

LÁ LỐT

(VIETNAMESISCHES PFEFFERBLATT)

Der harmonische, warme Geschmack der Blätter lädt zum Experimentieren ein.



Das Aroma von Lá Lốt steht für sich, ist geschmacklich mit nichts zu vergleichen und trotzdem überhaupt nicht gewöhnungsbedürftig. Von Anfang an mag man einfach diesen würzigen Geschmack.

Lá Lốt ist eine schöne, blattzierende Pflanze aus der Familie der Pfeffergewächse, also direkt verwandt mit der Pflanze, von der man den schwarzen Pfeffer erntet. Allerdings ist Lá Lốt viel leichter zu ziehen. So gut wie alles aus dieser Pflanzenfamilie liefert aromatische Pflanzenteile. „La“ heißt Blatt, und deswegen sprechen wir auch von Lot-Blättern.

Der Klassiker der vietnamesischen Küche, fast schon ein Nationalgericht, ist in Lot-Blätter eingewickeltes, gewürztes Rinderhack. Dafür werden die Blätter vorher kurz blanchiert, dann lassen sie sich besser in Form bringen. Der würzige, überhaupt nicht aufdringliche Geschmack der Blätter zieht in die Füllung ein und gibt dem Ganzen ein unvergleichliches Aroma. Man kann die Blätter aber auch in Suppen und Soßen und auch als Würze für Hackfleischklöße verwenden. Es schmeckt nie aufdringlich, man kann auch als unerfahrener Koch nicht viel falsch machen.

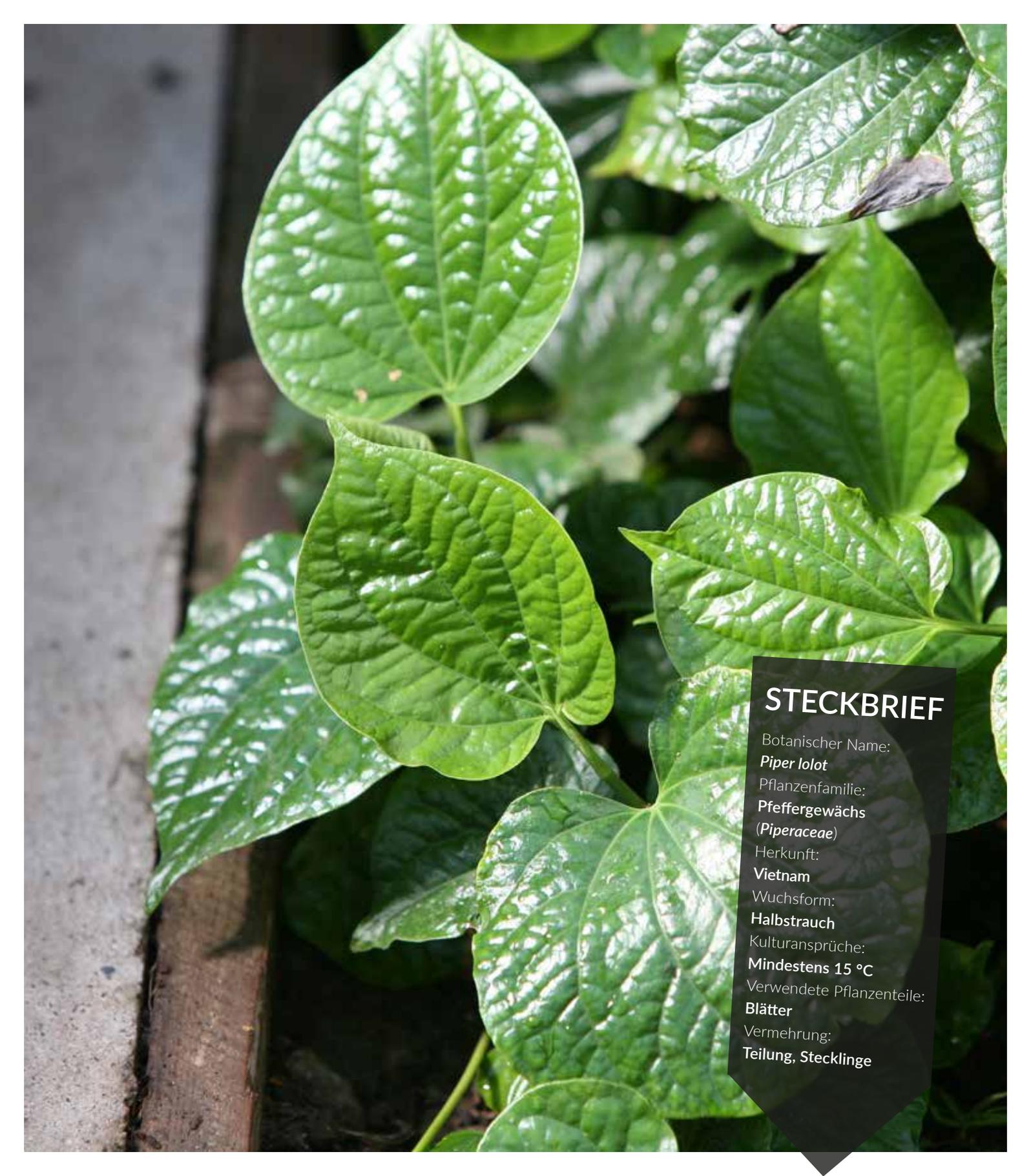
Als tropische Pflanze können wir die Lot-Pflanze allenfalls im Sommer nach draußen stellen, dann aber besser in den Schatten. Obwohl sie volle Sonne verträgt, würde das ungefilterte Licht bei einem plötzlichen Wechsel vom Zimmer in die direkte Sonne zu Verbrennungen führen. Als Zimmerpflanze oder im Gewächshaus ist das Vietnamesische Pfefferblatt mit seinen auffallend glänzenden, herzförmigen, dunkelgrünen Blättern ausgesprochen dekorativ. Die tropische Staude wächst buschig, wird selten über einen Meter hoch und geht dann eher in die Breite. Mit der Zeit entwickelt sie schöne hängende Ranken.

