

Türkische Rezepte vom 7. August 2011



Yesil Salata - Grüner Salat nach Özlem
Domates Salatasi - Tomatensalat
Selson Salatasi, Salat mit Oliven und Granatapfelkernen
Tirnakli Pide - Fladenbrot
Sogan Kebab - Gefüllte Zwiebeln
Ormanli Cilihta - Krautstiel-Fischfladen
Peynirli Patlican - Aubergine mit Ziegenkäse
Acili Ezme - Scharfes Tomatenpüree
Pirasa Köftesi - Lauch-Fleischbällchen
Kuru Fasulye - Weisse Bohnen
Manti - Gefüllte Teigtäschchen
Incir Uyusturmasi - Einschläfernde Feigen
Irmik Helvasi - Griesshelva
Sljivopita - Zwetschgen aus dem Ofen
Türkischer Honig

Yesil Salata - Grüner Salat nach Özlem

DIE MENGEN NACH EIGENEM GESCHMACK BESTIMMEN
(in Klammern unser Geschmack)

Zutaten

Rucola, geputzt (150 g)
Dill, fein gehackt (1 Bund)
Glatte Petersilie, fein gehackt (1 Bund)
Frische Minze, fein gehackt (1 Bund)
Zwiebeln, sehr fein gehackt (1 mittelgrosse)
Zitronensaft (1 EL)
Olivenöl (2 EL)
Granatapfelkonzentrat (1 EL)
Salz (1/2 TL)
Paprikaflocken (Pul Biber) (1/2 TL)

Zubereitung

Alle Zutaten miteinander vermengen und sofort servieren.

Domates Salatasi - Tomatensalat

3-4 PORTIONEN

Zutaten

3 grosse Tomaten, klein gewürfelt
1 Bund frischer Thymian, Blätter gehackt
Saft von ½ Zitrone
2 EL Olivenöl
Salz

Zubereitung

Alle Zutaten miteinander vermengen und vor dem Servieren etwas eine halbe Stunde ziehen lassen.

Selson Salatasi - Selson-Salat

8 PORTIONEN

Zutaten

2 Granatäpfel
½ Zitrone, Saft
4 EL Granatapfelkonzentrat
1 rote Peperoni, in feinen Streifen
2 grüne Peperoni, in feinen Streifen
350 g entkernte grüne Oliven, in Scheibchen
1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
50 g Walnüsse, grob gehackt

Zubereitung

Granatäpfel entkernen, die Kerne mit allen weiteren Zutaten in einer Schüssel gründlich mischen und den Zitronensaft sowie das Granatapfelkonzentrat hinein rühren.

Tirnakli Pide - Fladenbrot

5 FLADENBROTE

Zutaten

1 kg Mehl
25 g frische Hefe
15 g Salz
700-800 ml lauwarmes Wasser
2 Eigelb
1 EL Joghurt
10 g Sesamsamen
5 g Schwarzkümmelsamen

Zubereitung

Mehl auf ein Brett sieben und in der Mitte eine Vertiefung machen. Hefe hinein bröseln und mit dem Salz bestreuen, dadurch wird die Hefe flüssig. Mit den Fingern etwas ankneten. Das lauwarme Wasser dazugeben und langsam, ohne zu schlagen oder zu ziehen, einen Teig kneten.

1 Stunde bei Zimmertemperatur aufgehen lassen.

Den Teig nochmals durchkneten und 5 gleich grosse Kugeln formen. Diese nochmals 5-10 Min. ruhen lassen.

Die Eigelbe mit dem Joghurt verquirlen.

Die Teigkugeln nun mit den Händen zu etwa 30 cm runden Teigfladen ziehen, und die Oberflächen mit Joghurt-Ei-Masse bestreichen.

Mit den Fingerkuppen kräftig Muster in den Teig drücken.

Mit Sesam- und Schwarzkümmelsamen bestreuen.

Die Pide etwa 15-20 Min. im auf 250 °C vorgeheizten Backofen backen. Den Ofen während der Backzeit nicht öffnen. Sie sollen schön goldbraun sein. Warm servieren.

Sogan Kebab - Geschmorte Zwiebeln mit Hackfleischbällchen

4-6 PORTIONEN

Zutaten

24 kleine Zwiebeln (4-5 cm Durchmesser)
400 g Rinderhack
Salz
Pfeffer
Paprikaflocken (Pul Biber), mittelscharf
50 g Tomatenmark
2 EL Granatapfelkonzentrat

Zubereitung

Die lose braune Haut bei den ungeschälten Zwiebeln entfernen, an der Wurzel gerade abschneiden (die Zwiebel soll auf dieser Schnittfläche stehen) und von der Wurzel her bis fast zur Spitze einschneiden, die Zwiebel darf nicht durchgeschnitten werden. Die Zwiebelspitzen bleiben ganz und ungeschält.

