

Kulinarisches Montenegro

Die verschiedenen Regionen Montenegros, die Besonderheiten jeder Jahreszeit und die reiche Vielfalt an gesunden regionalen Spezialitäten lassen montenegrinische Gaumenfreuden lang in Erinnerung bleiben.

Montenegro ist ein Land der Kontraste, dessen Charakter durch das Zusammenspiel zwischen Adriaküste und gebirgigem Landesinneren geprägt wird. Diese Unterschiede und Gegensätze spiegeln sich selbstverständlich auch in der lokalen Küche wider. Ob Fine Dining in einem eleganten Resort an der Küste oder rustikale Hausmannskost in den Bergen - beides bietet unvergessliche Genussmomente.

Die Aromen Montenegros

Fisch

Montenegro verführt mit zahlreichen kulinarischen Genüssen aus Flüssen und Seen. Ein typisches Gericht ist "Karpfen in der Pfanne": Pflaumen, Quitten und Äpfel werden mit Karpfen auf einem Zwiebelbett gebacken. Auch geräucherter und getrockneter Karpfen, der in einer Marinade aus Olivenöl, Knoblauch, Petersilie und frischem Zitronensaft serviert wird, ist ein beliebtes Gericht. Die montenegrinische Forelle ist ein Klassiker auf den Speisekarten des Landes. Sanft gebraten wird sie mit einer Sauce aus Petersilie, Knoblauch und Olivenöl verfeinert. Eine besondere Delikatesse für Liebhaber von Süßwasserfischen ist gebackener Aal auf Reis, der mit einer Kombination aus Zwiebeln, Karotten, Pflaumen und Peperoni zubereitet wird. Eine weitere Spezialität ist der Ukelei, eine karpfenähnliche Art, die nur im Skadar-See vorkommt. Der kleine Fisch wird getrocknet und geräuchert serviert und schmeckt köstlich zu frischem Salat.

Selbstverständlich trägt auch die Adria-Küste zu einer abwechslungsreichen Küche bei. Besucher können eine reichhaltige Auswahl an frischen Meeresfrüchte-Spezialitäten genießen, darunter lokal gefangener Fisch, Tintenfisch, Kalmar, Miesmuscheln und andere adriatische Köstlichkeiten, die auf traditionelle Weise zubereitet werden.

Fleisch

Eine besondere Delikatesse Montenegros ist Njeguški pršut, ein geräucherter und luftgetrockneter Prosciutto, der unter besonderen Bedingungen im Dorf Njeguši reift. Auch die Njeguški-Wurst ist eine empfehlenswerte Spezialität, hergestellt aus Schweinefleisch und hartem Rückenspeck. Fleischliebhaber werden auch an Košet, getrockneter Hammelkeule, und Kastradina, getrocknetem Hammelfleisch, Gefallen finden. Das einzigartige Zusammenspiel von Meeres- und Bergluft in Montenegro verleiht dem Fleisch sein charakteristisches Aroma. Eine Höhenlage von 500 bis 1500 Metern spielt dabei ebenfalls eine Rolle und trägt zum köstlichen Geschmack der montenegrinischen Fleischspezialitäten bei. Auch die Lammsteaks sind eine lokale Besonderheit. Sie werden in Milch geschmort und unter einem speziellen Eisendeckel, dem sogenannten Sač, gebraten.

Käse

Käse spielt in der montenegrinischen Gastronomie eine zentrale Rolle. Typische Sorten sind Pljevlja, Njeguški und Lisnati, ein Schichtkäse, sowie Prljo-Käse und Skorup. Dazu kann man einen Honigwein genießen, aber auch Rotwein oder hausgemachten Schnaps sowie getrocknete Feigen, Blaubeeren, Kirschen, Oliven und andere Köstlichkeiten. Montenegro bietet eine im Kern herzhaftes Küche, die jedoch viele fantasievolle Variationen aufweist.

Pressekontakt:

mascontour, Hendrik Wintjen, Schwiebusser Str. 9, D-10965 Berlin
Tel. +49 (0) 30 616 257 47, Fax +49 (0) 30 612 025 84, E-Mail montenegro@mascontour.info

Ein guter Tropfen darf nicht fehlen

Zum Genuss der montenegrinischen Gastronomie gehört selbstverständlich stets ein guter Wein. Seit jeher ist Wein ein Teil der montenegrinischen Tradition, Kultur und Religion. Vor allem rund um den Skadar-See im Süden des Landes gibt es zahlreiche Weingüter, von denen viele familiengeführt sind. Aber auch viele Kirchen und Klöster verfügen über Weinberge und produzieren ihren eigenen Wein. Neben zahlreichen kleineren Weingütern gibt es in Montenegro mit Plantaže auch das größte Weinanbaugebiet Europas in der Nähe von Podgorica. Die drei dazugehörigen Weinkeller können bis zu 33 Millionen Liter Wein fassen. Plantaže exportiert Wein in zahlreiche Länder weltweit und bietet Weinverkostungen in einem einzigartigen Ambiente an, einem ehemaligen geheimen Militärflughafen, der sich über 30 Meter tief unter der Erde in einem 356 Meter langen Tunnel befindet. Hier lagert auch der älteste Archivwein, der Plantaža-Lesendro aus der Ernte von 1979.

