

# Die neue albanische Küche

Mediterran, Modern, *Mullixhiu*



INSEL

*Die besten Rezepte von Bledar Kola*

# Die neue albanische Küche

Mediterran, Modern, *Mullixhiu*

*Die besten Rezepte von Bledar Kola*

*Text* Ursula Heinzelmann

*Fotos* Manuel Krug





## *Inhalt*

Die Geschichte des Bledar Kola *Seite 7*

Albaniens Sonne – die Fli *Seite 18*

Salate und Fingerfood *Seite 29*

Suppen, Eintöpfe und Gemüse *Seite 73*

Dromësa, Petka, Jufka: Nudeln *Seite 101*

Hauptgänge *Seite 133*

Süßes *Seite 163*

Das Mullixhiu *Seite 175*

Rezepte *Seite 188*

Dank *Seite 191*





»Albanien liebt man erst, wenn man weg war.  
Ich bin weggegangen, um wiederzukommen.«

*Bledar Kola*

# Die Geschichte des Bledar Kola

Ein Sommersonntagnachmittag im Park, gut gelaunte Ausflügler, viele Kinder. Quietschrosa Zuckerwatte, Popcorn und Crêpes mit Schokocreme. Ein Biergarten an einem künstlichen See. Die Bebauung prä- und postmodern, ohne Traufhöhenregulierung oder Masterplan. Gänzlich unverhofft in dieser Kulisse, im Tiefparterre eines mit roten Platten verkleideten Hochhauses: das Restaurant Mullixhiu. Nur eine Glastür vom hauptstädtischen, postkommunistischen Konsumrausch entfernt, wie Billy Wagner vom Berliner Nobelhart & Schmutzig es ausdrückt, rieselt Getreide durch drei stetig rüttelnde Steinmühlen, duftet es nach frischem Mehl und dunklem, kräftigem Brot. Mullixhiu heißt Müller, und in der Tat ist der Schritt durch die Glastür, vorbei an den Mühlen, eine Reise durch Zeit und Raum, hinauf in die Berge des albanischen Nordens, in die einfache Holzhütte eines Müllers. Die Tische blankgescheuert, der Boden breite, ausgetretene Dielen, in der Ecke ein offener Backofen mit lodernden Holzscheiten.



Aber Bledar Kola, der das Mullixhiu im Februar 2016 eröffnet hat, ist kein Müller. Er ist Koch. Im hinteren Teil der vermeintlichen Holzhütte verbirgt sich hinter einem verglasten Regal eine schmale, moderne Profiküche – das ist die Keimzelle eines neuen Albaniens.



Albanien. Was wissen wir über dieses Land? Viel zu wenig. Lange kommunistische Diktatur und vollkommene Abschottung. Aber doch mitten in Europa, angrenzend an Griechenland und über 500 Jahre von den Türken beherrscht, umgeben von vielen anderen Balkan-Kulturen, Nachbar Italiens an Adria und Ionischem Meer. Ehemaliger Spielball von Österreich-Ungarn, russischem Zarenreich und westlichen Großmächten. Klein und doch so vielfältig, vom Meer bis zu den schneebedeckten Berggipfeln. Mit Griechisch-Orthodoxen, Katholiken und Muslimen in zumeist friedlichem Miteinander, mit starken Klans und Familien neben der zentralen Regierung und einem kulturellen Selbstverständnis, das vor allem die gemeinsame Sprache als identitätsstiftende Klammer empfindet, über nationale Grenzen hinweg. Das Albanische, so eigen wie sonst nur Baskisch und wenige andere Sprachen, ist indogermanisch, mit vielen Lehnwörtern aus anderen Balkansprachen, die meisten aus dem Türkischen, doch nie romanisiert. Moulijou.

Auf dem Teller (und im Glas!) lässt sich dieses so ganz besondere Miteinander am besten begreifen. Hier trifft Pasta auf Byrek und Polenta auf Biryani, mit der ganzen Fülle mediterraner Früchte und Gemüse, den Bergweiden und -bächen und natürlich dem Meer als Grundlage und Lieferanten.