Das Rinderhack mit den Gewürzen mischen, kleine Bällchen formen und in den Zwiebelspalt stecken.

Die gefüllten Zwiebeln mit der Spitze nach oben in einer tiefen Backform eng aneinander stellen. Wasser in die Form giessen. Die Zwiebeln sollten zu 1/3 im Wasser stehen. Tomatenmark und 1 EL Granatapfelkonzentrat mit etwas Wasser anrühren und darüber giessen und etwa 40 Min. im auf 250 °C vorgeheizten Backofen schmoren.

Die Zwiebeln auf einem kleinen Teller anrichten und nochmals mit Granatapfelkonzentrat bestreichen.

Diese Vorspeise eignet sich sehr gut für eine Mezzetafel (Vorspeisenbuffet).

Ormanli Cilihta - Krautstiel-Fischfladen

4 PORTIONEN

Zutaten

4-6 Mangoldstiele je nach Grösse, Blätter in sehr feinen Streifen

4 Frühlingszwiebeln, in Röllchen

1 kleine Tomate, sehr fein gewürfelt

½ Bund glatte Petersilie, fein gehackt

4 Blätter Bataviasalat, in sehr dünnen Streifen

Salz

½ kg frische Sardellen (Hamsi), geputzt und entgrätet

200 g Maismehl

1-2 dl Wasser

Sonnenblumenöl

½ Gurke

Zubereitung

Gemüse, Petersilie und Salatstreifen miteinander vermengen, salzen und gut verkneten, den Fisch hinzufügen, das Maismehl untermischen und wieder kneten, wenig Wasser untermischen und verkneten.

Die Hälfte der Masse in einer Teflonpfanne mit wenig Öl wie ein Omelett von beiden Seiten jeweils etwa 5 Min. braten. Mit der zweiten Hälfte genauso verfahren.

Die Fladen auf einem Teller anrichten, dazu Gurkenstreifen servieren.

Peynirli Patlican - Auberginen mit Ziegenkäse

4 PORTIONEN

Zutaten

3 Auberginen

250-350 g weisser scharfer Ziegenkäse oder Schafsfeta

2 EL glatte Petersilie, gehackt

1 TL Paprikaflocken (Pul Biber)

1 Eigelb

Ausbackteig

1 Ei

1 Eiweiss

1 TL Mehl

4-6 EL Olivenöl

Zubereitung

Auberginen waschen, die Schale streifenweise abschälen und die Frucht je nach Grösse 1-2 mal längs und quer halbieren, diese Viertel wiederum längs bis auf einen Zentimeter einschneiden. Die Auberginenstücke in Salzwasser legen, damit die Bitterstoffe entweichen.

Für die Füllung den Käse zerbröckeln. Petersilie, Paprikaflocken und Eigelb hinzufügen, gut mischen.

Die Auberginenstücke aus dem Wasser nehmen und jeweils etwa einen Esslöffel Füllung in die Spalten verteilen.

Für den Ausbackteig Ei und Eiweiss mit dem Mehl schaumig schlagen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die gefüllten Auberginenstücke in der Ei-Mehl-Mischung wenden und im Öl auf beiden Seiten insgesamt etwa 12 Min. ausbacken. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Diese gebackenen Auberginen schmecken auch kalt sehr gut.

Acili Ezme - Scharfes Tomatenpüree

4 PORTIONEN

Zutaten

1 kg Tomaten, geschält und fein gehackt
1 Bund Dill, fein gehackt
1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
1 Bund Frühlingszwiebeln, in Röllchen
1 Bund frische Minze, fein gehackt
100 g Tomatenmark
50 g Paprikaflocken (Pul Biber), scharf
100 ml Olivenöl

Zubereitung

Mit einer Gabel alle Zutaten mit Tomatenmark, Paprikaflocken und Olivenöl gut vermengen und etwas zerdrücken. Mind. 1 Stunde ziehen lassen. Dazu passt geröstetes Weissbrot.

Pirasa Köftesi - Lauch-Fleischbällchen

50 STÜCK

Zutaten

1,5 kg Lauch

½ Karotte

1 grosse Kartoffel

2 TL Salz

3 TL schwarzer Pfeffer

400 g Rinderhack

2 Eigelb

60 g Mehl

100 g Mehl für die Panade

3 Eier für die Panade

Mind. 300 ml Sonnenblumenöl zum Frittieren

Zubereitung

Lauch, Karotte und Kartoffel in 2 cm grosse Stücke schneiden. Die Gemüsestücke in einen Topf geben, 2/3 hoch mit Wasser bedecken, salzen und richtig weich kochen.

Das Gemüse in einem Lochsieb stampfen und dabei auspressen. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen.

Fleisch, Eigelbe und Mehl hinzufügen. Die Zutaten gut miteinander verkneten.

