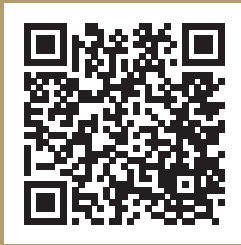




## *Die Rezepte zum Tasting-Set*

Für eine kulinarische Reise durch Kapstadt.

WĀJOS



**IHR LINK ZUM VIDEO:**  
[https://www.wajos.de/  
taste-of-cape-town-video](https://www.wajos.de/taste-of-cape-town-video)

# *Ich packe meinen Koffer und nehme mit ...*

**... Dattel-Speck Crema, Pfirsich-Maracuja Crema, Chakalaka Dip, Dukkah Dip, Cape Malay Blend, Marula Sahne-Likör und den Capebos Gin.** Viel mehr brauchen Sie nicht für Ihre Reise nach Kapstadt und damit herzlich willkommen zu unserem kulinarischen Trip zum Kap der guten Hoffnung und zum „Melting Point of Cultures“.

Jetzt heißt es entdecken, kochen und genießen. In 8 Stops reisen wir gemeinsam durch Kapstadt, besuchen atemberaubende Plätze, lernen interessante Köche und Persönlichkeiten kennen und kochen mit den Spezialitäten unseres Sets leckere traditionelle Rezepte. Stress ist auf dieser Reise natürlich tabu. So empfehlen wir Ihnen, vorab alles vorzubereiten: Kochen Sie die gewünschten Rezepte aus diesem Taste of Capetown-Flyer und genießen Sie diese dann zu unserem Tasting-Video – damit Sie unsere unvergessliche Reise durch Kapstadt in die unterschiedlichsten Facetten, die vielseitigen Geschmäcker und kreativen Rezepte richtig genießen können. Bei den einzelnen Stationen erfahren Sie dann noch zusätzliche Infos zu den Gerichten und den typischen Zutaten, die diesen Genuss so besonders machen.

## *So einfach geht's:*

- 1. Zutaten von der Einkaufsliste (S. 4) besorgen.**
- 2. Die gewünschten Rezepte (S. 6 – 19) vorab zubereiten und die Getränke kaltstellen.**
- 3. Den Tisch decken und über den QR-Code (S. 2) zum Video einloggen.**

Schon befinden Sie sich mit uns auf Ihrer kulinarischen Südafrikareise – in Ihren eigenen vier Wänden. Da bleibt nur noch zu sagen: Lassen Sie sich inspirieren von den großen und kleinen Besonderheiten, der Lebensfreude, Kreativität und Liebe des Landes und kommen Sie auf den Geschmack von Kapstadt!

*Schmeckt nicht  
nur zum Tasting:*

Lassen Sie sich inspirieren und kochen Sie die Gerichte auch ohne das Video – für das kleine Stück Südafrika im Alltag.

# Die Einkaufsliste für alle Rezepte:

- 600 g Ribeye vom Karoolamm oder Lammlachse
- 4 Eier
- 1 Dose (400 g) Baked Beans
- 750 g vorgekochte braune Linsen
- 700 g Kartoffeln
- 500 g Butternutkürbis
- 500 g junge Möhren
- 4 Karotten
- 1/2 Kohlkopf
- 3 Tomaten
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- Kapuzinerkresseblätter oder junge Rucolablätter zum Garnieren
- 1 Römersalat
- 1 kleine Gurke
- 1 Avocado
- 1 rote Frühlingszwiebel
- 1/2 rote Zwiebel
- 2 weiße Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 daumengroßes Stück frischer Ingwer
- 1 rote Chilischote
- 1 Stängel Rosmarin
- 2 Stängel Koriander
- 1 Stängel Minze
- 6 Lorbeerblätter
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Limette – davon der Saft

