

Kroatien  vorgestellt durch Andrea Pecnik

Tikvice s puretinom i maslinama

600 g Putenfilets

1 Kg Zucchini

5 grüne Oliven

5 schwarze Oliven

500 g Tomaten

0,5 dl Olivenöl

1 Bund Petersilie

Ein Päckchen geriebener Parmesan o.Ä.



Iran  vorgestellt durch Sara Baniyasi-Heitmann

Mirza ghasemi

(Hauptgericht für 4 Personen)

Zutaten:

3 Auberginen

3 Eier(+2 zum Garnieren)

4 Knoblauchzehen

Öl, Pfeffer, Salz

Die Auberginen im Ofen bei ca. 200°C für 20 Minuten mit Schale garen.

Dann, für den Geschmack die Schale auf dem Grill anbraten (**Das breite ich zu Hause vor**).

Danach werden die Auberginen geschält und klein geschnitten. Fein geschnittener Knoblauch in einer Pfanne mit Öl anbraten. Dann geben wir Kurkuma dazu.

Dann fügen wir die klein geschnittenen Auberginen dazu und braten wir alles zusammen an.

Danach schälen wir Tomaten und würfeln Sie und geben sie auch in die Pfanne.

Alle zusammen wird leicht angebraten.

Wir geben Pfeffer und Salz hinzu. Wir schieben den Mix auf eine Seite der Pfanne und braten auf der anderen Seite Eier an.

Danach mixen wir alles zusammen. Danach garnieren wir das Essen mit zwei Spiegeleier. Dazu essen wir Brot. Weil es hier kein Iranisches Brot gibt, können wir Baguette dazu essen.

Guten Appetit



Syrien  vorgestellt durch Sherwan Mussa

Schamborak

1kg Mehl
1 Hefewürfel
200g Rinderhack
3-4 Zwiebeln (mittelgroß)
2 gr. Kartoffeln
1Bund Petersilie
Sonnenblumenoil
Salz, Pfeffer, Chili

Einen Tag vorher aus Mehl und Kartoffeln Teig vorbereitet. Rinderhack wird kräftig gewürzt und mit den kleingehackten Zwiebeln und kleingehackte Petersilie zusammen verknetet. Danach für mindestens eine halbe Stunde kühl lagern. In der Zeit wird der Teig ausgerollt und mit Hilfe eines Glases kreisförmig ausgestochen. Man nehme sich jetzt ein kreisförmiges Teigstück und füllt einen Halbkreis voll mit dem inzwischen gekühlten Rinderhack. Nun wird dieses zu einer Halbmondform zusammen vereinigt. Im heißen Sonnenblumenoil wird dieses nun von beiden Seiten goldgelb angebraten.

Guten Appetit!



Deutschland  vorgestellt durch Susan Banuscher

Kartoffelsalat mit Geflügel-Wienerwürstchen

1kg Kartoffeln
1 Glas Gewürzgurken
1Flasche Joghurt Dressing
2 rote Paprika
1 großer Apfel
Salz, Pfeffer

Beilagen

20 Putenwürstchen
Senf, Ketchup

Kartoffeln ungeschält gar kochen , dann abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit Paprika, Apfel und Gewürzgurken in kleine Würfel schneiden.

Sind die Kartoffel abgekühlt, werden diese abgepellt und in Scheiben geschnitten.

Jetzt alles in eine Schüssel geben, ausreichend würzen, Joghurt Dressing dazu geben und alles mit Gefühl vermischen.

Guten Appetit

