



Impressionen aus der Medina (von oben links): Frau im Souk; Bohnensuppe; Tajine sowie Pastilla, ein Nachtisch aus Blätterteig; Kesselmacher; konfiertes Rind auf Ei.

FOTOS: MARIE-C. TAJDEL

# Lamm im Hamam

Wer sich kulinarisch auf eine Entdeckungsreise begeben möchte, sollte die Region um Meknès und Fès ins Auge fassen. Im Herzen Marokkos geht es auf Streetfoodtouren, zu Kochevents und in Weinberge.

VON MARIE-CHANTAL TAJDEL

„Möchtest du das Auge?“, fragt Koch Chakib Badrane. Die Frage erübrigt sich. Nein, sagt einer, die nächste ebenfalls und so zieht sich die Ablehnung durch die gesamte Gruppe. Das Auge des Lammes will niemand, aber vom Kopf, der um ehrlich zu sein, auch nicht sonderlich appetitlich aussieht, da muss probiert werden, fordert er, auch wenn sich noch einige zieren. Der Koch hat das zarte Fleisch von den Backen des Tiers gezupft und auf einen Teller gelegt. Zögerlich greift einer nach dem anderen zu. „Wow, das Fleisch zer geht auf der Zunge“, sagt jemand, und schließlich nehmen alle.

Die Zubereitung sei aufwendig, erläutert Badrane. Nach der Schlachtung bringen die Familien Schafs- und Lammköpfe zum Hamam. Denn das orientalische Dampfbad wird mit Holzspänen beheizt und liefert ordentlich Hitze. Im Heizraum werden die Köpfe etwa vier Stunden aufgehängt. „Danach sind die Hörner und die Haare abgeflammt“, erläutert der Koch. Insgesamt sieben Stunden simmert der Kopf anschließend über der Glut im Straßenrestaurant weiter. „Deshalb ist das Fleisch so zart“, erläutert Badrane.

From Nose to Tail – was heute modern ist, ist in Marokko tief in der Kultur verwurzelt. „Wir verwenden fast alles vom Tier, auch die Häute“, sagt Badrane. Auch das sei gelebte Tradition in den Souks, in denen es noch heute zahlreiche lederverarbeitende Betriebe gebe. Der Koch mit lässiger Baseballkappe, schwarzer Designerbrille und Dreitaigebart hatte früher ein eigenes Restaurant und führt mittlerweile Touristen durch die Medina von Fès. Er setzt sie an bunte Tische und lässt sie Bohnensuppe löffeln (mit Salz, Chili und Kreuzkümmel wird erst am Platz gewürzt) und Pfannkuchen der Tausend Löcher probieren (die Löcher entstehen durch die Mischung aus Mehl und Grieß), verteilt Kamelfleisch in weichem Brot, Dattel mit Walnuss, getrocknetes, in Fett konfiertes Rind, Zedernhonig aus Westmarokko, Omelett mit Shrimps und Rind, das in Nierenfett butterweich gekocht wurde.

Streetfoodtouren sind überall auf der Welt angesagt. Laut einer Studie von Booking.com wählen gut 40 Prozent der Deutschen ihr nächstes Reiseziel danach aus, ob es vor Ort gutes Essen gibt. Das trifft auch auf Marokko zu. Badrane erzählt von der Besonderheit der dortigen Küche, die über die Jahrhunderte mediterrane und jüdische Einflüsse mit denen von Berbern sowie aus Andalusien und Afrika vermischt hat. Entstanden ist eine Küche, die sich zwischen traditionellen und modernen Gerichten bewegt und die der britische Fernsehkoch Gordon Ramsay als eine der besten weltweit bezeichnet. „Gewürze spielen eine große Rolle, aber auch die Garzeiten in Tongefäßen“, sagt Badrane.

Ohne seine Führung wären die Gäste aus Deutschland am Abend in der Altstadt von Fès verloren gegangen. Die Medina gilt schließlich als die größte der Welt. Ein Gang reiht sich an den nächsten und sieht fast genauso aus wie der übernächste. Gerüche von Minze, Harissa und Kreuzkümmel mischen sich mit Soufi-Musik und den Hammerschlägen der Kesselmacher. Menschen feilschen um Lederschuhe und Tonschalen, eilen durch die Gänge oder kaufen Brot. Aber der Food-Führer behält die Übersicht, verteilt Schälchen, Servietten und Feuchttücher, bittet an den Ständen um kleinere oder größere Portionen, besteht auf knuspriger Kruste oder lüpfte Deckel. Ohne ihn wäre auch der Lammkopf unter der Alufolie versteckt geblieben. Und so führt er seine Gäste am Ende des Abends in ein Hinterzimmer, lässt sie neben Einheimischen auf Bänken eng zusammenrücken und reicht noch einmal schwarzen Tee mit frischer Minze. Ein Gast stellt noch Baklava auf den Tisch.

„Solidarität gehört in der Medina dazu“, sagt Reiseleiter Ahmed Saadi. „Bevor du ein Haus in der Medina kaufst, solltest du deine Nachbarn kennenlernen.“ Denn man lebe in den Altstädten so eng wie eine Familie bei-

einander, erzählt Saadi, der in der Altstadt von Meknès aufwuchs. Wer etwas kocht oder backt, gibt den Nachbarn etwas ab. „Was ihr in Deutschland mit Blumen regelt, wird in Marokko mit Essen gemacht“, sagt Saadi.