*Kennst du das Land, wo die Zitronen blühen, im dunkeln Laub die Goldorangen glühen, ein sanfter Wind vom blauen Himmel weht, die Myrte still und hoch der Lorbeer steht? Vielleicht ist Goethe ja weitergereist, in ein unbekanntes Land, gleichermaßen verwöhnt von der Natur, begegnete dort derselben herzlichen Gastfreundschaft und mediterranen Lebenslust. Bledar Kola ist angetreten,*





um Albanien auf die kulinarische Landkarte zu setzen, ganz so wie es vor 15 Jahren René Redzepi mit dem Kopenhagener Noma und der nordischen Küche gelungen ist.

Bledar Kola, ruhig, dunkle Augen, in brauner Schürze und weißem Trachtenhemd statt herkömmlicher Kochjacke, ist 1984 in Mabë geboren, einem kleinen Dorf 20 Kilometer nördlich von Lezha – »ich hatte das große Glück, nicht unter dem kommunistischen Regime aufzuwachsen«, sagt er im Rückblick, »jede Diktatur ist schrecklich, aber unsere hat auch Geschichte, Kultur, Religion und Traditionen vernichtet.« Sein Vater ist Dorflehrer, die Mutter Hausfrau. Wie seine drei Geschwister erlebt er die Folgen einer absurden und brutalen Diktatur, deren Narben bis heute überall im Land zu erkennen sind. Doch es ist vor allem das Leben auf den winzigen Selbstversorger-Höfen, das ihn prägt, die enge Beziehung zu Landschaft und Tieren: »Wie unsere Nachbarn hatten wir eine Kuh, ein paar Schweine, die im Winter geschlachtet wurden, Hühner und ein oder zwei Ziegen. Ich weiß genau, wie lange es dau-

**»Jede Diktatur ist schrecklich, aber unsere hat auch Geschichte, Kultur, Religion und Traditionen vernichtet.«**

ert, bis ein Huhn ein Ei legt, wie viel Mühe es macht, Mais und Weizen anzubauen.« In der Schule lernt er Italienisch, mit dem Vater zu Hause außerdem Englisch. Wie seine Geschwister sieht er in Albanien keine Zukunft für sich. Fünfzehn Jahre jung, zieht er zuerst zu seiner Schwester, die bereits in Turin lebt – »dort habe ich erstmal gar nichts gemacht, war einfach nur froh, weg zu sein« –, und drei Monate später weiter nach London, zu seinem Bruder, der ihm





einen Job als Tellerwäscher besorgt, bevor ein Onkel ihm eine bessere Stelle im Buckinghamshire Golf Club organisiert. Er darf in der Küche helfen und zeigt sich dabei so geschickt, dass der österreichische Souschef ihn für zwei berufsbegleitende Lehrgänge auf die Thames Valley University schickt: Bledar Kola wird Koch.

Und als solcher zieht er, 19-jährig, weiter zu einer deutschen Café-Bäckerei nach London – »ein schickes Viertel, Ozzie Osbourne kam bei uns gelegentlich vorbei«. Einmal besucht er die Eltern, hält sich aber ansonsten von seinen Landsleuten fern und verdrängt seine mit so viel Negativem belegten Wurzeln. »Albaner, da dachten alle sofort an Kriminelle und Drogen. Ich habe damals sehr lange darüber nachgedacht, was ich auf die Frage nach meiner Herkunft antworten sollte, denn mit Kosovo und Albanien war man einfach sofort unten durch. Türkei und Griechenland ging nicht, weil ich die Sprache nicht beherrschte, also gewöhnte ich mir an zu sagen, ich käme aus Montenegro – das kannte sowieso niemand, es klang italienisch, war nur wenige Kilometer von meiner Heimat entfernt und wie unsere Gegend katholisch, die Geschichte also insgesamt nicht wirklich gelogen.«

Er arbeitet hart, bekommt eine Stelle als Chef de partie im St. James's im ehrwürdigen Mayfair, geht von dort ins michelinbestenrte Pied à Terre und wird für ein Praktikum ins Le Gavroche geschickt. Doch dann ist es genug: 2007 will er zurück, sich endlich seiner Identität stellen. »Ich wusste überhaupt nicht, wer ich war. Meine Londoner Kumpel haben mich für verrückt erklärt – ich hatte es hier geschafft! In Albanien wollten immer noch alle raus – und ich ging zurück, um etwas mit albanischer Küche zu machen ... «

