Rezept-Idee aus Südamerika









Hallacas – Weihnachtsgericht aus Südamerika

Hallacas sind ein traditionelles venezolanisches Gericht, das zur Weihnachtszeit zubereitet wird. Es entstand durch die Vermischung indigener, europäischer und afrikanischer Kochtraditionen. Hallacas stehen für die kulturelle Vielfalt Venezuelas und sind ein wichtiger Bestandteil der familiären Weihnachtstradition, bei der oft gemeinsam gekocht und gegessen wird.

So wird's gemacht:
Zuerst die **Fleischsorten** mit gehacktem **Knoblauch** und gewürfelten **Zwiebeln** in **Öl** kräftig anbraten. **Paprika** und **Tomaten** klein schneiden, hinzufügen und kurz mitdünsten. Anschließend mit **Brühe** ablöschen und bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis die Flüssigkeit fast vollständig verdampft ist. Das kann bis zu einer Stunde dauern. Zum Schluss nach Geschmack würzen. Währenddessen das **Maismehl** mit **Butter, Salz** und **Wasser** oder **Brühe** verrühren. Zwei **Eier** hinzufügen, alles zu einem Teig verkneten und beiseitestellen. Die **Bananenblätter** waschen, die Mittelrippe entfernen und in etwa 25 cm große Quadrate schneiden. Ein Blatt mit **Öl** bestreichen, eine Teigkugel darauflegen und zu einem Rechteck von etwa 15 × 18 cm flach drücken. In die Mitte drei Esslöffel Fleischfüllung geben und mit **Kapern**, **Oliven** und **Kichererbsen** garnieren. Anschließend die Blätter zusammenfalten, die Füllung vollständig einschließen und mit **kochfester Schnur** festbinden. Alternativ können zwei Lagen Papier verwendet werden.

Zum Schluss die Hallacas etwa **60 Minuten** in Wasser kochen oder **90 Minuten** im Dampfgarer zubereiten. Danach gut abtropfen lassen. Sie können auch eingefroren und später wieder aufgetaut werden.

Bildnachwweis: ©nehopelon, © MarianVejcik
Rezeptidee: https://blog.suedamerika-reiseportal.de/venezolanische-hallacas-eine-weihnachtsspezialitaet/

Sie brauchen:
Zutaten für 8–10 Portionen

- 600g Rinder- und Schweinefleisch (Gulasch, Nacken oder Schulter)
- 3-4 Zehen Knoblauch
- 3 Zwiebeln
- 50ml Olivenöl
- 4 Tomaten
- 2 Paprika
- 2 Tassen Brühe
- 500g Maismehl
- Schwarzer Pfeffer/ Salz
- 100g geschmolzene Butter
  700g Wasser oder Hühnerbrühe
- 2 Eier
- 2 Pakete Bananenblätter oder als alternative kochfeste Folie
- 5 EL Kapern
  5 EL Oliven
- 1 Tasse Kichererbsen
- Kümmel
- Zucker

4 Stunden

mittel