dem *Idli* gleicht und *Kedli* heisst.<sup>7</sup>

Für die Herstellung von *Dosa* wird der Teig auf einer heißen Platte zu einer dünnen Crêpe ausgestrichen, nur von der einen Seite her gebraten, dann gefaltet oder aufgerollt. *Dosa* kommen heute in sehr verschiedenen Gestalten auf den Tisch. Generell sind die *Dosas* aus *Tamil Nadu* dicker und kleiner, die aus *Karnataka* größer und knuspriger.<sup>8</sup> Vor allem *Karnataka* können die *Dosa* in sehr unterschiedlichen Formen auftreten, auch als Rollen oder als eindruckliche Zylinder und Pyramiden. Manchmal faltet man die *Dosa* auch über eine Füllung (*Masala* genannt) aus zerdrückten Kartoffeln, Zwiebeln und grünen Chilis. Auch bei der Zusammensetzung des Teiges gibt es Variationen, die verbreitetste dürfte *Rava dosa* sein. Für die Zubereitung dieses weicheren, brüchigeren und doch kräftigen, weniger knusprigen und doch verführerischen *Dosa* wird der Teig aus Reismehl, Weizenmehl und Weizengrieß hergestellt.

Für *Idlis* stellt man einen etwas dickeren Teig her, füllt ihn in spezielle Formen und stellt diese in den Wasserdampf. Die meisten *Idlis* haben die Gestalt einer flachgedrückten Kugel mit einem Durchmesser von etwa 8 cm.

*Idli* und *Dosa* werden zum Frühstück gegessen und dann den ganzen Tag lang als *Snack* (*Tiffin*) serviert. Man bekommt sie längst



Eine gängige Variation ist *Rava dosa*. Dieser Teig wird aus Reismehl, Weizenmehl und Weizengrieß hergestellt und führt zu einem etwas weicheren, brüchigeren und weniger knusprigen Dosa – hier im *Mitra Samaj* in Udupi.

nicht mehr nur im Süden des Landes, sondern in ganz Indien, was teilweise wohl auch mit der Verbreitung der Udupi-Küche (siehe *Kesari bhaat*) zu tun hat. Heute findet man sogar an jedem Flughafen des Subkontinents einen Stand, der Idli und Dosa verkauft. In Westeuropa allerdings hat dieser Snack aus dem Süden Indiens erstaunlicherweise noch kaum Fuß gefasst.

Idlis und Dosas werden in der Regel mit *Sambar* (siehe *Sambar aus Kumily*) und Kokosnusschutney (siehe dort) serviert, Idlis manchmal auch mit *Podi*, einem Würzpulver auf Linsenbasis, das mit Ghee oder Öl vermischt wird.

Der Aufwand für das Herstellen des Teiges ist relativ hoch. Auch heute noch, wo Maschinen das Mahlen der Linsen und des Reises übernehmen – früher geschah das in mühsamer Handarbeit im Mörser. In Indiens Haushalten werden deshalb nur noch selten Idlis und Dosas fabriziert. Das hat natürlich auch damit zu tun, dass an jeder Straßenecke Spezialisten stehen, die diese Leckereien am laufenden Band produzieren.<sup>9</sup> In Westeuropa ist das nicht der Fall. Wer hier Dosas genießen will, muss sie selbst herstellen. Der Prozess braucht etwas Zeit, ist aber nicht übermäßig kompliziert. Das Ausstreichen des Teiges gelingt bei den ersten Versuchen oft nur halb, doch mit der Zeit «macht man sich die Hand dafür», wie es auf Französisch so schön heißt.<sup>10</sup>



Ein aufgeklapptes *Masala dosa* im *Vidyarthi Bhavan* in Bangalore. Oft streichen die Köche die Füllung etwas mehr auf der Fläche des Pfannkuchens aus. (7/2017)



In einem kleinen Nebenraum des *Moazzam Jahi Marktes* in Hyderabad hat ein Dosa-Bäcker seine elektrischen Mörser stehen, die Bohnen und Reis während Stunden zermahlen. (3/2017)



**Urbohnen und Reis quellen separat 5–12 Stunden im Wasser. (Bilder auf dieser Seite Susanne Vögeli)**



**Urbohnen und Reis werden ebenfalls separat mit Wasser in einem leistungsstarken Mixer fein püriert.**



**Bohnen- und Reispüree werden mit Kefir und Salz gemischt, danach während 24 Stunden fermentiert.**



**In der Bratpfanne streichen wir den Dosateig mit dem Löffelrücken zügig in Kreisen aus.**



**Gebackene Dosa schmecken leicht säuerlich und sind luftig dank dem Kohlendioxid, das bei der Fermentation entsteht.**

**Zubereitung** (Einweichzeit 12 Stunden,  
Fermentationszeit 24 Stunden, Backzeit 3 Minuten)

**1** | Reis und Urbohnen separat in ausreichend Wasser während 5–12 Stunden einweichen.

**2** | Reis und Linsen separat abropfen lassen. Reis mit 100 ml Wasser in einem Cutter oder Mixer zu einer feinen, weißen Creme verarbeiten. Urbohnen ebenso mit 100 ml Wasser zu einem Teig vermischen. *Wir zerkleinern Reis und Bohnen separat, weil sonst der weichere Reis verhindert, dass die Mixermesser die Bohnen richtig zerkleinern können.*

**2** | Die beiden Teige nun vermischen, Kefir (Joghurt) und Salz einrühren. Teig zugedeckt bei ca. 25 °C während etwa 24 Stunden fermentieren lassen, gelegentlich umrühren. *Nach kurzer Zeit besiedeln Milchsäure- und Essigsäurebakterien sowie Hefepilzsporen den Teig, der ihnen als Nahrung dient (sie holen sich aus der Stärke ihre Energie). Dabei entstehen Milch- und Kohlensäure sowie als Begleiterscheinung würzige Aromen. Während dieses Prozesses sinkt der pH-Wert im Teig (er wird sauer), so können keine verderbende Bakterien Fuß fassen.*

**3** | Im Verlauf der Fermentation sollte der Teig ein erfrischend säuerliches Aroma entwickeln. Ist dies nach 24 Stunden noch nicht der Fall, muss die Fermentation verlängert werden (siehe Hinweis).