Auch ein Besuch des Weinguts Castel Savina in der Nähe des Klosters Savina nahe Herceg Novi lohnt sich, dank der liebevoll gepflegten Weinberge aus dem 18. Jahrhundert. In den alten französischen Eichenfässern der Familienkellerei gedeihen hier Rebsorten wie Cabernet Sauvignon, Merlot, Chardonnay und Rosé Grenache. Die malerische Lage mit Blick auf die Bucht von Kotor schafft ein stimmungsvolles Ambiente für eine Weindegustation. Die eleganten, vollmundigen Weine der Region passen perfekt zu einer Vielzahl von Vorspeisen, sei es zu Fisch oder Meeresfrüchten, zu Salaten, Geflügelgerichten und Barbecue.

Montenegro ist das Heimatland des Vranac, der bekanntesten heimischen Rebsorte des Adrialandes. Sie zeichnet sich durch einen kräftigen und robusten Geschmack aus. Besonders hervorzuheben sind der Vranac aus der Subregion Podgorica und Crmnica, die auch als Wiege des Vranac bekannt ist, sowie der Vranac aus Ulcinj im Süden des Landes. Eine Flasche roter Vranac gehört zu den beliebtesten und authentischsten Souvenirs Montenegros und hält auch nach Rückkehr die Erinnerung an ein adriatisches Lebensgefühl wach. Neben Vranac zählen auch Kratošija, Krstač, Žižko und andere zu den heimischen Rebsorten, deren Anbau von Generation zu Generation weitergegeben wird.

Wer kulinarische Kontraste in Montenegro genießen möchte, kombiniert die Weine des Südens mit den Gerichten des Nordens. Ein Beispiel hierfür sind Kalb- und Lammfleisch oder Njeguški pršut, der als geräucherter und luftgetrockneter Prosciutto als eine besondere Delikatesse gilt.

Auf kulinarischer Entdeckungsreise durch Montenegro

Um die Aromen Montenegros kennenzulernen, bieten sich die kulinarischen Routen des Landes an. Jede Region weist dabei ihre Besonderheiten auf, die es auszuprobieren lohnt. Eine gastronomische Reise durch Montenegro bedeutet immer auch, in die Seele des Landes einzutauchen und die lokale Kultur mit allen Sinnen zu genießen. Viele traditionelle Gerichte werden nach überlieferten Rezepten mit erlesener Sorgfalt zubereitet.

Bei einer Fahrt auf der Käseroute durch Bjelasica lernt man beispielsweise die jahrhundertealte Tradition der Lisnati-Käseherstellung kennen. Dieser Schichtkäse wird in den Käsereien der Region hergestellt, etwa im Bergort Kolašin oder auch in den Katuns, den Almhütten, des Sinjajevina-Gebirges. Neben Lisnati-Käse sind auch Kajmak, Kačamak, hausgemachte Buttermilch und Jarum berühmte Köstlichkeiten dieser Region. Bei einem Besuch in einem Katun kann man der Käseherstellung beiwohnen und sich anschließend mit hausgemachten Desserts wie Säften, Marmeladen, Süßigkeiten und Tees verwöhnen lassen. Überhaupt sind die Gastgeber in den Katuns für ihre traditionelle Hausmannskost und regionalen Spezialitäten sehr geschätzt.

Wer seinen Montenegro-Urlaub versüßen möchte, sollte in Kolašin, Mojkovac oder Bijelo Polje eine Honigverkostung einplanen. Der Reichtum an Heilkräutern macht den besonderen Geschmack und die hohe Qualität des montenegrinischen Honigs aus und macht ihn zugleich zu einem beliebten und hochwertigen Souvenir. Wer einmal auf den Geschmack gekommen ist, kann auch in der Gegend rund um Cetinje und entlang des Skadar-Sees Honig ausprobieren und etwas über seine heilenden Eigenschaften erfahren.

Pressekontakt:

mascontour, Hendrik Wintjen, Schwiebusser Str. 9, D-10965 Berlin
Tel. +49 (0) 30 616 257 47, Fax +49 (0) 30 612 025 84, E-Mail montenegro@mascontour.info

Wer grundsätzlich mehr über die traditionellen Gerichte und Rezepte Montenegros erfahren möchte, findet im Gastroführer "Kulinarisches Montenegro" alle Informationen.

https://www.montenegro.travel/uploads/brochures/Gastro/Gastro_GER.pdf

Doch es sind nicht nur die Regionen Montenegros, die Gaumenfreuden vermitteln, sondern auch die Jahreszeiten. Das ganzjährig bereisbare Montenegro hat auch in Bezug auf kulinarische Veranstaltungen jeden Monat etwas zu bieten und ermöglicht so einen Einblick in die Vielfalt der montenegrinischen Küche.

Ganz gleich, ob man die Kulinariktage in Ulcinj im Frühjahr, die Gastroabende in Tivat im Sommer, die Honigtage in Nikšić im Herbst oder das kleine Orangenfest in Herceg Novi im Winter besuchen möchte, einen kompletten Überblick zu allen kulinarischen Veranstaltungen findet man ebenfalls im Gastroführer.

Allgemeine Informationen zu Montenegro:

<https://www.montenegro.travel/de>

8.338 Anschläge

Bildmaterial auf Anfrage.

Pressekontakt:

mascontour, Hendrik Wintjen, Schwiebusser Str. 9, D-10965 Berlin
Tel. +49 (0) 30 616 257 47, Fax +49 (0) 30 612 025 84, E-Mail montenegro@mascontour.info