Lá Lốt kommt auch gut zurecht in einer schattigeren Ecke, nur im Winter würde ich die Pflanze auf der Südseite platzieren. Die Pflanzen sind zwar, was die Düngung angeht, recht genügsam und man kann sie durch Aushungernlassen nicht umbringen, aber damit wir erstens viele und zweitens auch schön zarte Blätter ernten können, sollten wir die Pflanze durch gelegentliches Düngen mit einem flüssigen Blattdünger in Wachstumslaune halten.

Irgendwann, wenn Sie die ersten Gäste mit den in Lot-Bättern gewickelten Röllchen überzeugt haben, wird die Frage kommen: „Woher hast du das denn?“

Dann haben Sie vermutlich schon fix und fertig weitere junge Pflanzen in Sichtweite stehen. Denn die Vermehrung geht leicht. Sobald die Pflanzen etwas älter sind, kommen unzählige Triebe direkt aus der Erde. Trennen Sie diese von der Hauptpflanze ab und pflanzen Sie sie in einen eigenen Topf. Die ersten paar Wochen halten Sie diese Ableger etwas feuchter und im Schatten, dann wachsen sie gut an.

Haben Sie von älteren Pflanzen einmal längere Zeit keine Blätter geerntet, dann schneiden Sie Lá Lốt fünf bis zehn Zentimeter über dem Boden komplett zurück. Der frische, zarte Neuaustrieb ist innerhalb weniger Wochen wieder da.



STECKBRIEF

Botanischer Name:

Piper lolot

Pflanzenfamilie:

**Pfeffergewächs
(*Piperaceae*)**

Herkunft:

Vietnam

Wuchsform:

Halbstrauch

Kulturansprüche:

Mindestens 15 °C

Verwendete Pflanzenteile:

Blätter

Vermehrung:

Teilung, Stecklinge



LÁ-LÖT-KRAUTWICKERL

„VIETNAM-ITALIEN-DEUTSCHLAND“

Zutaten

250 g Hackfleisch, halb & halb
1 Hähnchenbrustfilet
200 g Mortadella
50 g Parmesan
2 Knoblauchzehen
100 ml Brühe
2 Zwiebeln
10 grüne Oliven
1 EL Kapern
2 Eigelb
1 EL Mehl
Salz
Reichlich Pfeffer aus der Mühle
Frisch geriebene Muskatnuss
20 Lá Löt-Blätter mit ca. 12 cm Durchmesser

Zubereitung

Hähnchenbrust, Mortadella, Parmesan, Oliven, Knoblauch, Eigelbe und Mehl in einer Küchenmaschine mit dem Fleischwolf-Aufsatz sehr fein durchdrehen. Mit dem Hack und den Kapern vermischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Kapernlake würzen.

Je drei Lá Löt-Blätter großzügig überlappend in eine passende Schöpfkelle legen, mit Fleischfüllung belegen und einschlagen, rundherum mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. Zwiebelwürfel und Wickerl in wenig Olivenöl von zwei Seiten scharf anbraten, Hitze reduzieren und weiter Farbe nehmen lassen, Brühe angießen und zugedeckt bei ganz niedriger Hitze je nach Größe der Wickerl circa 10–20 Minuten schmoren lassen.

Aus dem Sud und den Zwiebeln eine Soße nach Wunsch herstellen.

” In Vietnam ist „Rindfleisch in Lá Löt“ ein sehr populärer Snack für zwischendurch. Und natürlich schmeckt unsere vietnamesisch-deutsch-italienische Variante auch ohne Beilagen. Auf dem Foto sieht man Lá Löt's weitere „Eindeutschung“ durch die klassischen Kohlrouladenbeilagen Karotten und Kartoffeln in Form von in Orangensaft gedünsteten alten Möhrensorten und Kartoffelstampf von rosa Kartoffeln mit Speck, Senf, Lauchzwiebeln und Lá Löt-Streifen als Einlage.