

Rezepte – Kochevent – 20.01.2019

Zeytinyağlı Pırasa - Lauch in Olivenöl

Zutaten:

4-5 Lauchstangen

2-3 Karotten

1 Esslöffel Tomatenmark

1 Esslöffel Reis

1 Teelöffel Zucker

Salz

Schwarzer Pfeffer (je nach Geschmack)

Olivenöl

Zubereitung:

Waschen sie den Lauch und schneiden sie den Wurzelansatz ab. Danach waschen sie den Lauch erneut 3-4-mal bis er frei von Sandkörnern ist. (Sie können den Lauch eine Weile in Wasser mit Essig einlegen). Würfeln Sie eine mittelgroße Zwiebel. Als Nächstes braten sie die gewürfelte Zwiebel mit etwas Olivenöl in einer Pfanne an, bis diese karamellisiert ist. Geben sie nun einen Esslöffel Tomatenmark dazu. Falls vorhanden können sie auch passierte Tomaten hinzugeben. Lassen sie die Soße eine Weile vor sich hin köcheln und schneiden den Lauch und die Karotten in Scheiben. Geben sie nun das geschnittene Gemüse und den gewaschenen Reis hinzu. Geben sie vom Rand Wasser hinzu bis der Pfannen- / Topfboden bedeckt ist. Würzen sie das Ganze mit einem Teelöffel Salz und Zucker und lassen sie es bei hoher Temperatur 2-3 Minuten kochen. Anschließend stellen sie die Temperatur wieder herunter und lassen das Gericht mit geschlossenem Deckel noch etwas vor sich hin köcheln. Als Letztes schalten sie den Herd aus und geben Olivenöl und schwarzen Pfeffer dazu. Beim Servieren können sie etwas Zitronensaft auf das Gericht träufeln. Guten Appetit.

AŞURE – Süße Suppe

Zutaten:

400g Weizen (im türkischen Laden „Aşurelik Buğday“)

1 Hand voll Rosinen

1 Hand voll geschälte Mandel, Walnüsse und Haselnüsse

1 ½ Äpfel

7 Getrocknete Feigen

1 Aprikosen

Eine Prise Salz

800g Zucker

1 Hand voll Gewürznelken

2 Tassen Kichererbsen

2 Tassen getrocknete Bohnen

Je nach Belieben könne auch noch andere Zutaten verwendet werden

Zubereitung:

Am Vorabend den Weizen in Wasser einlegen. Den Weizen eine halbe Stunde aufkochen lassen und die Rosinen und etwas Salz hinzugeben. Danach bei mittlerer Hitze die übrigen Zutaten hinzugeben (in dieser Reihenfolge): Kichererbsen, Haselnüsse, geschälte Mandeln, Apfel, Aprikosen, Feigen. Das Ganze noch ca. 60 Minuten köcheln lassen und den Zucker dazu geben. Beim Servieren den Teller mit Walnüssen, Zimt und Granatapfelkernen dekorieren. Guten Appetit.

Melemen – Ei-Gemüse-Pfanne

Zutaten

- 2 EL Natives Olivenöl Extra
- 1 kleine Zwiebel, geschält und klein gewürfelt
- 2 milde grüne Spitzpaprika, Stiel und Samen entfernt und klein gewürfelt
- 2 Tomaten, enthäutet und gewürfelt
- 2 Eier
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

In einer beschichteten Pfanne das Olivenöl etwas erhitzen, Zwiebeln dazugeben, 2-3 Minuten später auch die Spitzpaprika. Alles leicht anbraten. Anschließend die Tomaten in die Pfanne geben und mitkochen bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Für die Eier schon mal zwei kleine Mulden schaffen und die Eier hineinschlagen. Bei leichter Hitze und geschlossenem Deckel stocken lassen. Zum Abschluss noch mit Salz und Pfeffer würzen und warm servieren. Fertig ist das Melemen.