

## Die besten Leckereien aus der Küche Jamaikas



### Tipps zum Essen gehen in Negril

Das jamaikanische Essen in den Straßenküchen besteht oft aus dem gleichen Mix: frische Zutaten, kulturelle Einflüsse und Reggaemusik. Es gibt einige gute Restaurants in Negril, die aber am Strand auch sehr teuer sind. Daher lohnt es sich, in einer der kleinen Straßenküchen zu essen, manche sind sogar kulinarisch besser, als die teuren Restaurants.

Besonders, wenn ihr am Abend durch die Straßen in Jamaika geht, riecht man sofort die aromatischen Gerüche, die aus den Straßenküchen in Jamaika strömen. Diese Straßenküchen sind eine sehr gute Möglichkeit, schnell und günstig an ein gutes Essen zu kommen. Teilweise gibt es hier auch die authentische Rasta-Küche.

Ob frisches Obst, Säfte, die leckeren Suppen, die typischen jamaikanischen Gerichte, sowie Fisch und Meeresfrüchte, das Angebot ist vielfältig. Ein Essen in Jamaika wäre aber nicht perfekt ohne ein Red Stripe Lagerbier, das immer eisgekühlt serviert wird. Da die Straßenküchen nicht immer leicht zu entdecken sind, hier ein paar Empfehlungen:

#### The Little Dumpling Shop

Diesen Food Shop findet ihr in der Dumpling Shop Lane zwischen den beiden Plätzen im Zentrum von Negril beim Devon House Eiscreme Shop. Abends treffen sich hier Jamaikaner\*innen um abzuhängen und beim Essen die beliebten Action-Filme zu schauen.

Es gibt Dumplings, Fischgerichte, Callaloo, Ackee und Salzfisch, Salzfisch Krapfen, gebratenes Huhn, Ei-Sandwiches und gekochtes Essen. Dazu eine gute Auswahl an Tee, Kaffee, Limonaden, sowie Bier und diverse Rumsorten. Ein Essen kostet hier zwischen 300 bis 1000 jamaikanische Dollar.

Der Laden ist die ganze Nacht geöffnet. Hier treffen sich Einheimische und Reisende gleichermaßen. Das Essen ist lecker mit einem super Preis-Leistungs-Verhältnis.

### Early Bird Roadside Cook

Das Early Bird liegt in der Nähe der Texaco Station, bei Lily Crescent und ist meist von 4:00 Uhr bis 10:00 Uhr geöffnet. Hier wird das Essen von einem jamaikanischen Küchenchef gekocht und es ist unglaublich lecker und vielfältig.

Die Speisekarte ändert sich jeden Tag etwas. In der Regel bekommt ihr hier aber Ackee und Saltfish, Erdnuss- oder Haferbrei, gebratenen Johnny Kuchen (Mehlkloße), Kochbanane oder Brotfrucht, geschmorten Fisch und Huhn, Callaloo, Bohnen oder Okragemüse mit Saltfish, sowie Curried Chicken.



Die Straßenküchen in Jamaika sind perfekt, um die landestypische Küche kennenzulernen.

Alle Gerichte werden mit Dumplings, Yam oder gekochten grünen Bananen angeboten und immer frisch zubereitet – sehr lecker. Die Preise für eine große Suppe beginnen ab 150 Jamaica Dollar. Eine frisch gekochte und leckere Mahlzeit kostet hier keine 5 USD.

### Zaro's Nite Kitchen

Zaro bietet seine Spinners Dumplings schon seit vielen Jahre im Negril Square an. Seine Rolling Night-Küche findet ihr auf dem Platz vor der Scotia Bank gegenüber von Burger King.

Es gibt gebratenes Huhn, Saltfish, Makkaroni, vegetarische Gerichte, steamed veggies oder Reis mit Erbsen.

Beste Qualität und frische Lebensmittel von einem der erfahrensten Straßenköche in Negril. Hier könnt ihr für etwa 300 bis 1000 jamaikanische Dollar preiswert und gut essen.

### Conch oder Steam Roast Fish mit gesalzten Kräckern

Der verlockende Duft von gedünsteter Conch (Meeresschnecke) mischt sich mit der würzigen Meeresluft und macht so richtig Appetit. Es gibt ein paar Möglichkeiten, um diese Delikatesse in einer der Straßenküchen in Negril zu probieren. In der Straße zwischen dem Value Master und der Scotia Bank, am Taxi Parkparkplatz oder beim kleinen Foodshop neben der Kirche.

