

Rezepte: (4 Personen)

Gebackene Paprikaschote mit Käse

2 gelbe oder rote Paprika
100 g Feta Käse
2 Scheibe Vollkorntoast
1 Knoblauchzehe
8 TI Olivenöl
2 El Rotweinessig
4 TI Zitronensaft
4 schwarze Oliven
Petersilie, Thymian, Pfeffer,
Kräutersalz, Paprikapulver

Schafskäse, Toastbrot in kleine Würfel schneiden. Knoblauchzehe schälen und sehr fein würfeln. Diese Zutaten vorsichtig mischen. Mit Thymian Kräutersalz Pfeffer, Paprikapulver würzen. Paprika waschen, halbieren, entkernen und die obige Mischung in die Hälften einfüllen. Mit 2 TI Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Backofen bei 250 °C 8-9 Minuten bräunen. Wenn möglich Grill einschalten. Essig, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und das übrige Öl verquirlen. Oliven fein würfeln und mit der gehackten Petersilie in das Dressing einrühren. Paprikahälften direkt aus dem Ofen damit beträufeln. Über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Griechischer Bauernsalat

½ Kopf grüner Salat
2 Fleischtomaten
½ Salatgurke
2 grüne Paprika
2 kleine Zwiebeln
200g Feta Käse
100g schwarze Oliven
3 El Essig, 4 El Olivenöl
Oregano, Salz, Pfeffer

Den Salat putzen. Die Tomaten in dünne Scheiben schneiden. Gurke würfeln. Paprikaschote in dünne Streifen schneiden. Zwiebel in feine Ringe schneiden. Feta würfeln. Aus Essig, Öl, Zitronensaft und Gewürzen die Marinade anrühren. Die kleingeschnittenen Zutaten, außer dem Käse, mit der Marinade vermengen. Den Käse auf dem Salat verteilen.

Tzatziki

1 Salatgurke
450g Joghurt
4 Knoblauchzehen
1 El Olivenöl
Salz, schw. Pfeffer, Bund Dill

Gurke schälen, längs halbieren und entkernen. Gurke grob raspeln und in einem Geschirrtuch ausdrücken. Knoblauch schälen, pressen und mit dem Öl unter den Joghurt rühren. Salzen, pfeffern und Gurkenraspel untermischen. Dill abrausen, trocknen, die feinen Blättchen hacken und untermischen. Im Kühlschrank kaltstellen.

Gyros

400g Schweinefleisch
Oregano
2 große Zwiebeln
Salz, Pfeffer
Olivenöl

Das Fleisch klein schneiden, mit Salz, Pfeffer, Oregano würzen. Mit Olivenöl beträufeln. Die Zwiebeln in Stifte schneiden und unter das Fleisch mischen. Über Nacht ruhen lassen. Bei großer Hitze anbraten und dann mit kleiner Flamme weiter garen lassen.

Tourlou (Griechischer Gemüsetopf)

2 Auberginen, 2 Zucchini
5 Kartoffeln, 1 Zwiebel
500g Bohnen,
(Dose) Tomaten
Knoblauch, Oregano, Salz,
Pfeffer, Petersilie, Dill, Öl,

Zwiebeln hacken und in dem Olivenöl andünsten. Gemüse in Scheiben schneiden und dazugeben. Bohnen zugeben. Etwas weichdünsten lassen und die Tomaten zugeben. Gewürze dazugeben und solange Dünsten bis die Bohnen weich sind.

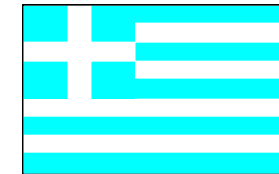
Kataifi

1 Tasse grob ger. Nüsse,
1 TL Zimtpulver,
1/2 kg Kataifi-Teig
(Teigfäden),
1 Tasse Butter
Sirup:
4 Tassen Zucker,
1 Scheibe Zitrone,
2 1/2 Tassen Wasser,
1 Stange Zimt

Eine Portion vom Kataifi-Teig nehmen und auflockern zu einem dünnen Teigstreifen von ca. 10 cm Breite und ca. 20 cm Länge. Nüsse und Zimt drüberstreuen und aufrollen von der Größe einer Roulade. Abstehenden Fäden abschneiden. Die Rollen in eine ausgebutterte Form setzen und mit zerlassener Butter übergießen. Bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten backen. Für den Sirup den Zucker mit Wasser, Zitronenscheibe und Zimt 5 bis 10 Minuten lang kochen. Wenn die Kataifi-Rollen eine schöne goldbraune Farbe angenommen haben, mit dem lauwarmen Sirup übergießen, bedecken und 30 Minuten lang ziehen lassen.



7. Station



Griechenland

08.05.2002





Land und Leute

Fläche: 131.990 km² Einwohner: 10 Mio.
Hauptstadt: Athen Gliederung: 10 Regionen
Währung: 1 Euro = 100 Cent

Denkt man an Griechenland so sieht man das leuchtende Blau von Meer und gestrichenem Holz, das Weiß der Häuser und die köstlichen Kleinigkeiten, die man in schlichten Schälchen serviert bekommt: griechischer Bauernsalat, Oliven, Taramas, Tsatsiki, Auberginen ... und nicht zu vergessen, der griechische Wein. Die griechische Landesküche ist mediterran geprägt, mit türkischem Einschlag. Geschmacklich dominieren Olivenöl, Knoblauch und frische Kräuter. Obst- und Gemüsesorten werden reichlich angeboten, Fisch und Fleisch gibt es fast immer gegrillt. Vor dem Essen immer der obligatorische Ouzo als Aperitif auf dem Tisch. Auch wenn Sie den Anisgeschmack des Schnapses nicht so gern mögen, sollten Sie das kleine Gläschen vor der Malzeit unbedingt trinken - denn die sehr fette griechische Küche wird durch den Ouzo viel bekömmlicher.

Kali oreksi Alfred Brodt und Ulrich Braxmaier

Aperitif

Ouzo

Gebackene Paprikaschoten mit Käse

Retsina
Imiglykos
Lymnos 2000

Griechischer Bauernsalat

Tzatziki

Gyros

Tourlou (Gemüsetopf)

Tomatenreis

Imiglykos
Naousa 1999

Kataifi Joghurt mit Honig

Ouzo