Wenn die Masse zu feucht ist, Mehl dazugeben.

Mehl und verschlagene Eier in zwei Schüsseln geben.

Mit der Hand die Lauch-Fleischbällchen formen.

Öl in einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen. Die Bällchen zuerst im Mehl und dann im Ei wenden. Im Öl etwa 3 Min. auf jeder Seite frittieren.

Auf Haushaltspapier abtropfen lassen, in einer Schüssel anrichten und warm servieren.

Kuru Fasulye - Weisse Bohnen

8-10 PORTIONEN

Zutaten

500 g weisse Bohnen
1 mittelgrosse Zwiebeln, fein gehackt
Öl
150 g Rindfleischwürfel, etwa 1 cm
1 EL scharfes Paprikapüree
1 EL Tomatenmark
2 TL Salz

Zubereitung

Bohnen über Nacht einweichen und dann im Einweichwasser bissfest kochen (im Dampfkochtopf 12 Min. auf Stufe 1).
Zwiebel in einem Topf im Öl andünsten, Rindfleisch, Paprikapüree und Tomatenmark hinzufügen. Etwa 10 Min. auf kleinem Feuer weiterdünsten.
Die Bohnen abgiessen und zum Fleisch geben, salzen und kurz weiterdünsten.
Wasser dazugeben, bis alles bedeckt ist und zugedeckt noch 1 Stunde auf kleinem Feuer kochen.

Manti - Gefüllte Teigtäschchen

6 PORTIONEN

Zutaten

Teig

600 g Mehl
1 Ei
200 ml Wasser
1 TL Salz

Füllung

1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
2 Zwiebeln, fein gehackt
500 g Rinderhack
½ EL Salz
Je 1 TL gemahlener Kreuzkümmel, süsses und scharfes Paprikapulver, schwarzer Pfeffer

Joghurtsauce

2 Knoblauchzehen, mit Salz gepresst
1 TL Salz
500 g Joghurt
Paprikaflocken (Pul Biber), mittelscharf

Kochwasser

2 ½ l Wasser
1 EL Sonnenblumenöl
1 EL Salz
1 EL Tomatenmark

Tomatensauce

½ EL Tomatenmark
½ EL Paprikapüree
3 EL Sonnenblumenöl

Zubereitung

Aus Mehl, Ei, Wasser und Salz den Teig kneten, bis er die Konsistenz eines Ohrläppchens hat. Mind. 60 Min. ruhen lassen.

Aus dem Teig faustgrosse Teigkugeln formen und mit einem feuchten Tuch bedecken.

Zunächst eine Teigkugel auf einer bemehlten Fläche ausrollen. Das Teigblatt soll etwa 1 mm, also sehr dünn, sein. Das Teigblatt in Quadrate von 3 cm schneiden.

Für die Füllung alle Zutaten gut miteinander vermengen und durchkneten.

Mit den Fingern jeweils etwa eine Messerspitze der Füllung auf die Teigviereckchen verteilen. Die vier Ecken des Teigquadrats zusammendrücken. Mit den anderen Teigkugeln genauso verfahren.

Für die Sauce den gepressten Knoblauch mit dem Joghurt mischen. Mit Paprikaflocken und Salz abschmecken.

Das Wasser mit Öl, Salz und Tomatenmark in einem grossen Topf aufkochen lassen und die Manti ins kochende Wasser geben, 10-15 Min. sprudeln kochen lassen.

Mantiwasser zur Hälfte abgiessen. Tomatenmark und Paprikapüree im Öl andünsten und dazugiessen.

Die Manti mit Flüssigkeit in Suppenteller schöpfen. Joghurt- Knoblauchsauce in eine Schüsselchen geben. Jeder verteilt 2-3 EL über die Manti. Wer es schärfer mag, streut noch Paprikaflocken darüber.

Tipp: Man kann den kurz vorgekneteten Teig in zwei grosse Gefrierbeutel geben und dann mit den Füssen auf dem Boden bearbeiten.

Incir Uyusturmasi - Einschläfernde Feigen

8 PORTIONEN

Zutaten

1 l Milch
200 g getrocknete Feigen, gewürfelt
100 g Walnüsse, fein gehackt

Zubereitung

Die Milch aufkochen und sofort kochendheiss über die Feigenwürfel giessen. Ist die Milch nicht heiss, vermischt sich die Masse nicht ordentlich.
Mit dem Stabmixer pürieren und in Schälchen füllen.
1-2 Stunden kühl stellen und servieren.
Nach Belieben mit grob gehackten Walnüssen dekorieren.