Die Conch (Muschel) wird gedünstet, gewürzt und mit salzigen Crackern serviert. Einige Conchgerichte sind schärfer als andere, aber alle sind köstlich und bieten ein besonders typisches, jamaikanisches Geschmackserlebnis. Die Conch wird mit Knoblauch, Pfeffer, Chili und Lauchzwiebel gewürzt, dann mit etwas Butter in Folie gewickelt und in einer Pfanne oder Topf über dem offenen Feuer gedünstet. Die Conch sollte man unbedingt einmal probieren. Eine Portion kostet zwischen 300 und 800 Jamaica Dollar.

Die Fische werden auf die gleiche Art zubereitet und dann mit Callaloo und Oca Gemüse serviert. Die Fischgerichte werden je nach Größe und Art des Fisches für 400 bis 1500 Jamaica Dollar angeboten und auch mit den leckeren Kräckern serviert.

### King Dust

Das King Dust Straßenrestaurant findet ihr auf der Beachstraße gegenüber von Rooms on the Beach. Hier gibt es Jerk Chicken, Schweinefleisch, Fisch, Conch und Muschelsuppe.

Die Suppe ist sehr lecker, das Jerk Pork ebenfalls. Das Jerk Chicken ist hier immer frisch und saftig, die gedünsteten Conch- und Fischgerichte ausgezeichnet. Dust kocht mit viel Liebe und Freude und das schmeckt man.

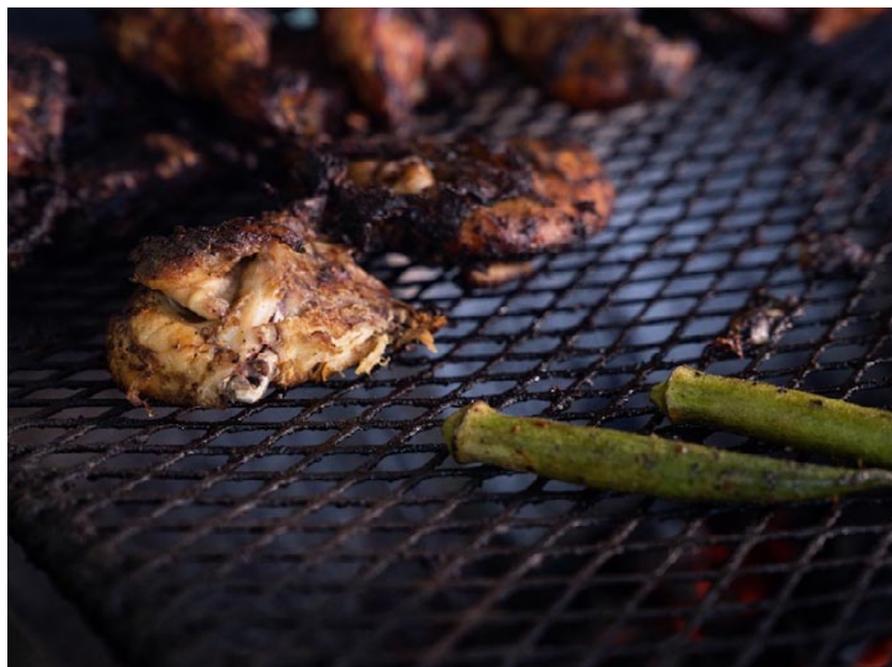
### Power's Corn Soup

Nur am Donnerstag, Freitag und Samstag Abend könnt ihr die vegetarische Gemüse-Suppe von Power's Corn Soup bekommen.

Power kocht den frischen Mais in einem großen Topf mit verschiedenen Gewürzen, Getreide, Yam, Erdnuss, grünen Bananen und weiteren Zutaten. Diese einzigartige Gemüse Suppe ist sehr köstlich und wirklich gut gewürzt. Ihr findet Power an der Straße entweder bei The Jungle, Alfred's, beim Scrub a Dub oder bei anderen Shows und Veranstaltungen, wenn die Leute die Clubs verlassen.

### Step A Side Chicken

Marshall ist eine Jerk Chicken Legende in Negril. Er steht meistens am Abend beim Roots Bamboo Guesthouse. Viele Locals sagen, dass sein Jerk Chicken das beste ist, aber das solltet ihr selbst ausprobieren.



