



Ein Höhepunkt der jamaikanischen Küche: *Oxtail stew* – saftig, fasrig, zart und sehr aromatisch.

Oxtail stew

Geschmorter Ochsenschwanz mit Bohnen gehört zu den wenigen Gerichten auf Basis eher billiger Zutaten, die es auch auf die Speisekarten der Restaurants in Jamaika geschafft haben.

Auf Jamaikas Straßen isst man Herrlichkeiten wie *Cow foot soup*, *Tripe and beans* oder *Chicken foot soup*. In den Restaurants des Landes hingegen werden heute fast ausschließlich Prime Cuts serviert. Eine Ausnahme von dieser Regel ist Ochsenschwanz, der in nahezu jedem Lokal auf der Karte steht, obwohl es sich eindeutig um ein sehr günstiges Teil vom Rindvieh handelt. Warum ausgerechnet dieses Endstück des Tiers zu solchen Ehren kommt, konnte mir niemand erklären.

Kulinarisch gehört der Schwanz vom Rind wie die Backe, die Haxe oder Brust zu jenen Stücken, die viel Kollagen enthalten. Dieses Bindegewebe entwickelt nach längerer Kochzeit eine gelatinöse Konsistenz, die dem Fleisch eine kräftig-weiche Saftigkeit und der Schmorflüssigkeit viel

Körper verleiht. Auf Jamaika wird der Ochsenschwanz mit viel Piment und Chili aromatisiert. Außerdem werden dem Gericht Butterbohnen beigegeben, welche die Sauce zusätzlich befestigen.

Auf Jamaika verwendet man in fast allen Gerichten sogenanntes Browning, eine industriell gefertigte Sauce auf Basis von Zuckercouleur, die den Speisen eine dunkle Färbung gibt. Das nachfolgende Rezept arbeitet stattdessen mit einer Karamellsauce, die schnell angerührt ist. Auch auf die obskuren Gewürzmischungen und die Brühwürfel, die in den jamaikanischen Rezepten wie Zaubermittel eingesetzt werden, kann man gestrost verzichten – das Gericht hat auch so Aroma (und Magic) genug.

FÜR 4 PERSONEN

1 kg Ochsenschwanz, in 2 cm dicken Stücken
2 TL Salz
1 EL Zucker (14 g)
3 EL Wasser für Karamellsauce
2 EL Tomatenmark
1 EL Bratbutter
2 stattliche Zwiebeln, gehackt
4 Knoblauchzehen, ganz
40 g Ingwer in Stiften
2 EL Piment
1 EL schwarzer Pfeffer
2 Thymianzweige
1–2 Lampionchilis, entkernt und fein gehackt
2 Karotten (200 g), geschält in 5 mm dicken Rädchen
800 ml Wasser
1 EL Sojasauce
1 EL Zitronensaft
250 g Butterbohnen, gekocht
20 g Ingwer, sehr fein gehackt
~ Salz zum Abschmecken

Ochsenschwanz salzen. In einer Pfanne den Zucker dunkelbraun werden lassen, dann mit 3 EL Wasser ablöschen.

Ochsenschwanz in dieser Sauce wenden, bis die Stücke allseits braun sind und alle Flüssigkeit aufgesogen ist. Tomatenmark auf das Fleisch streichen, braten, bis das Mark stark riecht und sich leicht dunkel verfärbt. Stücke aus dem Topf heben.

Hitze reduzieren, Bratbutter schmelzen, Zwiebel, Knoblauch und gestiftelten Ingwer darin andünsten. Piment, Pfeffer, Thymian und Chilis kurz anziehen lassen. Ochsenschwanz zurück in den Topf heben, Karotten beigegeben. So viel Wasser angießen, dass das Fleisch gerade bedeckt ist, Sojasauce und Zitronensaft einrühren. Aufkochen, Hitze reduzieren, zugedeckt 3 Stunden oder auch länger köcheln lassen, bis das Fleisch fast vom Knochen fällt. Gelegentlich wenden, wenn nötig etwas Wasser zugeben.

Fein gehackten Ingwer und Butterbohnen unterheben, nochmals 15 Minuten köcheln. Mit Salz abschmecken.