

MITEINANDER KOCHEN - REZEPTE AUS ALLER WELT

Die bulgarische Küche



Taskebab (Weinkebab)

ZUBEREITUNG

Öl in einem Topf erhitzen, Fleisch kurz darin anbraten (nicht bräunen) und anschließend die in kleine Würfel geschnittene, Zwiebel zugeben.

Mit Wasser und Wein ablöschen. Lorbeerblätter hinzufügen. Alles zusammen aufkochen lassen.

Mehl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver mit etwas kaltem Wasser verrühren und vorsichtig in die kochende Fleischmasse einrühren.

Ca. 1½ Stunden unter schwacher Hitze weiter kochen lassen. Ab und zu umrühren.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 600 g Schweine- oder Rindfleisch (geschnetzelt)
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 mittlere Zwiebel
- 3 Lorbeerblätter
- 100 ml trockenen Wein (weiß, rosé oder rot)
- 2 Gläser Wasser
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Paprika edelsüß
- 2 EL Mehl

Guten Appetit!

MITEINANDER KOCHEN - REZEPTE AUS ALLER WELT

Die bulgarische Küche



Reis aus dem Ofen

ZUBEREITUNG

Backofen auf 250° Ober- und Unterhitze (E-Herd) vorheizen.

Fettpfanne mit Öl ausstreichen und die fein geschnittenen Zwiebelwürfel darauf verteilen und leicht andünsten.

Reis hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fettpfanne bis zu 2/3 mit Wasser auffüllen. Alles vermengen und bei 250° Ober- und Unterhitze (E-Herd) ca. 1 ½ Stunden garen.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 200 g Reis
- 1 mittlere Zwiebel
- 1-2 EL Sonnenblumenöl
- Salz und Pfeffer
- kaltes Wasser

Guten Appetit!

MITEINANDER KOCHEN - REZEPTE AUS ALLER WELT

Die bulgarische Küche



Schopska (Salat)

ZUBEREITUNG

Lauchzwiebel in feine Ringe schneiden oder eine kleine Zwiebel feinwürfeln.

Salatgurke schälen, Tomaten und Paprika waschen, alles in kleine Würfel schneiden und zusammen vermischen.

Das Ganze salzen, mit Essig und Sonnenblumenöl beträufeln und nochmals vorsichtig vermengen

Als Abschluss den feingeriebenen Weichkäse darüber streuen.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 Lauchzwiebel / 1 kl. Zwiebel
- 1 Salatgurke
- 4-5 schnittfeste Tomaten
- 2 rote Paprika
- Sonnenblumenöl
- Salz
- Weißweinessig / Apfelessig
- 50 g Weichkäse in Salzlake
55 % i. Tr. Fett (z.B. Feta)

Guten Appetit!

MITEINANDER KOCHEN - REZEPTE AUS ALLER WELT

Die bulgarische Küche



Bulgarischer Marmorkuchen

ZUBEREITUNG

Eier mit einem Handmixer oder Küchenmaschine schaumig schlagen. Den mit Vanillin gemischten Zucker langsam einrieseln lassen. So lange schlagen, bis eine helle cremige Masse entstanden ist. Mehl und Backpulver mischen und sieben. Anschließend löffelweise unter die Eicrememasse geben. Zum Schluss das Sonnenblumenöl und das Wasser vorsichtig unterrühren.

Backofen auf ca. 180° Ober- und Unterhitze (E-Herd) vorheizen. Fettpfanne mit etwas Öl ausstreichen und mit Mehl bestäuben.

$\frac{3}{4}$ des Teiges in die Fettpfanne geben und verstreichen. Das restliche Viertel mit Kakao mischen und auf die helle Masse geben. Mit einer Gabel spiralförmig durch die Teigschichten ziehen, damit ein Marmormuster entsteht.

Bei 180 °C Ober- und Unterhitze (vorgeheizt) E-Herd oder 160 °C Umluft (nicht vorgeheizt) ca. 40 Minuten backen. Evtl. mit Backpapier abdecken.

Nach dem Backen den Kuchen in der Fettpfanne auskühlen lassen, danach auf eine Tortenplatte stürzen und mit Puderzucker bestäuben.

ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 5 Eier
- 2 B. Zucker (200 g-Becher)
- 2 B. Mehl
- 1 Pckg. Vanillezucker
- 1 Pckg. Backpulver
- $\frac{3}{4}$ B. Sonnenblumenöl
- $\frac{1}{2}$ B. kaltes Wasser
- 1 EL Kakaopulver
- Puderzucker zum Bestäuben
- etwas Öl und Mehl für die Fettpfanne

Guten Appetit!