Die Küche des Südwestens und ihre wichtigsten Gerichte

Die altbekannten Zutaten der Indianerküche Mais, Bohnen, Kürbisse und Chile haben mit den spanisch - mexikanischen Einflüssen in New Mexico eine der wenigen Regionalküchen der USA entstehen lassen. Das Symbol der «Southwestern Cuisine» ist **Chile** („tschili“ ausgesprochen), das sich in den meisten Gerichten der Region findet. Chile gehört zur Gattung der Paprika-Pflanzen, die ihren Ursprung in Süd- und Mittelamerika haben. Die Spanier brachten die Chiles nach New Mexico und Kolumbus nach Europa. Aufgrund ihres scharfen Geschmackes nahm Kolumbus an, er habe eine Art Pfeffer gefunden. Deshalb wurde Paprika lange auch „spanischer Pfeffer“ genannt.
Meistens kann der Gast zwischen rotem und grünem Chile auswählen. Beide stammen von derselben Pflanze, unterscheiden sich aber im Geschmack. Grüner Chile ist frisch verarbeitet, roter Chile ist getrocknet.

Tortilla: Dünne Brotfladen aus Mais- oder Weizenmehl, die in zahlreichen Gerichten verwendet oder in ein warmes Tuch eingeschlagen zur Hauptspeise serviert werden.

Frijoles: Dick eingekochter Brei aus braunen Pinto-Bohnen (auch „refried beans“ genannt), der als Beilage oder als Füllung zu fast allen Gerichten New-Mexicos serviert wird.

Burrito: Ein Standardgericht der neumexikanischen Küche. Eine gerollte Weizenmehl-Tortilla (flour tortilla) wird mit gehacktem Rindfleisch oder Pouletfleisch, Tomatenstückchen und Frijoles gefüllt; darüber kommen Käse und Chilesauce. Dazu werden saure Sahne (hilft die Schärfe der Chiles zu kühlen) und Reis serviert.

Enchilada: Ähnlich wie ein Burrito, jedoch meist nicht gerollt und immer mit Maismehl-Tortillas (corn tortilla) hergestellt.

Fajitas: Gebratene Stückchen Rindfleisch oder Poulet mit Zwiebeln und Tomaten werden brutzelnd in der Pfanne serviert. Dazu gibt es warme Tortillas.

Tacos: Eine knusprige Mais-Tortilla wird zusammengeklappt und mit gebratenem Hackfleisch, Chile, Tomatewürfeln und Käsestückchen gefüllt.

Green Chile Stew: Eintopf mit Fleisch, Kartoffeln und grünem Chile.

Fry Bread: Beliebte Brotspezialität der Navajo-Indianer, die aus Weizenmehl besteht, der zu runden Fladen geformt und in heissem Fett gebacken wird (ähnlich den Fasnachtschüechli). Als Dessert gegessen, wird dazu Honig serviert.

Nachos: Tortilla-Chips mit Salsa oder Guacamole serviert.

Salsa: Sauce aus kleingehackten Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten und Chile, die oft beim Apéro zu Nachos serviert wird.

Guacamole: Sämige „Sauce“ aus Avocados, gehackten Zwiebeln und Knoblauch. Wird meist als Dip zu Nachos serviert.

Auch wenn das traditionelle Frühstück in New Mexico aus Burritos und Eiergerichten (Huevos Rancheros) besteht, so sind mittlerweile auch Pancakes (Pfannkuchen), Cereals (Müesli) mit Früchten und Toast beliebt!