Die Eltern hingegen sind erst mal glücklich, ihren Sohn wiederzusehen. Sechs Monate hängt er im Dorf herum und versucht sich als Albaner wiederzufinden. Alles andere als einfach. Schließlich fängt er in einem Restaurant bei Tirana an – doch die Orientierungslosigkeit bleibt. Die Hauptstadt will internationale Küche, ohne die entsprechenden Zutaten bieten zu können; man sagt ihm, er solle doch besser zurück nach London gehen, und fragt, ob er überhaupt kochen könne.

Schließlich kommt er nach drei frustrierenden bis verzweifelten Jahren ins La Bohème, ein Hotelrestaurant mitten in Tirana, dessen Besitzer ihm die Freiheit lässt, eine moderne albanische Fusionsküche auf hohem Niveau zu kreieren. Er ermuntert ihn außerdem, während des Sommerlochs, wenn ganz Tirana am Strand liegt, wieder in die Ferne zu ziehen. Und an diesem Punkt im Jahr 2010 weiß Bledar Kola plötzlich ganz genau, wo er hin will: nach Kopenhagen, ins Noma, zu René Redzepi. Der hat zwar bis dahin jegliche Erwähnung Albaniens ebenfalls sorgfältig vermieden und stattdessen stets von seinen mazedonischen Wurzeln auf väterli-

»Das Noma half mir, zu mir selbst zu finden, gab mir Selbstvertrauen. Wenn die nordischen Länder sich neu erfinden konnten, dann musste das in Albanien auch möglich sein.«

cher Seite gesprochen – »aber ich wusste, dass er Albaner war«, sagt Bledar Kola, Redxhepi ist ein weit verbreiteter Familienname, »und schrieb ihm einfach eine E-Mail«. Worauf er umgehend eine positive Antwort erhält: er solle seine Sachen packen und nach Kopenhagen kommen.

»Also stand ich kurze Zeit später mit 16 anderen Praktikanten aus der ganzen Welt im zweiten Stock über dem Restaurant und zupfte Kräuter. Ich war unheimlich nervös und schüchtern und hatte das Gefühl, schrecklich albanisch auszusehen. René ging herum, wie er es jeden Morgen tut, und sprach mit jedem. Ich versuchte mich möglichst unsichtbar zu machen, denn ich wusste, dass ich hier mit Montenegro nicht durchkommen würde. Und da stand er auch schon vor mir: »Und wo kommst du her?« Ich zog den Kopf noch tiefer ein und murmelte »aus Albanien ...« – »Was sagst du? Ich kann dich nicht hören ...« Er zwang mich, es laut und deutlich auszusprechen, weil er wusste, was das für uns beide bedeutete: »Ich komme aus Albanien.« Darauf legte er mir den Arm um die Schultern und sagte in die Runde: »Habt ihr gehört, ihr wisst, dass mein Vater auch aus Albanien kommt, also behandelt ihn anständig!« Am nächsten Tag brauchte ich keine Kräuter mehr zu zupfen, sondern durfte sechs Wochen lang in der Pâtisserie mit der großartigen Rosio Sanchez arbeiten.«

Im folgenden Jahr ist er wieder im Noma, dann arbeitet er im Sommer 2012 einige Wochen in Nordschweden, im ebenso angesagten Fäviken bei Magnus Nilsson, auch das eine entscheidende Erfahrung: »So viel harte Arbeit für ein so einfaches Ergebnis«, erinnert er sich immer noch staunend.



