

Harissa

Das brauche ich:

2 Tassen Grieß

2 Tassen Milchpulver

1 Tasse Öl (Sonnenblumenöl)

1 Tasse Zucker

1 kleines Stück Mascarpone

1 TL Backpulver



So gehts:

- *Die Zutaten zusammenmischen, in einer Form geben und bei 200°C backen (nach ca. 20 Minuten nachsehen, wann es gut ist)*
- *1 Päckchen Milch mit Zucker sofort, wenn fertig gebacken, darüber geben und auskühlen lassen*
- *1 Tasse Zucker mit einer Tasse Wasser und etwas Zitrone aufkochen und etwa 15-20 Minuten köcheln lassen, abkühlen lassen und über den Kuchen geben*
- *Mit gehackten Pistazien garnieren*

Name: Manal

„Kawaaj “ (sprich: Kawaasch)

Das brauche ich:

½ kg Fleisch, klein geschnitten (aber kein Gehacktes)

3 mittelgroße Zwiebeln

3 Paprika (rot, gelb, weiß)

2 kg rote Tomaten

(es kann auch Zucchini und Aubergine zugegeben werden)

Salz, schwarzer Pfeffer, Muskatnuss, etwas Zimt

2 mittelgroße Gläser Reis (mit 3 Gläsern Salzwasser kochen)

So gehts:

- Zwiebel in Scheiben schneiden, Paprika kleinschneiden und dünsten,
- Fleisch dazu und weiterdünsten
- Tomaten schälen und kleinschneiden und dazugeben
- ½ Stunde kochen lassen, würzen (je nach Geschmack)
- kann mit Reis, Glasnudeln oder (Fladen-)Brot gegessen werden

Thüringer Klöße

Das brauche ich: (für 4 Personen)

ca. 3 kg Kartoffeln (mehlig kochend)

Salz

Weckbröckchen (geröstete Semmelwürfel)

Schwefelblättchen

1 Esslöffel Öl

So gehts:

- Kartoffeln schälen, vierteln in eine Schüssel mit Wasser geben und waschen.
- Aufteilen : zu 2/3 und 1/3. Das 1/3 weich kochen. Den anderen Teil mittels Schwefelblättchen ca. 3 Minuten schwefeln. Dazu die Schüssel mit einem Tuch abdecken.
- Anschließend die Kartoffeln gründlich waschen. Nun diese Kartoffeln reiben und auspressen. Dabei die Flüssigkeit sammeln (Stärke). Die trockene Kartoffelmasse in einer Schüssel aufzupfen und mit einem Teil des kochenden Kartoffelwassers (ca.100-150 ml) übergießen.
- Jetzt das Restwasser der Kartoffeln abgießen. Die gegarten Kartoffeln über den rohen Anteil pressen. Salz und die abgesetzte Stärke hinzugeben. Alles gut vermengen, stampfen und abschmecken. Einen hohen Topf (gut halb voll) mit Wasser und etwas Öl zum Kochen bringen. Den Herd zurück stellen.
- Klöße formen, goldgelb geröstete Weckbröckchen in die Mitte des Kloßes einbringen. Anschließend die Klöße mit dem Schaumlöffel in ca. 90°C heißes Wasser vorsichtig einlegen. Die Klöße müssen im Topf schwimmen können.
- Maximal 4-5 Stück bei einem Topfdurchmesser von 22 cm. Die Garzeit je nach Größe beträgt 20-25 Minuten.

Name: Rita

Reis mit Erbsen

Das brauche ich:

2 große Gläser Reis

500 g Erbsen

¼ kg Hackfleisch

etwas Salz und Pfeffer

Nüsse

Mandeln

Walnüsse

1/2 TL bunter Pfeffer



So gehts:

- Hackfleisch in der Pfanne anbraten und mit etwas Salz würzen
- Erbsen dazu geben und mit anbraten
- 4 Gläser Wasser und 2 Gläser Reis hinzugeben; Reis bissfest garen
- Oder: Reis extra kochen und dann zusammengeben
- Nüsse in Öl anbraten und Essen damit dekorieren

Flammkuchen

Das brauche ich:

Für den Teig:

2 EL Öl

125 ml Wasser

1 Prise Salz

250g Mehl

Für dem Belag:

1 Becher Crème fraîche

1 Camembert

Schwarzwälder Schinken

Preiselbeeren

Salz, Pfeffer, Oregano

So gehts:

- Knetteig bereiten, ganz dünn ausrollen
- Crème fraîche auf dem Teig verstreichen und würzen
- Camembert in Scheiben schneiden und verteilen
- Im Ofen backen, nach 10 min entnehmen und geschnittenen Schinken darauf verteilen
- Weitere 10 min backen
- Zum Schluss Preiselbeeren verteilen und servieren
- Backzeit: 20 min bei 200 Grad

Name: Lydia

Sholezard

Das brauche ich:

500g Reis

Mandeln

Safran

Rosenwasser

Zimt

So gehts:

- *Reis kochen bis er weich ist*
- *Alle Zutaten hinzufügen*
- *Zum Schluss mit Zimt bestreuen als Dekoration*

Name: Afsaneh

Mammoul mit Datteln

Das brauche ich:

3 Tassen Weichweizengrieß

1/3 Tasse Mehl

1 Tasse Butter

1 TL Trockenhefe (aufgelöst in 2 EL Wasser)

1 TL Muskat

50-100 ml Milch

1-2 EL Rosenwasser

Für die Füllung:

125-200gr Dattelpaste

2 TL Butter

1 TL Zimt



So gehts:

- *Grieß; Mehl, Muskat und Butter in einer Schüssel vermengen. Mit einem Tuch für mindestens 4 Stunden ruhen lassen, am besten über Nacht*
- *Rosenwasser und die aufgelöste Hefe zur Mehl-Butter-Grieß-Mischung geben und mit der Milch zu einem weichen Teig verkneten*
- *Für die Füllung die Butter in einer Pfanne schmelzen, Dattelpaste und Zimt hinzugeben und die Mischung zu einer gleichmäßigen Masse verrühren*
- *Die Dattelmasse zu kirschgroßen Kugeln formen und zur Seite stellen*
- *Den Grießteig in walnussgroße Kugeln teilen. In der Handfläche ein Loch in jede Kugel formen und diese mit je einer Dattelpastenkugel füllen und den Teig schließen*
- *Auf einem Backblech bei 180-200 Grad bei Ober- Unterhitze für 15-20 min goldbraun backen. Die abgekühlten Mamoul mit Puderzucker bestreuen.*

Name: Lina Zaidan

Rhabarberkuchen

Das brauche ich:

- 1 Springform
- Fett für die Form oder Backpapier zum Auslegen
- 3 Stangen Rhabarber (oder anderes Obst)
- im Glas oder frisch
- 2 EL Zucker (für den Rhabarber)
- 100g weiche Butter oder Margarine
- 100g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 3 Eier
- 120g Weizenmehl
- 80g Weizenvollkornmehl
- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 TL Zimt
- 7 EL Milch (1,5% Fett)

So gehts:

- *Den Ofen auf 160 °C vorheizen und die Form einfetten, Rhabarber waschen, abziehen und in 1cm große Stücke schneiden. Rhabarberstücke in eine Schüssel geben und mit 2 EL Zucker bestreuen. (Obst entsprechend bearbeiten, putzen, schälen oder wenn aus Glas, Saft abtropfen lassen)*
- *Butter oder Margarine in einer Rührschüssel mit restlichem Zucker und dem Vanillezucker schaumig schlagen. Die Eier nacheinander zu der Schaummasse geben und so lange weiter schlagen, bis die Masse cremig geworden ist.*
- *Die beiden Mehlsorten mit dem Puddingpulver, Backpulver und Zimt gut vermischen. Die Mehlmischung und die Flüssigkeit (Milch) abwechselnd zu der Eiermasse hinzufügen. Nur so viel Milch hinzufügen, dass der Teig schwer reißend von dem Rührbesen fällt.*
- *Dem Teig in die Form füllen, die Rhabarberstücke (oder anderes Obst) darauf verteilen und sofort ca. 60min backen. Backzeit kann unterschiedlich, je nach Herd, sein, deshalb zwischendurch kontrollieren. Oben sollte der Teig goldbraun sein.*

Name: Gisela Beck

Kalter Hund

Das brauche ich:

300g Kokosfett

125g Puderzucker

45g Kakao

1 TL Kaffeepulver

2-3 Eier

1-2 Pakete Butterkekse

1 Kastenform, ausgekleidet mit Alufolie
oder Backpapier

So gehts:

- *Das Kokosfett schmelzen lassen*
- *Zucker (Puderzucker), Kakao und Kaffeepulver miteinander vermischen*
- *Die Eier unterrühren und das flüssige Kokosfett tröpfchenweise dazugeben (Mixer benutzen)*
- *Zuerst eine Schicht der Kakaomasse in die Kastenform geben, darauf eine Schicht Kekse*
- *Weiter so verfahren, bis die Kakaomasse aufgebraucht ist*
- *Die letzte Schicht sind Kekse*
- *Kühl stellen. Am besten am Vorabend zubereiten.*



Name: Susanne

Beriani

Das brauche ich:

3 kleine Tassen Reis

2 mittelgroße Kartoffeln

2 EL Sultaninen

1/2 Tasse Mandeln (ganz)

1 Tasse Erbsen

Hähnchenbrust bzw. ganzes Huhn

Gewürze:

Zimt

Kardamon

Muskatnuss

etwas Ingwer

Schwarzen Pfeffer (Pulver)

Oder: Beriani Gewürzmischung

vom arabischen Markt

So gehts:

- *Hähnchenfleisch anbraten*
- *anschließend die Kartoffeln würfeln und anbraten*
- *danach die Sultaninen und die Mandeln anbraten*
- *alles miteinander vermischen*
- *Reis in der Hühnerbrühe kochen bis dieser bissfest ist*
- *Erbsen und Gewürze hinzugeben*
- *alles miteinander vermischen und noch ca. 10 Minuten ruhen lassen*
- *...und fertig!*

Name: Parween

Manto

Das brauche ich:

1 kg Hackfleisch

1 kg Zwiebeln

3 Pr. Pfeffer

3 Pr. Salz

500g Mehl

Kreuzkümmel

Für die Soße

2-3 Tropfen Joghurt

Salz

Minze

Erbsen

Passierte Tomaten

So gehts:

- *Mehl, Salz und Wasser zu einem Teig verkneten, 10 min ruhen lassen*
- *kleine Kugeln formen und diese sehr dünn ausrollen*
- *nun den Teig in Vierecke schneiden und kalt werden lassen*
- *Zwiebeln, Fleisch, Pfeffer und Salz in Öl in einer Pfanne anbraten*
- *Masse in den Teig legen und verschließen*
- *in den Dämpfer geben und kochen für 10-20 min (immer wieder tauschen)*
- *2-3 Tropfen Joghurt mit Salz und Minze würzen*
- *Erbsen kochen und mit Tomatensoße anbraten*
- *Erbsenmasse mit dem Joghurt vermischen und servieren*