



## Entdecken Sie die kulinarischen Köstlichkeiten Spaniens

### Tapas – Vorspeisen:

- Artischockenherzen mit Sardellen-Dressing
- „Picas pequeñas“ (Oliven-Kapern-Wurst-Spießchen)
- Oliven-Käse-Muffins

### Hauptgerichte:

- Tomaten-Oliven-Suppe „Volcán“ mit Croûtons
- Lammkoteletts mit Bohnen-Tomaten-Gemüse und Rosmarinkartoffeln
- Dorade mit „Salsa romesco“ (Mandelsauce)
- Thunfisch-Artischocken-Salat

Alle Rezepte gelten – falls nicht anders angegeben – für 4 Personen.

Weitere Informationen/Rezepte:

[www.iberode.de](http://www.iberode.de)

6. Auflage

**RILA** Feinkost-Importe  
Spezialist für Ländersortimente  
Postfach 1161  
32340 Stemwede-Levern  
e-mail: [kontakt@rila.de](mailto:kontakt@rila.de)



Die **fettgedruckten** Zutaten finden Sie im Länderfeinkost-Regal unter der Marke **Ibero**.

Zusätzlich benötigte Produkte sind in normaler Schriftgröße aufgeführt.

## Tapas – Vorspeisen

### Artischockenherzen mit Sardellen-Dressing

**Zutaten:**

1 Dose **IBERO Artischockenherzen**

*Für das Dressing:*

½ Glas **IBERO gerollte Sardellenfilets im Aufguß**

2 kleine Frühlingszwiebeln

6 EL **IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)

2 EL klein geschnittene Basilikumblätter

Salz, Pfeffer

**Zubereitung:**

Artischockenherzen abtropfen lassen. Das Dressing wie folgt zubereiten: Die abgetropften Sardellenfilets in Stücke, Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden und mit Olivenöl, Basilikumblättern sowie Salz und Pfeffer verrühren. Artischockenherzen auf einem Teller anrichten, das Dressing darüber geben.



**„Picas pequeñas“ (Oliven-Kapern-Wurst-Spießchen)**  
(8 Stück)

**Zutaten:**

- 8 **IBERO Kapernäpfel**
- 8 **IBERO Grüne Oliven mit Chilifüllung**
- 8 **IBERO Schwarze Gewürzoliven ohne Kern**
- 8 Scheiben Chorizo (rote Paprikawurst),  
ersatzweise Kabanossi
- 8 Partyspießchen

**Zubereitung:**

Kapernäpfel und Oliven abtropfen lassen. Von den Kapernäpfeln die Stiele abschneiden.  
Wurst in Scheiben schneiden. Je auf ein Partyspießchen einen Kapernapfel, eine grüne und schwarze Olive sowie ein Stück Wurst stecken.



## **Oliven-Käse-Muffins** (10 Stück)

### **Zutaten:**

100 g Zwiebeln

*Zum Braten und Einfetten der Muffinform:*

**IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)

1 Glas **IBERO Grüne Oliven ohne Kern**, 156 ml

250 g Mehl

2 TL Backpulver

½ TL Salz, Pfeffer

1 Ei

70 ml **IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)

250 ml Buttermilch

100 g geriebener Käse

### **Zubereitung:**

Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Muffinform einfetten bzw. Papierförmchen hineinsetzen. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in 1 EL Olivenöl glasig dünsten. Oliven in Scheiben schneiden. Mehl und Backpulver in eine Schüssel sieben, mit Salz und Pfeffer mischen. Das Ei mit 70 ml Olivenöl und der Buttermilch verquirlen. Die abgekühlten Zwiebeln, Olivenscheiben und den Käse unterrühren. Die Mehlmischung vorsichtig unterheben. Den Teig in die Förmchen füllen und ca. 25 Minuten backen.



## Hauptgerichte

### Oliven-Tomaten-Suppe „Volcán“ mit Croûtons

#### **Zutaten:**

*Für die Croûtons:*

4 Scheiben Weißbrot (vom Vortag)

*Zum Braten:* **IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)

3 EL **IBERO Aceite de Oliva Virgin extra**

3 Zwiebeln

1 Dose **IBERO geschälte Tomaten**, 850 ml

ca. 400 ml Gemüse- oder Rinderbrühe

1-2 **IBERO Greenleaf Tabasco** (Chilischoten)

Salz, Pfeffer

1 Glas **IBERO Oliven mit Paprikapaste**, 156 ml

1 EL gehackte Basilikumblätter

#### **Zubereitung:**

Für die Croûtons das Weißbrot entrinden und in Stückchen schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Würfel rundherum kross anbraten.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, die klein geschnittenen Zwiebeln darin glasig dünsten. Die zerkleinerten Tomaten mit dem Tomatensaft sowie die Brühe zufügen. Chilischoten entkernen und klein schneiden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Oliven halbieren und kurz vor dem Servieren mit in die Suppe geben. Die Croûtons auf der Suppe verteilen.