Dem stimmt Loubna El-Bouchikhi sofort zu. Sie ist Köchin im Palais Amani, einem Hotel mit schattigem, grünem Innenhof, der nach Orangenblüten und Jasmin duftet. Sie ist großer Fan der Kardashians. Mit ihren künstlichen, roten Fingernägeln fährt sie sich durch das schwarze Haar. Sie hat sich die Attitüden und das Selbstbewusstsein von den Kardashians abgeschaut und hat mit den Serien der Celebrities ein amerikanisches Englisch gelernt. Ihre etwas burschikose Art kommt gut an in der Medina. Der Gemüsehändler küsst ihr zur Begrüßung die Wangen, der Olivenmann wirft ihr einen verzückten Blick zu und der Hühnchenverkäufer erledigt ihre Bestellung wie verlangt.

Denn bevor es mit Loubna El-Bouchikhi in die Küche der Kochschule im Palais Amani geht, wird gemeinschaftlich eingekauft, und zwar halal: Das bedeutet, dass das Huhn nach islamischen Richtlinien geschlachtet wird. Und es muss frisch sein. Im Laden

„Was ihr in Deutschland mit Blumen regelt, wird in Marokko mit Essen gemacht.“

Ahmed Saadi, Reiseleiter

sucht sie daher die Hühnchen aus, die vor ihren Augen getötet und anschließend gerupft werden. „Hier kauft meine Familie ein“, sagt sie und schwört auf die Qualität. Am nächsten Stand suchen die Gäste Korriander, Tomaten und Zwiebeln zusammen. „Das ist alles frisch, kommt aus Marokko, ist saisonal, bio und nichts wird weggeworfen“, sagt sie. Was nicht aufgefressen wird, bekommen Esel und Maultiere zu fressen, die Lasttiere der Medina. Da die Straßen so schmal sind, knattert höchstens mal ein Moped durch die Gänge. Den Rest erledigen auch heute noch Esel und Maultiere.

Doch die Einkäufe lassen sich prima in Körben ins Palais Amani tragen und werden da in eine Tajine verarbeitet: ein deftiger Schmortopf mit Hühnchen und Gemüse, Oliven, Salzzitronen und einer Handvoll marokkanischer Gewürze. Das Olivenöl kommt erst zum Schluss in den Topf. „In Marokko glaubt man, dass das Öl die Gewürze blockiert“, sagt die Köchin. Gegessen wird gemeinsam, dazu gibt es einen marokkanischen Wein. Alkohol zu trinken sei auf dem Papier zwar verboten, sagt Saadi, und zitiert



eine Statistik, nach der in Marokko mehr Wein als Milch getrunken werde. Wer weiß.

Auf alle Fälle werden in Marokko gute Rot- und Weißweine hergestellt. Einer der größten Produzenten ist das Château Roslane. Das Weingut produziert Spitzenweine, die unter der Herkunftsbezeichnung „Les Coteaux de l'Atlas“ geschützt sind. Obwohl Weinbau in Marokko weit zurückreicht, hat sich die moderne Weinkultur erst nach der Unabhängigkeit 1956 entwickelt. Das Château Roslane entstand in den 1990er-Jahren als erstes marokkanisches Weingut mit dem Status eines Châteaus. Für den französischen Winzer Guillaume Constant aus Bordeaux war die Entscheidung, in Marokko zu arbeiten, nicht schwer. Er schwärmt vom Mikroklima in der Weinregion Meknès, von optimalen Böden und der hohen Qualität der Weine. „Das ist eine spannende Region, in der ich noch vieles ausprobieren kann“, sagt der Franzose.

Die Recherche wurde unterstützt von Enchanting Travels und vom Nationalen Marokkanischen Tourismusamt.

## Marokko

**Anreise:** von Frankfurt mit Air Maroc oder Lufthansa nach Rabat, Fès oder Casablanca.

**Unterkunft:** Das Château Roslane liegt idyllisch in den Weinbergen der Region Meknès. Es gehört zur weltweiten Genuss- und Hotelvereinigung Relais & Châteaux und bietet im Restaurant gehobene Küche und die eigenen Weine. Infos unter [www.roslaneboutiquehotel.com/en](http://www.roslaneboutiquehotel.com/en). Das Maison Bleue ist ganz in der Nähe der Medina von Fès gelegen. Das jahrhundertealte Haus mit einem Riad, einem Innenhof, wurde im traditionellen marokkanischen Stil renoviert und verfügt über 18 individuelle Zimmer. Info: [www.maisonbleue.com/the-riad](http://www.maisonbleue.com/the-riad)

**Reiseveranstalter:** Enchanting Travels bietet maßgeschneiderte Individualreisen zu mehr als 75 Reisezielen weltweit an. Vorab werden die Reisen zusammen mit den Gästen geplant. Infos unter [www.enchantingtravels.com/de](http://www.enchantingtravels.com/de).

**Weitere Infos:** [www.visitmorocco.com/de](http://www.visitmorocco.com/de)



Die Medina von Fès gilt als die größte der Welt. Da helfen Schilder durchaus, den Weg zu finden.