- 1 Bio-Orange
- 125 g getrocknete Gojibeeren, Rosinen oder Aprikosen
- 250 g Butter
- 1 Becher Crème fraîche
- 2 EL Milch
- 1 TL Mayonnaise
- 2 EL Joghurt
- 3 EL Aprikosenkonfitüre
- 60 ml Apfelessig
- 2 TL Worcestershire-Sauce (wahlweise)
- Nach Geschmack:  
Wajos Sambal-Chili Sauce – mit gemahlener Chilischote
- 600 ml Lammfond
- Olivenöl (z. B. Wajos EVOO)
- Öl (z. B. Wajos Brat- & Backöl)
- 500 g Maismehl
- 2 Scheiben altbackenes Brot oder 250 g Semmelbrösel
- Zucker
- 3 EL Honig
- Salz
- Weißer & schwarzer Pfeffer
- Secco (z. B. Secco Riesling von Walter J. Oster)
- 100 ml Kokosnussmilch
- 50 ml Passionsfruchtsaft
- 2,5 cl Roibos Honey Water
- Eiswürfel
- Tonic Water (z. B. Wajos Botanical Tonic Water)





## Wajos für Eziko

EIN STIPENDIUM AN DER  
KOCHSCHULE IN LANGA

Bei unserem Besuch in der Eziko-Schule im Township Langa stand für uns fest: Dieses Projekt müssen wir unterstützen. Eziko gibt Jugendlichen aus den Townships eine Zukunftschance, sichert ihnen einen Platz in der kulinarischen Szene und macht vielen den Traum von einem eigenen Restaurant greifbar. Kwanga Menere kommt diesem Traum nun ein Stück näher: **Mit einem Stipendium haben wir ihm die Ausbildung an der Eziko-Schule ermöglicht und sind glücklich zu hören, wie er sich Monat für Monat weiterentwickelt.**



Mit dem Kauf des Sets unterstützen Sie Kwanga und die Eziko-Schule.

Gemeinsam können wir so noch weiteren Jugendlichen in Südafrika eine Zukunftsperspektive schenken.

Vielen Dank für  
Ihre Unterstützung!





# 1. Stop

*Welcome-Drink mit Blick auf den Tafelberg – mit Pfirsich-Maracuja Crema*

**Zu Beginn unseres kulinarischen Trips lernen Sie natürlich Ihre Reiseführer kennen: Peter Oster, Inhaber von Wajos, und Patrick Craig.** Wir starten mit einem Welcome-Drink direkt am Meer mit unserer Pfirsich-Maracuja Crema.

## PFIRSICH-MARACUJA SECCO

MIT PFIRSICH-MARACUJA CREMA

*Secco in ein Sektglas füllen, die Pfirsich-Maracuja Crema dazugeben und nach Geschmack mit einem Stiel Rosmarin dekorieren.*



### Zutaten:

**Für 1 Glas:**

- 1 cl Wajos Pfirsich-Maracuja Crema
- Secco (z. B. Secco Riesling von Walter J. Oster)
- 1 Rosmarinzwig



## MIT PFIRSICH-MARACUJA CREMA

*Pfirsich trifft Maracuja und verbindet sich zu einer exotischen und fruchtig-frischen Essigspezialität. Mit nur 3 % Säure schmeckt die Pfirsich-Maracuja Crema im Dressing sowie im Secco oder Mineralwasser!*





## 2. Stop

### Besuch bei Jason Whitehead – Salat mit Pfirsich-Maracuja Crema

Am Fuße des Tafelbergs, mit Blick auf Kirstenbosch Gardens, bereitet uns der TV-Koch und Buchautor einen kleinen Appetizer zu: einen Salat mit unserer Pfirsich-Maracuja Crema.

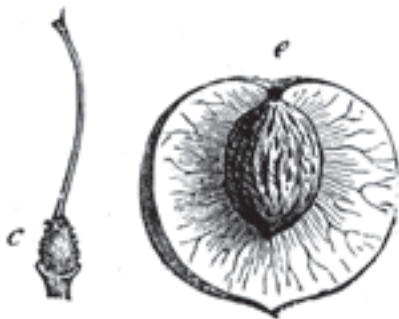
# SALAT MIT PFIRSICH-MARACUJA-DRESSING

## MIT PFIRSICH-MARACUJA CREMA

Zuerst die Zwiebeln einlegen: Hierfür Salz, Zucker und heißes Wasser in eine Schüssel geben und umrühren, bis sie sich auflösen. Pfirsich-Maracuja Crema und Limettensaft einrühren, die roten Zwiebeln hinzufügen und mindestens 10 Minuten lang leicht einlegen.