Mit Basilikumblättern garnieren.



## Lammkoteletts mit Bohnen-Tomaten-Gemüse

### Zutaten:

4 Knoblauchzehen  
8 Lammkoteletts  
Salz, Pfeffer

*Zum Braten und Dünsten:*

**IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)

2-3 Strauchtomaten  
1 Glas **IBERO Grüne Oliven mit Zwiebfüllung**  
Pfeffer

300 g **IBERO Weiße Mittelbohnen**  
1 Gemüsezwiebel  
1 grüne Paprikaschote  
1 gelbe Paprikaschote  
1 Zucchini  
1 Dose **IBERO Tomate Frito**  
Salz, Pfeffer  
Salbei, geschnitten

**IBERO Greenleaf Tabasco** (Chilischoten)

*Bitte beachten Sie, dass die Bohnen ca. 12 Std. in ausreichend Wasser (großzügig bedecken) eingeweicht werden müssen.*

### Zubereitung:

Die Knoblauchzehen halbieren und die Lammkoteletts damit einreiben, salzen und pfeffern. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch von beiden Seiten knusprig braun braten. In einer zweiten Pfanne 3 EL Öl erhitzen, die in Scheiben geschnittenen Tomaten darin dünsten. Die halbierten Oliven zufügen, kurz erhitzen, mit Pfeffer bestreuen. Die Lammkoteletts auf einen Teller legen und mit dem Gemüse dekorieren.

Die eingeweichten Bohnen im Einweichwasser 90 Minuten garen, abgießen und das Wasser auffangen. Zwiebel, Paprika und Zucchini putzen und in Streifen schneiden. 4 EL Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel-, Paprika- und Zucchinistreifen darin dünsten. Die abgetropften Bohnen, Tomate Frito und  $\frac{1}{4}$  Liter des Einweichwassers zufügen und 5-8 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Salbei abschmecken.

Dazu schmecken Rosmarin-Kartoffeln.

**TIPP:** Wer das Gemüse schärfer mag, fügt eine entkernte und klein geschnittene **IBERO Greenleaf-Tabasco** zu.



## **Dorade mit „Salsa romesco“ (Mandelsauce)**

### **Zutaten:**

1 Dorade (Goldbrasse), gesäubert

*Zum Säuern:* Saft einer ½ Zitrone

Salz, Pfeffer

½ l trockener Weißwein

1 Gemüsezwiebel

1 Lorbeerblatt

1-2 TL **IBERO Kapern**

Salz, Pfeffer

### *Für die Mandelsauce:*

50 g geschälte Mandeln

2 Strauchtomaten

3 Zehen **IBERO Sherry-Knoblauch**

Salz, schwarzer Pfeffer

1 EL Sherry-Essig

6 EL **IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)

### **Zubereitung:**

Fisch abspülen, trockentupfen, säuern, salzen und pfeffern. Den Fisch in eine große mit Olivenöl ausgepinselte ovale Auflaufform legen. Mit Weißwein begießen. In Streifen geschnittene Gemüsezwiebel, Lorbeerblatt, Kapern sowie Salz und Pfeffer zufügen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C etwa 45 Minuten garen.

Für die Mandelsauce die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Tomaten mit heißem Wasser überbrühen und enthäuten. Mandeln, Tomaten und Knoblauchzehen im Mixer pürieren. Salz, Pfeffer, Sherry-Essig und Olivenöl unterrühren.

Den Fisch auf einer großen Platte servieren, dazu die Mandelsauce servieren und frisches Weißbrot reichen.

**TIPP:** Den Fischsud für die Zubereitung einer Fischsauce verwenden.



## **Thunfisch-Artischocken-Salat**

(für 4-6 Personen)

### **Zutaten:**

3-4 gegarte Kartoffeln (evtl. vom Vortag)  
3 Eier  
1 Dose **IBERO Artischockenstücke**  
½ Glas **IBERO Schwarze Oliven**, mild-würzig eingelegt  
1 Dose **IBERO Thunfisch**  
2 Strauchtomaten  
1 rote Paprika  
1 grüne Paprika  
1 rote Zwiebel  
½ Salatgurke

### *Für die Marinade:*

8 EL **IBERO Aceite de Oliva Virgin extra** (natives Olivenöl extra)  
2 EL Weißweinessig  
2 TL Estragon-Senf  
Salz, Pfeffer

### **Zubereitung:**

Falls keine gegarten Kartoffeln vorhanden sind, diese garen und in Würfel schneiden. Eier hart kochen, pellen und 2 Eier in Scheiben schneiden. Artischocken, Oliven und Thunfisch abtropfen lassen. Den Thunfisch zerpfücken. Tomaten achteln, Paprika und Zwiebel in Streifen schneiden. Salatgurke waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. Alle Salatzutaten vorsichtig miteinander verrühren.

Eine Marinade aus den genannten Zutaten rühren und über den Salat geben. Das restliche Ei vierteln und auf dem Salat dekorieren.

**Buen provecho!**