Allmählich beginnt er klarer zu sehen. Denn die Zeit in London war zwar großartig und erfolgreich, aber letztendlich ging es dort um klassische französische Haute Cuisine – das will und kann er in Albanien nicht umsetzen. »Das Noma half mir, zu mir selbst zu finden, gab mir Selbstvertrauen. Mein Umgang mit Menschen änderte sich. René wusste, was es bedeutete, anders zu sein. Er hatte sich getraut, auf Foie Gras und Camembert zu verzichten, und wenn die nordischen Länder sich kulinarisch neu erfinden konnten, dann musste das in Albanien auch möglich sein.«

Aber wie genau sollte es weitergehen? Eine Reihe anderer Stellen in und um Tirana folgen – dann machen ihm zwei Brüder im Nachbardorf ein Angebot. Im gleichen Alter wie Bledar Kola, sind sie nach Jahren in Italien zurückgekehrt, um ein Agriturismo zu eröffnen, ein Restaurant mit örtlichen Bauern als Lieferanten. Das von der Slow-Food-Vereinigung inspirierte Mrizi i Zanave wird ein für die ländlichen Verhältnisse ziemlich schickes Agriturismo und versteht es bis heute, gut betuchte Hauptstädter 80 Kilometer in ein abgelegenes Tal im Norden zu locken.

Die Brüder wollen Bledar Kola als Küchenchef anwerben. Doch der will keinesfalls auf dem Land leben und arbeiten. Wenn Albanien, dann in der Stadt, in Tirana. Lange Zeit geht das so, bis man Weihnachten 2015 wieder zusammensitzt, isst, trinkt, feiert – und auf die Idee kommt, gemeinsam ein zweites Restaurant zu eröffnen, genau das Gegenteil vom Mrizi i Zanave: eine ländliche Oase mitten in Tirana, Brückenschlag zwischen Land und Stadt. Zehn Tische, die Küche ganz auf dem basierend, was die regionalen Bauern aus Lezha liefern, und – wie auf dem Land in jedem Dorf üblich – Mühlsteine, um das Getreide selbst und frisch zu mahlen. Bledar Kola ist sofort begeistert von der Einfachheit dieses Ansatzes – das Mullixhiu ist geboren.

Charakteristisch für dieses Land, in dem oft lange gar nichts passiert in einer Angelegenheit und dann wieder alles rasant schnell, findet er innerhalb eines Monats eine passende Adresse; er arbeitet damals als Privatkoch unter anderem für die internationale Schar von Diplomaten und hat gute Kontakte. Ein weiterer Monat und die Wände sind mit alten Holzbohlen verkleidet, drei Mühlsteine aufgebaut, ein Ofen gemauert. Ein Kühlhaus erwartet die Lieferungen aus Lezha, die Küche steht bereit. »Ich habe mich in dieses Konzept total hineingekniet: was ist das, ein Müller? Die waren immer arme Kerle, also haben wir alles darauf abgestimmt, um den Gästen zu vermitteln, was es bedeutet, auf dem Land zu leben und Weizen, Roggen, Hafer, Gerste und Mais für Brot und Nudeln zu mahlen. Die Servietten in den Schubladen der einfachen Holztische sind geflickt, jeder nimmt sich sein Besteck selbst, und unser Tasting-Menü versucht, traditionelle Elemente neu aufzugreifen.« Anfänglich gibt es auch keine Musik, sondern nur das leise Klappern der Mühlsteine – »aber das war uns dann selbst ein bisschen zu eintönig«!

Die Gratwanderung ist von Anfang an eine gewagte: »Wir haben nur Leute eingestellt, die wir kannten und denen wir zutrauten, uns auf unserem Weg zu begleiten.« Die Reaktion der Hauptstädter ist mehr als zögerlich. Denn hier gibt es weder eine schicke, sterneglitzernde Küche, mit der sich gegenüber Geschäftspartnern angeben lässt, noch die rustikal einfache Kost, die den Alltag der meisten Albaner bestimmt. »Wir mussten uns selbst finden, und das tun wir bis heute«, sagt Bledar Kola, ständig zwischen Smartphone, Herd, Nebenprojekten wie einem Foodtruck und internationalem Journalistenbesuch unterwegs und trotzdem an jedem Tisch ganz präsent. »Anfangs war es wirklich zäh, und wenn in jenem Sommer nicht die britische Zeitung *The Independent* über uns und die albanische Küche geschrieben hätte, wer weiß, ob es das Mullixhiu noch gäbe.«

