



# Rustikale Ruckkehr zu den Wurzeln

Zurück zu den Wurzeln – im „La Paella“ in der List gibts die ursprüngliche spanische Küche. Rustikal und ohne jeden Reformeifer.

VON HARALD JOHN

Wenn Wolfram Siebeck Recht behält, gehen die Restaurants in Hannover und anderswo noch schwereren Zeiten entgegen. In seiner aktuellen Kolumne „Eigener Herd – drei Sterne wert“ predigt der Gastro-Vordenker die (Wieder-)Entdeckung des Selbermachens. Sinngemäß sagt der Mann: Warum soll ich Unsummen für den Rehrücken in Bärlauchkruste eines hoch gelobten Küchenchefs ausgeben, wenn ich zu Hause mit Bordmitteln eine fantastische Creme brûlée zaubern kann?

## Trendige Ideen

Ganz neu scheinen uns diese Betrachtungen nicht zu sein, so gibt es in vielen uns bekannten Haushalten mittlerweile mehr Jamie-Oliver-Kochbücher als Restaurantführer. Trendige Freunde haben sich für die stilechte Zubereitung einer Creme brûlée, also einer gebrannten Creme, sogar eine Art Bunsenbrenner zum Karamellisieren angeschafft. Und beweisen damit, dass der Wolfram Siebeck Recht hat ...

Doch es gibt Gerichte, die verweigern sich der Zubereitung in der eigenen Küche. Und das beginnt schon mit einer einfachen Paella und der Idee, den letzten Spanien-Urlaub in der mitgebrachten Eisenpfanne nachwirken zu lassen. Doch – und da wird Siebeck auch nicht weiter wissen – nur der kleine Teil zwischen dem verbrannten und dem halb rohen

Lassen wir also lieber den Fachmann ran und begeben uns in die nördliche List, wo das „La Paella“ seit 1987 spanische Küche in ihrer rustikalen Variante pflegt. An langen Holztischen hocken Familien, Volkshochschulgruppen oder ökologische Stammtischrunden zusammen und genießen die unkompliziert-freundliche Art der Spanier. Die Karte ist typisch – von der einfachen Knoblauchsuppe über den Salat mit Tunfisch und Ei bis zu den marinierten Paprikaschoten spiegelt sie die eher bäuerliche Tradition der spanischen Küche wider.

Wir steigen mit dem gemischten Fisch-Vorspeisenteller (elf Euro) ein und werden nicht enttäuscht. Gut sind die frittierten Sardellen, die ebenfalls frittierten Krebsekroketten und die ordentlich angegrillten Gambas. Ein wenig lasch die Garnelen im Backteig, auffällig zart die zur Gummiartigkeit neigenden Tintenfischringe und am besten die würzig angebratenen Stücke vom Tintenfisch. Dass die Küche ihr Olivenöl nicht zu ausgiebig einsetzt, kann man als echten Pluspunkt werten. Dazu trinken wir offenen Weißwein, einen leichten Rioja, der sich zum Fisch recht unauffällig verhält.

Bei den Hauptspeisen machen wir einen Bogen um Seehecht und Schweinefilet und blättern gleich zur Paella-Seite weiter. Es gibt sie auf dreierlei Art, und wir entscheiden uns für die fischfreie „Paella Valenciana“ (pro Person 13 Euro, ab zwei Personen): Safranreis, Schweinefleisch, Hühnerfleisch und Paprikawurst kommen rein; die Schnecken, die



Spanier auch noch gerne in der Pfanne aussetzen, müssen hier allerdings draußen bleiben.

Die Wartezeit vertreibt uns ein sehr leckerer Rioja von der Bodega Sonsierra. Der Vina Minidiarte Crianza (Flasche 18,50 Euro) hat schöne Tabak- und Vanillearomen, dazu ordentlich Kraft und einen langanhaltenden Geschmack.

## Gut durch und zart

Und dann kommt der Hauptdarsteller – die dampfende Paella-Pfanne nimmt den halben Tisch ein. Die Fleischstücke liegen kunterbunt im Safranreisnest verstreut, die rötlichen Scheiben der Paprikawurst bilden ein kreisrundes Muster. Der Reis ist noch schön feucht – ein gutes Zeichen, dass die Paella nicht zu lange auf dem Feuer war. Bleibt noch der Hähnchentest: Nichts ist schlimmer als halbgares Huhn im Reis. Doch die Küche hat ausreichend Geduld gehabt: Das Fleisch ist zart und durch, die Portion wie immer nicht zu bewältigen. Aber was solls? Wenn wir nur Kleinigkeiten essen wollen, können wir ja zu Hause im Jamie-Oliver-Kochbuch blättern.

Fazit: Es gibt Traditionen, die sollte man bewahren. Etwa eine Paella bei einem rustikalen Spanier

## Restaurant La Paella

Lister Kirchweg 107  
30177 Hannover  
Telefon und Telefax: (0511)  
39 29 36.  
Internet: [www.lapaella.de](http://www.lapaella.de)  
Öffnungszeiten: Mo-Sa 18–24  
Uhr, So und an Feiertagen  
12–15 und 18–24 Uhr.