Inzwischen das Dressing anrühren: Mayonnaise und Pfirsich-Maracuja Crema verquirlen, das Olivenöl langsam einträufeln und dabei ständig rühren, damit sich das Dressing zu einer Emulsion verbindet – mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Nun die Römersalatblätter auf einem Teller anrichten, und die Frühlingszwiebel sowie die Gurkenstreifen darauflegen. Die Avocado leicht mit dem Dressing bestreichen, damit sie nicht braun wird, und auf den Teller geben. Die Zwiebeln auf dem Salat verteilen und alles mit dem Dressing beträufeln.



### Zutaten:

#### Für die Zwiebeln:

- 1/2 rote Zwiebel – in dünne Scheiben geschnitten
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salz
- 1 EL heißes Wasser

#### - 2 EL Wajos Pfirsich-Maracuja Crema

- 1/2 Limette – davon der Saft

#### Für das Dressing:

- 1 TL Mayonnaise
- 3 EL Wajos Pfirsich-Maracuja Crema
- 6 EL Olivenöl (z. B. Wajos EVOO)
- Salz
- Pfeffer
- ein Spritzer Limettensaft

#### Für den Salat:

- 1 Römersalat
- 1 rote Frühlingszwiebel – in dünne Scheiben geschnitten
- 1 kleine Gurke – in dünne Streifen geschnitten
- 1 Avocado – entkernt und in dünne Scheiben geschnitten

## MIT CHAKALAKA DIP – TYPISCH SÜDAFRIKANISCH

Die typisch südafrikanische Gewürzmischung ist ein Muss auf dieser Reise und eignet sich ebenso hervorragend zum Würzen von Eintöpfen und Saucen sowie als würzig-pikante Zugabe für selbst gebackenes Brot und mit Öl angerührt als Marinade für Fleisch, Fisch und Gemüse. Mit Joghurt und Crème fraîche wird er zu einem köstlichen Dip zum Grillen.



# 3. Stop

## Eziko-Schule in Langa – Chakalaka mit Chakalaka Dip

**Zum Mittagessen geht's dann in das älteste Township Kapstadts: nach Langa.** Hier besuchen wir die Kochschule Eziko, die den Jugendlichen eine Zukunft gibt, einen Platz im Arbeitsmarkt sichert und vielen den Traum von einem eigenen Restaurant greifbar macht. Und auch wir lernen hier etwas: was den wahren Geschmack Kapstadts, eine ehrliche, echte Küche mit lokalen Gewürzen auszeichnet und was das Geheimnis hinter einem echten Chakalaka ist – der Inspiration unseres Chakalaka Dips.

# CHAKALAKA MIT PAP

## MIT CHAKALAKA DIP

*Das gehackte Gemüse in Öl anbraten und mit Chakalaka würzen – 10 Minuten kochen lassen. Dann auch die geriebene Möhre sowie die Baked Beans hinzufügen, umrühren, gegebenenfalls nachwürzen und bei geringer Hitze weiterkochen.*

*In der Zwischenzeit das Pap vorbereiten: Wasser mit reichlich Salz zum Kochen bringen, dann das Maismehl einrühren und immer kräftig weiterrühren, bis sich der Mais mit dem Wasser vermischt hat und keine Klumpen mehr vorhanden sind. Nun den Herd herunterschalten und das Ganze 15 Minuten lang auf niedriger Stufe köcheln lassen.*

*Zum Schluss noch den Chakalaka Dip anrühren: Dip kurz im lauwarmen Wasser quellen lassen, mit Crème fraîche und Joghurt verrühren, ziehen lassen und dann zusammen mit dem Chakalaka und Pap servieren.*

### Zutaten:

- ½ Kohlkopf – gehackt
- 3 Tomaten – gehackt
- 1 Zwiebel – gehackt
- 1 rote Paprika – gehackt
- 1 gelbe Paprika – gehackt
- 1 grüne Paprika – gehackt
- 4 EL Öl (z. B. Wajos Brat- & Backöl)
- **1 EL Wajos Chakalaka Dip – typisch südafrikanisch**
- 4 Karotten – gerieben
- 1 Dose (400 g) Baked Beans