Sich der eigenen Identität stellen, Selbstvertrauen entwickeln: wie René Redzepi einst den Norden Europas, offeriert uns Bledar Kola Albanien. Die neue albanische Küche ist nicht kompliziert, ganz im Gegenteil. Und bei Bledar Kola ist sie auch nicht schwer oder überwürzt, weil er die Zutaten ganz für sich zur Geltung kommen lässt. Es ist eine Küche, die uns selbst in weiter Ferne und mitten in der Stadt zurückbringt zum Feuer und zum Korn, eine Küche, die sowohl Olivenöl als auch Butter liebt, vor allem den Geschmack der braunen Butter, aber auch die Frische von Salaten und Joghurt. Es ist eine einfache Küche mit bestmöglichen Zutaten – und das ist nicht nur ausgesprochen modern, sondern verweist ironischerweise auch auf Frankreich: »Faites simple«, haltet es einfach, lautete die Devise von Auguste Escoffier, dem Doyen der klassischen Haute Cuisine. Bledar Kola geht es dabei allerdings nicht um Trüf-





»Dass die traditionelle Küche überhaupt überlebt hat, ist den Großmüttern zu verdanken, die haben das alles durch den Kommunismus gerettet, sie sind die Heldinnen.«



fel und Jus, sondern darum, den Nudelteig nicht mit der Maschine, sondern mit der Hand zu kneten und auszurollen: »Alles braucht Zeit, nicht nur Zeit zum Wachsen.«

Er weiß, dass das Neue auf dem Alten aufbauen muss. »Dass die traditionelle Küche überhaupt überlebt hat, ist den Großmüttern zu verdanken«, sagt er, »die haben das alles durch den Kommunismus gerettet, sie sind die Heldinnen.« Also organisiert er im September 2017 mitten in Tirana ein Food-Festival und holt dafür erfolgreiche Kollegen aus Sterne-Restaurants in Mailand, Kopenhagen und New York in die Stadt; Albaner wie er selbst, die aber, im Gegensatz zu ihm, als Teil der großen albanischen Diaspora im Ausland geblieben sind. Zusammen mit den alten Damen kochen sie, diskutieren über alte Rezepte und neue Interpretationen – sondieren die albanische Küche und rekalisieren sie, assistiert von sichtlich beeindruckten, aufgeregten jungen Hotelfachschülern. Die werden vielleicht eines Tages auch in die Ferne ziehen, aber sie sollen wiederkommen, und sie brauchen positive Vorbilder. Denn ja, natürlich liegt in Albanien vieles nach wie vor im Argen – »wir haben viele Fehler gemacht in den letzten Jahren, es ist nicht einfach, sich an die Freiheit zu gewöhnen, wenn man so lange eingesperrt war«.

Im Mullixhiu hält er die Preise trotz des internationalen Interesses bewusst niedrig, und die Atmosphäre ist locker; die meisten Gerichte werden in Schüsseln serviert, oft toben Kinder um die Tische. Ebenso wichtig sind die Kontakte zu Bauern und Hirten, das Aufbauen von Netzwerken, um lokale Produkte zu fördern, Existenzen zu sichern, Bewusstsein für das Eigene zu schaffen.

Ein Beispiel dafür ist Mishavinë, der Käse der albanischen Alpen, ein Ausnahmeprodukt in einem Land, in dem sonst nur zwischen Djathë, dem Lakenkäse, der in Griechenland Feta heißt, und Kac-kavall, trocken gereiften Laiben unterschieden wird. Hellgelbe Brocken Mishavinë duften nach bergkraxelnden Schafen und Ziegen, wirken auf der Zunge zuerst krümelig, dann pulverig und schließlich cremig, führen uns in die warmen Winterställe der kleinen Herden und an die Tische der Menschen. Die leise Säure erinnert an die große Familie der anatolischen, in Säcken gereiften Tulum-Käse. Tatsächlich wird auch für den Mishavinë der gesalzene, getrocknete Quark zerkrümelt und in Holzgefäße gedrückt, mit einer Schicht Butterfett verschlossen und so zwei, besser drei Monate gelagert. Mishavinë war beinahe verschwunden, nur noch drei Familien produzierten ihn, bis die Slow-Food-Vereinigung für Aufmerksamkeit und Unterstützung sorgte. Inzwischen haben staatliche Fördergelder den Bau einer Straße in den Norden, Trainingskurse und Sprachunterricht finanziert und den Bäuerinnen in so abgeschiedenen Orten wie Lepushë und Vermosh zu einem frei-







bestimmten Leben als Käsemacherinnen verholffen – Bledar Kola sorgt für einen Markt mit nachhaltigen Preisen.