**4** | Den fermentierten Teig gut durchrühren und (wenn nötig) so viel Wasser begeben, dass er eine Konsistenz wie ein zu dickflüssiger Crêpeteig hat. *Da man den Teig nicht gießt, wie bei der Crêpe, sondern ausstreicht, muss er etwas dickflüssiger sein.*

**5** | Eine beschichtete Bratpfanne von wenigstens 20 cm Durchmesser nicht zu stark erwärmen, den Boden mit wenig Öl bepinseln. Etwa 2 EL Teig in die Mitte der Pfanne geben und sofort mit dem Rücken des Löffels zügig in Kreisen zu einem 2 mm dicken Pfannkuchen ausstreichen. Sofort die Temperatur erhöhen und den Fladen etwa 3 Minuten backen. *Das Ausstreichen braucht etwas Übung. Indiens Dosabäcker verteilen den Teig oft mit dem Boden eines kleinen Schälchens über ihre heißen Metallplatten, doch das wollte uns nicht recht gelingen. Das Verteilen des Teiges gelingt leichter, wenn die Pfanne nicht zu heiß ist, sonst haftet der Teig zu schnell an.*

**Das Temperaturproblem | Die Fermentation gelingt am besten bei einer Temperatur von etwa 25–30 °C. In den Tropen, wo die Dosas zu Hause sind, ist es immer warm genug. In Westeuropa indes kann es passieren, dass eine etwas zu kühle Küche den Prozess verhindert und schließlich doch die verderbenden Bakterien die Oberhand gewinnen (der Teig beginnt zu stinken und es bildet sich Schimmelpilz). Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wie man die Bedingungen für den Teig verbessern kann (ohne dass man mit dem Rezept bis zum nächsten Sommer warten muss). Wer klassische Heizkörper zu Hause hat, kann den Teig in ihre Nähe stellen. Wer über einen Backofen mit Wärmeschublade verfügt, kann den Teig darin gären lassen – auf einem Gitter, denn der Boden ist zu heiß. Auch die Lampe des Backofens erzeugt bei den meisten Modellen ausreichend Wärme. Ist all dies nicht vorhanden, bleibt nur die Anschaffung einer Joghurtmaschine, die eine für den Fermentierungsprozess ideale Temperatur erzeugt.**

#### FÜR 10 PFANNKUCHEN

**200 g** Rundkornreis

**100 g** geschälte und halbierte Urbohnen (Urid dal)

**100 ml** Wasser für die Reispaste

**100 ml** Wasser für die Bohnenpaste

**1 TL** Kefir oder Joghurt

**1/3 TL** Salz

**Etwas** Rapsöl für das Bepinseln des Pfannebodens

<sup>1</sup> Vergleiche Charmaine O'Brian: *The Penguin Food Guide to India*. New Delhi: Penguin Books India, 2013. S. 336.

<sup>2</sup> Kongada T. Achaya: *A Historical Dictionary of Indian Food*. New Delhi: Oxford University Press, 2002 [I. 1998] S. 61.

<sup>3</sup> Als Iddalige im *Vaddaradhane* von Sivakotyacharya. Iddalige gehören da zu den 18 Speisen, die man einem Brahmachari beim Besuch im Haus einer Dame serviert. Achaya 2002: *Op. cit.* S. 104.

<sup>4</sup> « Did the idli operation precede that of the dosai, or was it the other way round?», fragt

sich Kongada T. Achaya: *Indian Food – A Historical Companion*. New Delhi: Oxford University Press, 1998 [I. 1994]. S. 127

<sup>5</sup> Achaya 2002: *Op. cit.* S. 104.

<sup>6</sup> Achaya 2002: *Op. cit.* S. 105.

<sup>7</sup> Achaya 2002: *Op. cit.* S. 104.

<sup>8</sup> Coleen Taylor Sen: *Feasts and Fasts. A History of Food in India*. London: Reaktion Books, 2015. S. 257.

<sup>9</sup> Diese Spezialisten haben meist auch mechanische Mühlen oder vielmehr mechanisch betriebene Steinmörser, welche die Herstellung des Teiges erleichtern. Solche Maschinen sind in

Europa nur schwer zu bekommen und würden in unseren kleinen Privatküchen auch viel zu viel Platz einnehmen.

<sup>10</sup> Susanne Vögeli hat es übernommen, in ihrer Kochschule *Cookuk* in Aarau ein Dosa-Rezept zu entwickeln, das auch unter westeuropäischen Bedingungen funktioniert. Eine sehr genaue Anleitung, wie man Dosa in den Tropen herstellt, findet sich bei S. Meenakshi Ammal: *Samaithu Paar. The Classic Guide to Tamil Cuisine*. New Delhi: Viking (Penguin), 2001. S. 58. Sie verwendet zusätzlich Bockshornklee, um die Fermentation anzutreiben.



Indiens Dosabäcker streichen den Teig oft mit einem kleinen Messbecher aus, so auch Radu in Hyderabad. (3/2017)