### Für das Pap:

- 2,5 Liter
- Salz
- 500 g Maismehl

### Für den Chakalaka Dip:

- **2 TL Wajos Chakalaka Dip – typisch südafrikanisch**
- 1 EL lauwarmes Wasser
- 3 EL Crème fraîche (alternativ Mayonnaise)
- 2 EL Joghurt







## MIT CAPE MALAY BLEND – TYPISCH SÜDAFRIKANISCH

*Eine Widmung an die kap-malaiische Küche: der Cape Malay Blend – eine Gewürzmischung, die Fleisch wie auch Gemüse mit einer einzigartigen würzig-kräutrigen Note verfeinert. Meersalz, Curry, Chillies, Schwarzkümmel, Koriander, Fenchel, Kakaopulver, Orangenschalen, Ingwer, Kardamom und Sternanis sind dabei nur ein Auszug der deftig-süßen Kombination, die die Vielfalt und Lebendigkeit der kap-malaiischen Küche in die eigenen vier Wände bringen.*





# 4. Stop

## Bo-Kaap-Viertel – Bobotie mit Cape Malay Blend & Dattel-Speck Crema

Beim nächsten Stop steht schon das nächste traditionelle Gericht und ein absolutes Muss in Kapstadt an: **Bobotie**. Mit seinen Gewürzen und der typischen Kombination aus würzig, süß und sauer steht nichts so sehr für „Cape Malay“ wie dieses Gericht. Beim gemeinsamen Kochen lernen wir von Fayruza mehr über diese besondere Küche und die Fusion der verschiedenen Kulturen und Landesküchen, mit den typischen Gewürzen und Zutaten.

## VEGETARISCHES BOBOTIE

### MIT CAPE MALAY BLEND

*Brot 5 Minuten in Wasser einweichen und die überschüssige Flüssigkeit auspressen. Öl in einen Topf geben und Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Tomatenmark, Essig, Zucker, Salz, Konfitüre und Zitrone mischen und ebenfalls in den Topf geben, gefolgt vom Cape Malay Blend. Dann auch die gekochten braunen Linsen sowie die Kürbiswürfel dazugeben und mit Salz würzen. Das Brot untermischen, gefolgt von den Sultanninen und Trockenfrüchten. Alles gut umrühren und in eine gefettete Auflaufform geben.*

*Nun noch die Eier mit der Milch, Salz und Pfeffer mischen und darübergießen. Lorbeerblätter darauflegen und alles im vorgeheizten Backofen bei 180° C für ca. 20 Minuten goldbraun backen. Bobotie in Portionen schneiden und auf Tellern servieren. Wer mag, kann zusätzlich den angerührten Cape Malay Blend oder die Sambalsauce dazu reichen. Dazu passt außerdem Reis oder Safran-Reis.*



### Zutaten:

- 2 Scheiben altbackenes Brot oder 250 g Semmelbrösel in 250 ml Wasser eingeweicht
- 3 EL Öl
- 1 große Zwiebel – fein geschnitten
- 2 TL Knoblauch – fein gehackt
- 1 TL frischer Ingwer – gerieben
- 1 EL Tomatenmark
- ½ Zitrone – davon der Saft
- 750 g vorgekochte braune Linsen
- 500 g Butternutkürbis – gewürfelt & vorgekocht
- **3 EL Wajos Cape Malay Blend – typisch südafrikanisch**
- 3 EL Aprikosenkonfitüre
- 1 EL Zucker
- 60 ml Apfelessig
- 2 TL Worcestershire-Sauce (wahlweise)
- 125 g getrocknete Gojibeeren, Rosinen oder Aprikosen
- 4 Eier
- 2 EL Milch
- Salz
- Pfeffer
- 6 Lorbeerblätter
- Nach Geschmack:  
**Wajos Sambal-Chili Sauce – mit gemahlener Chilischoten**



## MIT MARULA SAHNE-LIKÖR

*Der köstliche Geschmack der pflaumengroßen Marula-Früchte des südafrikanischen Elefantenbaumes verleiht dieser Spezialität ihren einzigartigen Charakter. Dabei harmonieren die süß-herben Noten hervorragend mit der cremigen Sahne.*