Produkte wie den Mishavinë gibt es viele, vom Wein ganz zu schweigen, der großartige heimische Sorten wie Kallmet und Shesh zu bieten hat. Wenn Sprache ein Indikator dafür ist, wie ein Land denkt und lebt, dann sollte man sich mit dem Albanischen zumindest in Grundzügen beschäftigen und verinnerlichen, dass das in dieser Sprache so weit verbreitete ë wie eine leise Ahnung von offenem ö klingt, ein q wie tsch, c wie z und z wie s, zh aber wie sch und dh wie ein englisches th.

Und wenn man dann endlich begriffen hat, dass dies ein Land wie kein anderes ist, dann wird einem Albanien so vertraut wie das Land, wo die Zitronen blühen. Ein Land mit ungeheurer Lebensfreude. Ein Land, wo es sich trotz allen Geschichtsballasts so gut essen und trinken lässt, mit Menschen, die verstehen, wie wichtig das ist.





# Salat von Kürbis und Kakifrüchten

*Kungull dimëror, hurmë dhe domate e tharë*

Eine wahre Orgie in Orange. Auch dieser Salat ist alles andere als süß, bringt aber trotzdem eine belebende fruchtige Note ins Spiel. Am besten verwendet man die kernlosen Sharon-Früchte, die auch in noch festem Zustand weniger herb schmecken. Die in Olivenöl eingelegten getrockneten Tomaten werden im Mullixhiu immer mit etwas Essig abgeschmeckt – sehr empfehlenswert!

400 g Butternut oder Hokkaido-

Kürbis, geschält und entkernt .. mit einem Sparschäler oder einer Mandoline in sehr dünne Streifen hobeln

1 Kakifruit ..... halbieren und ebenfalls in sehr dünne Scheiben schneiden

100 g getrocknete Tomaten .... in Streifen schneiden; alles in einer Salatschüssel mischen

2 EL Olivenöl

1 EL Apfelessig ..... dazugeben und nochmals gut mischen

Salz

Pfeffer ..... abschmecken – fertig!









# Rinderragout aus dem Ofen mit Pflaumen

*Tavë me pistil*

Pistil sind kleine gelbgrüne Pflaumen aus dem Zentrum Albaniens, die ohne Zusatz von Zucker zu einer Art Fruchtgummi verarbeitet und in der Sonne oder im Ofen getrocknet werden. Mit diesem Konzentrat würzt man dann traditionell üppige Fleischgerichte, die an kalten Wintertagen Körper und Seele wärmen. Bledar Kola verwendet hier ganze Trockenpflaumen und außerdem kleine Zwiebeln, um das Gericht ein bisschen leichter zu machen. Wenn Pflaumenmus zur Hand ist, kann man auch damit abschmecken.

200 g Dörrpflaumen ..... mit Wasser bedecken und 5 Minuten köcheln, beiseitestellen

1 EL Olivenöl

1 EL Butter ..... in einem großen, flachen ofenfesten Topf aufschäumen lassen

300 g kleine Zwiebeln ..... schälen, halbieren und langsam anbraten, so dass sie etwas karamellisieren

1 EL Olivenöl

1 EL Butter ..... zugeben und die Hitze hochdrehen

500 g Hochrippe,

durchwachsen ..... in mundgerechte Würfel schneiden

2 Lorbeerblätter

1 Knoblauchzehe, halbiert ..... unter Rühren mitbraten

Salz

Pfeffer ..... würzen, vom Herd nehmen

100 g Risottoreis

2 EL getrocknete Tomaten ..... in breite Streifen schneiden, zusammen mit den Pflaumen und ihrem Fond unter das Fleisch mischen, nochmals abschmecken

500 ml Brühe ..... angießen und im Ofen bei 160 °C 30 – 40 Minuten fertig garen