

Rezepte Syrisches Kochen am 15.3.2024 mit Katren

Rezepte für ca. 8-10 Personen

Linsensuppe mit Karotten:

500g rote Linsen, 2 Kartoffel, 1 Zwiebel, 2 Karotten (geschält und geviertelt) mit etwas Öl in einem Topf kurz leicht anbraten und anschließend mit warmen Wasser aufgießen (ca. 3l). Leicht ca. 1 Stunde köcheln lassen und immer wieder den weißen Schaum abschöpfen. Danach mit schwarzem Pfeffer, Kümmel und Salz würzen und anschließend mit einem Pürierstab pürieren. Gegebenenfalls noch nachsalzen oder auch mit Wasser aufgießen falls e die Suppe zu dickflüssig ist. Dazu wird gebackenes Fladenbrot gereicht und eine Zitrone.



Gebackenes Brot:

Fladenbrot (1 Packung) in ca. 2x2cm große Stücke schneiden und auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und bei ca. 160 Grad im Ofen braten bis es knusprig ist. Die Hälfte für die Suppe verwenden, die andere Hälfte wird für das Auberginengericht benötigt.

Reisgericht mit Auberginen: (vegetarisch)

4 schmale Auberginen in ca 3x3cm große Stücke schneiden und anschließend in viel heißem Fett frisieren, bis es eine bräunliche Farbe erhält (dauert schon einige Zeit bis die Flüssigkeit verschwindet). Dann auf Küchenpapier abtropfen lassen. In dem Fett anschließend auch die ganzen Mandeln (ca. 200g) frittieren bis sie eine braune Farbe bekommen und auch abtropfen lassen.

Einen Teil des gebackenen Brotes in eine Auflaufform geben und darauf die Auberginen geben. Die Sesampaste (Tahina) in eine kleine Schüssel geben und 5 EL Joghurt dazugeben. Saft von ca. 1 Zitronen, Salz, gepressten Knoblauch (1 Zehe) dazugeben und mit etwas Wasser mischen und über die Auberginen geben. Ganz oben noch die gebratenen Mandeln verteilen.



Reis mit Nudeln: kleine Nudeln mit Öl in einem Topf leicht anbraten bis sie eine braune Farbe bekommen; Reis, der zuvor eine halbe Stunde in lauwarmen Wasser eingeweicht war und danach mehrmals gewaschen wurde (bis das Wasser klar ist) zu den Nudeln im Topf geben, salzen und mit Wasser aufgießen (soviel Wasser zugeben bis ein Suppenlöffel im Topf mit Reis stehen bleibt) und zum kochen bringen. Sobald der Reis kocht zurückschalten. Den Reis auf sehr kleiner Flamme köcheln lassen und unter dem Deckel den Reis mit Alufolie abdichten (davor noch 1 EL Butter hinzugeben) damit der Reis bis er weich ist gedämpft wird (ca. 1/2 Stunde).

Als **vegetarische Variante** kann eine TK-Gemüsemischung in einer Pfanne erwärmt werden, etwas salzen und über den Reis gegeben. Dann mit Mandeln bestreuen und das wird dann zum Auberginengericht gereicht.



Als Fleischvariante: 400g Faschiertes (Rind) in einer Pfanne zuerst ohne Öl anbraten und danach einen EL Öl zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. TK-Gemüsemischung auftauen und leicht in einer Pfanne erwärmen und mit Salz und Pfeffer würzen. Beides miteinander vermischen und über den Reis verteilen und Mandeln darüber geben.



Humus:

2 Dosen (je 430g) Kichererbsenpaste (gekocht und püriert), 3 große EL Tahina dazugeben. 4 EL Naturjoghurt, 4 EL Granatapfelsirup miteinander vermengen. Fertigen Humus in einer Schüssel mit geschnittenen Tomaten und Granatapfelsirup dekorieren). Dazu wird Fladenbrot gegessen.



Salat:

Ca. 3 Tomaten, 1/2 Gurke, 1 Paprika, 4 Karotten klein schneiden (optional mit Blattsalaten und Oliven) in eine Schüssel geben und ein Dressing aus dem Saft von gepressten Zitronen, Granatapfelsirup, Salz und wenig Olivenöl herstellen und untermischen.



Baklava:

200g geriebene Walnüsse + eine Packung zerkleinerte Pistazienkerne (60g) vermischen. 1 1/2 Packungen Butter in einem kleinen Topf langsam schmelzen lassen. Butter auf das Blech geben, darüber 1 Blatt Baklavateig, danach das Blatt mit Butter bestreichen (so weiter machen bis 7 Blätter am Blech sind). Darauf kommt die Walnuss-Pistazienmischung gleichmäßig verteilt und die weiteren Blätter werden darüber wieder mit Butter dazwischen gestapelt. Anschließend werden die Blätter in 5cm breiten Streifen und danach in 5x5cm Quadraten geschnitten. Im Backrohr wird es dann bei ca. 180 Grad ca. 30 min gebacken bis die oberste Schicht leicht braun ist. In der Zwischenzeit ein Zuckerwasser (300g Zucker und 300g Wasser und 1TL Zitronensaft kochen) herstellen und abkühlen lassen. Wenn das Baklava fertig ist, das abgekühlte Zuckerwasser auf das heiße Baklava geben. Wenn das Baklava leicht abgekühlt ist noch mit Pistazien verzieren. Es kann ein Vanilleeis mit Schokoladensauce dazugereicht werden.