Frisches Obst, leckere Suppen, Hühnchen- und Schweinefleisch, sowie Fisch und Meeresfrüchte. Das Angebot unterwegs ist sehr vielfältig.



Eine kleine Pause: Für Essen und Getränke unterwegs wird gesorgt.

### D. Brown's Paradise

D. Brown ist eine weitere Möglichkeit, in einer typisch jamaikanischen Snack Bar essen zu gehen. D. Brown ist ein wenig außerhalb der Stadt gegenüber der Texaco Station. Auf dem Hof neben der Küche wird Reggae gespielt und am Freitagabend gibt es auch Livemusik.

Die Gerichte sind ähnlich wie im Dumpling Shop, es gibt aber einen Unterschied: hier bekommt ihr den Fried Sliced Barracuda jeden Abend frisch und lecker zubereitet.

Auf der Speisekarte gibt es auch Makkaroni, Saltfish mit Ackee, Callaloo, sowie den gebratenen Escovitch Fisch mit scharfen Paprika und Zwiebeln, aber auch die Fried Dumplings und Fritters.

An Getränken gibt es Tee, Kaffee, Bier, Rum und Limonaden. Meist bis zum Sonnenaufgang geöffnet.

### Owen's Soup Cart

Owen steht mit seinem Soup-Cart in der Regel vor dem Devon House Eiscrème Shop. Er hat ganz eigene und spezielle Suppenrezepte. Seine vegetarische Red Peas Suppe ist eine der besten, aber auch die Muschelsuppe ist sehr lecker. Diese beiden Suppen gibt es aber nicht immer.

Regelmäßig gibt es die Chicken Foot, Cow Skin und Chicken Soup. Die Suppen sind sehr herzhaft und kosten je nach Größe zwischen 200 und 500 Jamaica Dollar.

Bei Owen gibt es auch verschiedene Porridge-Gerichte, wie Haferbrei normalerweise mit Kochbanane, Erdnussbrei und manchmal auch Hominy Maisbrei. Das Porridge wird mit Kokosnuss-Kondensmilch hergestellt, ist nicht zu süß und wirklich ausgezeichnet. Probiert es mal aus.



Jelly Coconut Water: Die perfekte Erfrischung unterwegs.

### Die Straßenküchen in Jamaika

Wenn ihr auf der Suche, nach einem wirklich guten Essen, zu einem fairen Preis seid und ihr die jamaikanische Kultur mit den freundlichen Einheimischen schätzt, solltet ihr die jamaikanische Straßenküche unbedingt probieren.

Hier trifft ihr die Menschen auf dem Weg zur Arbeit oder nachts, wenn sie aus den Clubs kommen und auf dem Heimweg noch etwas essen. Es lohnt sich die authentische jamaikanische Küche in einem Straßenrestaurant zu probieren. Besonders wenn ihr noch spät nachts unterwegs seid, könnt ihr euch dort noch einen Late-Night-Happen gönnen und den Abend ausklingen lassen.

Es gibt so viele gute Straßenküchen in Jamaika. Die Menschen dort arbeiten unermüdlich, um Gäste und Bewohner mit den leckeren jamaikanischen Gerichten zu versorgen. Die genannten sind nur einige und möglicherweise macht ihr eine ganz andere Erfahrung.

### Drei Restaurant-Tipps in Negril

Das kleine Guesthouse Rainbow Ach am Beach in Negril wird von zwei jamaikanischen Schwestern und ihrer Mutter betrieben. Das Guesthouse ist einfach, liegt aber sehr schön direkt am Strand. Das Essen im gleichnamigen Restaurant ist authentisch und lecker.

Vegetarische- und Fischgerichte gibt es im Just Natural Veggie & Seafood Restaurant & Bar im Westend von Negril. Die Umgebung – sehr idyllisch. Ein tropischer Garten mit Orchideen, Vögeln und Schmetterlingen. Das authentische, jamaikanische Essen ist ziemlich gut. Das Frühstück empfehlenswert. Es gibt auch vegetarische Gemüse-Burger, Salate und tropische Cocktails.

Die Spritzer Lounge Bar. In dieser Bar mit dem kleinen Restaurant an der West End Road gibt es, frisch und gekonnt zubereitet, leckeres italienisches Essen. Der Service der beiden italienischen Betreiberinnen ist vielgelobt.

Alle Angaben ohne Gewähr.