Varianten

Das simple und sehr schmackhafte Grundrezept kann mit wenig Aufwand variiert werden. Dazu eines oder mehrere der folgenden Aromen der gemixten Masse beimischen:

1 EL Orangenblütenwasser (entsprechend Milchmenge reduzieren)
1 TL Zimt
1 Orange, nur Schale, fein gerieben
1 Zitrone, nur Schale, fein gerieben
1 Päckli Vanillezucker oder Samen einer Vanilleschote

Die Dekoration kann mit etwas Zusatzaufwand ebenfalls variiert und verfeinert werden, indem die gehackten Nüsse zusätzlich geröstet oder geröstet und caramelisiert werden.

Irmik Helvasi - Griesshelva

10-12 PORTIONEN

Zutaten

500 ml Milch
500 ml Wasser
500 g Zucker
200 g Butter
500 g Griess

Dekoration

Pinienkerne, Zitronen- oder Orangenschale, Zimt und frische Minzblätter

Zubereitung

Milch, Wasser und Zucker in einem Topf aufkochen. Der Zucker muss ganz aufgelöst sein. In einer Pfanne die Butter mit dem Griess anrösten, dabei mit einem Holzlöffel rühren, bis der Griess ganz leicht angebräunt ist.

Mit einer Kelle die heisse Flüssigkeit zum Griess giessen und unter kräftigem Rühren etwa 5 Min. kochen.

In Schälchen füllen und mit Pinienkernen, Orangen- oder Zitronenschale, Zimt oder Minze dekorieren. Das Helva wird gerne warm gegessen.

Vanilleeis oder Kaymak passen gut dazu.

In der Türkei werden Helva aus Griess, Mehl oder Sesampaste gemacht.

Sljivopita - Zwetschgen aus dem Ofen

6 PORTIONEN

Zutaten

1 kg Zwetschgen
50 g Butter
3 EL Mehl
2 EL Zucker

Zubereitung

Die Zwetschgen waschen, einschneiden und entsteinen, dabei die beiden Hälften nicht trennen. Die Zwetschgen mit der Öffnung nach oben, dicht nebeneinander in eine ofenfeste Form legen. Die Butter in Stückchen auf den Zwetschgen verteilen. Das Mehl darüber sieben und mit Zucker bestreuen.

Etwa 35-45 Min. bei 200 °C im vorgeheizten Backofen backen bis die Zwetschgen weich sind und Saft austritt.

Das Dessert lauwarm mit Schlagsahne, Vanilleeis oder Kaymak* servieren.

Kommentar: Im Originalrezept werden 200 g Zucker verwendet. Uns waren sie mit 2 EL süß genug.

*Kaymak ist die beim Kochen entstehende Rahmschicht von Büffel- oder Kuhmilch. Kann am ehesten mit Mascarpone oder Ricotta ersetzt werden.

Quelle aller obigen Rezepte: Gabi Kopp, Das Istanbul Kochbuch, Verlagshaus Jacoby & Stuart, 2010

Türkischer Honig

Zutaten

1 kg Zucker

400 g Honig

330 cl Wasser

4 Eiweiss

160 g Nüsse, geröstet und gehackt (Haselnüsse, Mandeln oder Pistazien)

Quadratische Kuchenform

Wenig Öl

Zuckerthermometer

Zubereitung

Zucker, Honig und Wasser bei starker Hitze so lange zusammenrühren, bis die zähflüssige Masse im Topf zu kochen beginnt. Temperatur herunterschalten und Brei unter wiederholtem Rühren 60 Min. lang köcheln bis Temperatur 135°C erreicht.

Topf vom Herd nehmen.

Die Eiweiss in einer grosser Schüssel steif schlagen. Die heisse Zuckermasse im Faden langsam unter Rühren dazu geben und weiterrühren, bis die Masse sehr zäh wird (kann 15 Min. und länger dauern). Die Nüsse unter die Masse mischen. Noch warm vom Topfrand kratzen.

Die Kuchenform mit Öl einpinseln, Masse darauf streichen und über Nacht bei Zimmertemperatur trocknen. Am nächsten Morgen mit scharfer Klinge in Quadrate schneiden, Stücke in Folie verpacken und in einer gut verschliessbaren Dose aufbewahren.

Achtung: In der warmen Jahreszeit Zucker und Honig bei geschlossenem Fenster kochen, sonst ist die Küche in null Komma nichts voller Bienen.

Kommentar: Der türkische Honig wurde nicht fest. Er hat die Konsistenz eines nassen Schwamms, schmeckt aber wie er soll, nach türkischem Honig.

Wahrscheinlich hätte man ihn noch länger rühren sollen, bis die Masse auf Zimmertemperatur herunterkühlt.

Ergänztes Rezept aus: Einmal Hans mit scharfer Sosse, Hatice Akyün, S. 39/40

Zuckerkochen wird z.B. hier erklärt :

<http://www.bedello.ch/pralinengrundlagen/zuckersirup/zuckersirup.html>