## 5. Stop

Liam Tomlin in „Chefs Warehouse“

**Koch Liam kam vor rund 16 Jahren aus Australien nach Kapstadt – und wollte nie wieder weg.** Die ganze Kultur, das Lebensgefühl und die Kreativität haben ihn gepackt und nicht mehr losgelassen. Wir treffen ihn zum Interview in seinem „Chefs Warehouse“, das nicht nur Restaurant mit Markt kombiniert, sondern auch dem Wort „Lokalität“ einen tieferen Sinn gibt. **Er gilt als einer der Mitbegründer der lokalen Foodszene und ist heute mit mehr als 8 Restaurants einer der führenden Gastronomen des Landes.**

## 6. Stop

Sundowner in Camps Bay bei Eddie Jordan –  
Marula Colada mit Marula Sahne-Likör

**Wer hat nicht schon von ihm gehört, dem legendären Eddie Jordan.** Er ist Musiker, TV-Star, irischer Unternehmer sowie natürlich ehemaliger Besitzer eines Formel-1-Teams und Mitbegründer der Szene. Auch er hat sein Herz an Südafrika verloren. Der Sundowner in seinem Zuhause direkt an der „Côte d’Azur Afrikas“ zeigt warum. **Auf den „Taste of Cape Town“!**

# MARULA COLADA

MIT MARULA SAHNE-LIKÖR

*Alle Zutaten in einen Shaker geben, gut schütteln und in ein mit Eiswürfel gefülltes Glas abseihen.*



*Zutaten:*

- Eiswürfel
- **100 ml Wajos Marula Sahne-Likör**
- 100 ml Kokosnussmilch
- 50 ml Passionsfruchtsaft
- 1 rote Chilischote
- 1 Stängel Rosmarin
- 1 Stängel Koriander
- 1 Stängel Minze
- 1 Bio-Zitrone – davon die Zeste







## MIT DATTEL-SPECK CREMA + DUKKAH DIP

*Die Dattel-Speck-Crema erinnert an Datteln im Speckmantel. Der Dukkah Dip entföhrt die Sinne mit seinen nussigen, orientalischen Noten von Mandeln und Sesam sowie dem frischen Geschmack feiner Krauseminze auf kulinarische Reise in Tausendundeine Nacht. Beide kombiniert, verleihen diesem Gericht einen ganz besonders gehaltvollen Charakter. Deftig, würzig, geheimnisvoll.*





# 7. Stop

## Dinner bei Jason Whitehead – Lamm mit Dattel-Speck-Sauce, Dukkah-Möhren & Püree

**Dinnerzeit!** Mit einem Einkauf bei Liams Chefs Warehouse im Gepäck fahren wir wieder zurück zu Jason Whitehead, wo wir gemeinsam ein leckeres Abendessen zubereiten – **mit gleich 2 Spezialitäten aus unserem Set!**

### LAMM

#### AN DATTEL-SPECK-SAUCE MIT DUKKAH-MÖHREN & PÜREE

*Kartoffeln in Salzwasser kochen, bis sie gar und weich sind, dann das Wasser abgießen, sofort die Butter hinzufügen und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Durch ein Sieb streichen, falls das Püree noch etwas klumpig ist, etwas Crème fraîche unterrühren und mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken – beiseitestellen.*

*Die Möhren im Topf mit so viel Wasser begießen, dass der Boden des Topfes gerade bedeckt ist. Ein paar Stückchen Butter hinzugeben und so lange köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist und die Butter zu schmelzen beginnt. Dann den Honig hinzugeben und noch ein oder zwei Minuten köcheln lassen, damit alles eindickt und die Karotten schön ummantelt werden. Diese anschließend aus dem Topf nehmen und im Dukkah Dip wälzen – beiseitestellen.*

*Das Fleisch gut mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen und in einer schon aufgeheizten Pfanne etwa 2–3 Minuten von jeder Seite scharf anbraten – herausnehmen und mindestens 5 Minuten ruhen lassen. Die Pfanne nun mit der Dattel-Speck Crema ablöschen, einkochen, bis sie eindickt, dann den Lammfond hinzugeben und alles erneut einkochen lassen, bis eine sirupartige Sauce entsteht. Die Pfanne vom Herd ziehen und die Butter einrühren.*

