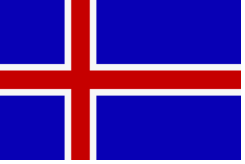
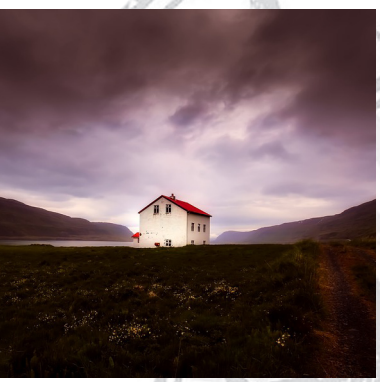


Island

Island ist geprägt durch eine spektakuläre Landschaft, durch Vulkane und Geysire, durch Thermalquellen und Lavafelder. Island ist die zweitgrößte Insel Europas und die größte Vulkaninsel der Erde. Kühle Sommer und milde Winter sind kennzeichnend für das Klima. Im Sommer hat Island 2-3 Monate durchgehend Tageslicht. Die Isländer sind ziemlich skandinavisch, freundlich, sehr gebildet, attraktiv, ehrlich und sehr modern. Ihre Vorfahren kamen überwiegend aus Norwegen und von den britischen Inseln. Island hat 330.000 Einwohner. Ein Großteil der Bevölkerung lebt in der Hauptstadt Reykjavik. Das Land gilt als das friedlichste der Welt und hat eine der niedrigsten Kriminalitätsraten überhaupt. Mehr als die Hälfte der Isländer glaubt an die Existenz von Fabelwesen wie Elfen und Trolle. Auf der Insel gibt es daher eine offizielle Elfenbeauftragte, die dafür sorgt, dass auch heute noch Straßen um bestimmte Gebiete herumgeleitet werden, da man dort Elfen vermutet. Die isländischen Telefonbücher sind nach Vornamen sortiert. Überhaupt scheint man den Nachnamen in Island kaum zu gebrauchen, sprechen sich doch hier ausnahmslos alle - egal ob Doktor, Lehrer, Politiker - mit dem Vornamen an. Übrigens: Auch der Präsident soll im Telefonbuch stehen.



Traditionell ist die isländische Küche einfach und bäuerlich. Die Konservierung von Fleisch, Fisch und anderen Lebensmitteln war in vergangenen Zeiten sehr wichtig, um die langen Winter überstehen zu können. Räuchern, Pökeln, Trocknen, Einsalzen und Fermentieren waren gängige Methoden. Zum größten Teil besteht die traditionelle isländische Küche aus Fisch- und Lammgerichten. Einige davon sind allerdings nichts für schwache Nerven/Mägen: Hákarl ist fermentierter Grönlandhai und soll einen "durchschlagenden Geruch" besitzen. Svið, eine andere typisch isländische Spezialität, ist gesengter halber Schafskopf. Zu einem typisch isländischen Essenå gehört in der Regel auch ein sogenannter "Íslenskt Brennivín", ein isländischer Branntwein, der als kleiner Verdauungsschnaps dient und aufgrund der hohen Prozente sowie des schwarzen Etiketts gerne auch als "schwarzer Tod" bezeichnet wird. Dieses Getränk ist nach Kaffee vermutlich das zweitbeliebteste Getränk der Isländer. Außerdem mögen die Isländer Lakritz und Hotdogs.

Síldarsalat

Isländischer Heringssalat

Zutaten

100 g Kartoffeln gekocht
2-3 saure Gurken
1 rote Zwiebel
1 Apfel
250 g rote Bete gekocht
4 marinierte Heringsfilets
300 g Sauerrahm
2 EL Senf
Kräutersalz

für 4 Personen

Zubereitung

Die Kartoffeln, die sauren Gurken, die Zwiebeln, den Apfel und die rote Bete in kleine Stücke schneiden. Den Hering in mundgerechte Happen zerlegen.

In einer Schüssel den Sauerrahm mit dem Senf und dem Kräutersalz vermischen, dann die übrigen Zutaten hinzufügen und alles gründlich verrühren.

Lachs auf isländischen Kartoffelpfannekuchen

Zutaten

600 g Island-Lachsfilet mit Haut
400 g Blaubeeren
2 Zwiebeln
1 TL Senfkörner
2 EL brauner Zucker
2 EL Apfelessig
100 ml Apfelsaft
120 ml Vollmilch
120 ml Buttermilch
2 Eier
Salz, Pfeffer
120 g Mehl
200 g festk. Kartoffeln
1 Kressebeet
80 g Butter

für 4 Personen

Zubereitung

Die Blaubeeren waschen und abtropfen. Eine Zwiebel in feine Würfel schneiden. Zusammen mit Senfkörnern, Zucker, Essig und Apfelsaft für 5 Minuten sprudelnd kochen lassen. Vollmilch, Buttermilch und Eier verquirlen. Salz, Pfeffer und das Mehl unterrühren. Die zweite Zwiebel schälen und in den Teig reiben. Kartoffeln schälen, fein reiben und in einem Tuch ausdrücken. Mit der Hälfte der Kresse unter den Teig rühren. Die flüssige Butter ebenfalls unter den Teig geben. Aus dem Teig 4 Pfannkuchen backen und warm stellen.

Lachs in 4 gleichgroße Tranchen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Hautseite nach oben in eine Pfanne mit etwas Pflanzenöl geben. Für 4-6 Minuten braten. Lachstranchen wenden, Butter hinzugeben und für weitere 4-6 Minuten fertig braten. Lachs auf dem Pfannkuchen anrichten und mit Blaubeer-Chutney und der restlichen Kresse garnieren.

Skuffukaka

Isländischer Schokoladenkuchen

Zutaten

300 g Mehl
330 g Zucker
50 g Kakaopulver
1 TL Natron
1 TL Backpulver
1 TL Salz
1 TL Zimt
240 ml Buttermilch
120 g zerlassene Margarine
80 ml Kaffee oder heißes Wasser
2 Eier
50 g Lakritz, klein geschnitten
(alternativ) 120 g Walnüsse

Zubereitung

Den Backofen auf 175°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Mehl, Zucker, Kakaopulver, Natron, Backpulver, Salz und Zimt gut vermischen. Zunächst die Buttermilch, dann aufgebrühten Kaffee und Eier nacheinander mit den trockenen Zutaten verrühren. Zum Schluss die geschmolzene Margarine unterrühren. Lakritze in kleine Stücke schneiden und unter den Teig heben. Tipp: Wer kein Lakritz mag, kann stattdessen Walnüsse verwenden. Den Teig gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und ca. 25 Minuten backen.

Für die Glasur 200 g Puderzucker, 3 EL Kakaopulver, 45 g zerlassene Margarine und 3 EL heißen Kaffee verrühren und auf dem noch warmen Kuchen verteilen, mit Kokosraspeln verzieren.

Guten Appetit.