*Schließlich alle 3 Komponenten auf einem vorgewärmten Teller anrichten, mit der Dattel-Speck-Sauce beträufeln und mit Kapuzinerkresseblättern (oder jungen Rucolablättern) garnieren.*



#### Zutaten:

##### Für das Püree:

- 700 g Kartoffeln – geschält und gewürfelt
- 100 g Butter
- 3 EL Crème fraîche
- Salz
- weißer Pfeffer

##### Für die Möhren:

- 500 g verschiedenfarbige junge Möhren
- 2 EL Butter
- Salz
- 3 EL Honig
- **4 EL Wajos Dukkah Dip – typisch ägyptisch**

##### Für das Fleisch:

- 600 g Ribeye vom Karoolamm oder Lammlachse
- Salz und Pfeffer zum Würzen
- Natives Olivenöl Extra
- **4 EL Wajos Dattel-Speck-Crema – mit Balsamico**
- 600 ml Lammfond
- 1 EL Butter
- Kapuzinerkresseblätter oder junge Rucolablätter





# 8. Stop

Speakeasy Bar „The Arts of Duplicity“ – mit dem neuen Capebos Gin

Unsere kulinarische Reise endet in einer geheimem Bar im Stil der Prohibition der 20er-Jahre und in einem besonderen musikalischen Jazz-Club, in denen wir den neuen Capebos Gin als besonderen Cocktail und kreativen Gin Tonic kennenlernen – lecker!

## CAPEBOS GIN TONIC

Für das Rooibos Honey Water als erstes einen starken Rooibos-Tee kochen. Von diesem dann die gewünschte Menge im Verhältnis 1:1 mit Honig zu einem Sirup mischen und im Eisfach abkühlen lassen.

Den Gin später mit dem Rooibos Honey Water in ein Glas geben. Eiswürfel hinzugeben und mit einem milden Tonic Water auffüllen. Eine Orangenschale zu einer Spirale drehen, den Glasrand erst mit der Schale abreiben und dann damit garnieren.

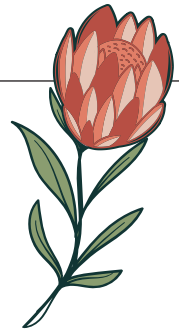


### Zutaten:

- 2,5 cl Rooibos Honey Water (stark aufgekochter Rooibos-Tee, 1:1 mit Honig gemischt)
- 4 cl Capebos Gin
- Eiswürfel
- Tonic Water
- Orangenzeste



## ZAZARACK



Für den Zazarack den Capebos Gin, Brandy und Wermut zusammen mit dem Honey Water in einen Shaker geben und verrühren. Die Rooibos-Teelblätter oder den -Tee auf eine nicht brennbare Unterlage legen und mit einem Flambiererbrenner anbrechen – das Glas daraufstellen, um den Rauch einzufangen.

### Zutaten:

- 4 cl Capebos Gin
- 4 cl Brandy
- 4 cl Wermut
- 1 cl Honey Water
- Rooibos-Teelblätter / -Tee
- 1 Spritzer Orange Bitters
- 1 Spritzer Rooibos Bitters
- Orangenzeste

In den Shaker 1 Spritzer Orange Bitter und 1 Spritzer Rooibos Bitter geben. (Wer diese nicht hat, kann sie ganz einfach selber zu Hause machen. Rezepte findet man im Internet). Einen großen Eisblock in ein Glas geben und den Drink einschütten. Die Orangenzeste darüber zerdrücken und gedreht auf einem Spieß gesteckt auf dem Glas anrichten.



# GIN CAPEBOS

*Fynbos, Roibos,  
Honeybos – Capebos.*

Mit seinen 24 ausgewählten Botanicals verbindet dieser Gin das Beste, was das Floral Kingdom, die artenreiche Pflanzenwelt Kapstadts, zu bieten hat. Würzig, floral, fruchtig. Vielseitig, kunterbunt und harmonisch.



**KREATIV. LECKERER. EINFACH GUT.**

WAJOS GmbH, Zur Höhe 1, D-56812 Dohr

T +49 (0) 26 71 91 70-0, F +49 (0) 26 71 91 70-29, [info@wajos.de](mailto:info@wajos.de)

[www.wajos.de](http://www.wajos.de)