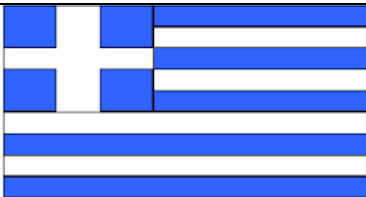




Datum: 6. September 2016 Chochender: René Zürcher	 Griechenland Ελλάδα
Metaxa-Orange mit Pita Μεταξά Πορτοκαλί με Πίτα	
Griechischer Salat Ελληνική σαλάτα	
Giouvetsi Γιουβέτσι	
Loukoumades mit griechischem Schnee Λουκουμάδες με ούζο σορμπέ	

Καλή σας όρεξη!



Chochete vom 6. September 2016 von René Zürcher

Zutaten für 4-6 Personen	Metaxa-Orange mit Fladenbrot (Pita)
Fladenbrot: • 500g Mehl • 375g Milch • 70g Olivenöl • 20g Trockenhefe • 10g Salz • 5g Zucker • Rosmarin • Meersalz Hummus: • 1 Dose Kichererbsen (ca. 400-500g) • 2 EL Sesampaste (Tahina) • 4 Knoblauchzehen durchgepresst • 2 EL Kreuzkümmelpulver • 1 Chilischote, fein gehackt • 1 EL Currypulver • Salz/Pfeffer • Paprikapulver (Garnitur) • Peterli (Garnitur) Randenmousse: • 150g gekochte Randen • 150g Mascarpone • 1 Knoblauchzehe • Meersalz • Tabasco • Muskatnuss • Nelkenpulver • Schnittlauch (Garnitur) Tsatsiki: • 1 Salatgurke • Salz • 250g Joghurt, griechisch • 100g Crème fraîche • 2 EL Olivenöl • Schwarzer Pfeffer aus der Mühle • 4 Knoblauchzehen durchgepresst • ½ Bund Minze, frisch Drink: pro Glas • 4 cl Metaxa • Eiswürfel • Orangen- oder Granatapfelsaft • 1 Orangenscheibe (Garnitur) • Trinkhalm	Fladenbrot: Hefe in der Milch auflösen. Mehl, Salz und Zucker miteinander gut durchmischen und Zugabe der Milch zu einem gut durchgekneteten Teig verarbeiten. Den Teig in eine Schüssel geben und die Oberseite mit einer Klarsichtfolie abdecken (direkt auf dem Teig). Teig an einem warmen Ort auf die doppelte Grösse gehen lassen. Danach Teig ganz kurz durchkneten und halbieren. Aus jedem Teigling ein Fladenbrot formen, mit Wasser bepinseln und erneut an einem warmen Ort für 30min. gehen lassen. In der Zwischenzeit die Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken und den Ofen auf 230°C (bei Heissluft 200°C) vorheizen. Die rohen Fladenbrote auf ein mit etwas Mehl bestreutes Backpapier auf ein Backblech geben und mit Olivenöl leicht einpinseln. Mit einem sehr scharfen Messer ein beliebiges Muster in die Oberfläche ritzen und danach mit dem fein geschnittenen Rosmarin und dem Meersalz gut bestreuen. In den vorgeheizten Backofen geben und wenn möglich, dampfunterstützt ca. 15-20min backen. Eventuell das Brot umkehren und von der anderen Seite fertig backen. Hummus: Zunächst die Kichererbsen abseihen und die Flüssigkeit auffangen. Die Kichererbsen mit der Tahina, dem Knoblauch, etwas Zitronensaft (nicht alles auf einmal, besser nachwürzen), der Chilischote, dem Curry, etwas Salz und 2 EL Kreuzkümmelpulver in einen Massbecher geben und mit einem Pürierstab zu einer feinen Masse verarbeiten. Dazwischen etwas von der aufgefundenen Kichererbsenflüssigkeit und 3-4 EL Öl dazugeben und nochmals mixen. Mit weissem Pfeffer, Salz, Cumin und Zitronensaft abschmecken. Mit Klarsichtfolie abdecken und mind. 2 Std. ruhen lassen. Paprikapulver mit etwas Öl vermischen und auf das fertig angerichtete Hummus träufeln und mit Peterli garnieren. Randenmousse: Die gekochten Randen schälen und in kleine Würfel schneiden. (Kann so aber schon fixfertig gekauft werden, dann aber vorher die Randenstücke etwas ausdrücken, damit sie nicht zu feucht sind). Die Randenstücke mit dem Mascarpone und dem Knoblauch zu einem feinen Mousse pürieren und mit den Gewürzen abschmecken. Mit Schnittlauch garnieren. Tsatsiki: Die Salatgurke schälen, der Länge nach halbieren, entkernen und mit einer Röstiraffel reiben. In ein Sieb geben, mit Salz bestreuen und etwa 30min. ziehen lassen. Kurz abspülen und auf einem Küchentuch trocknen. Joghurt und Crème fraîche mit Olivenöl, Salz und Pfeffer glattrühren, Knoblauch dazupressen, Minze fein hacken und mit den Gurken dazufügen. Im Kühlschrank mind. 1 Stunde ziehen lassen. Metaxa-Drink: 4 cl. Metaxa in ein Longdrinkglas o.ä. geben 2-3 Eiswürfel dazugeben und mit Orangen- oder Granatapfelsaft auffüllen. Mit einer Orangenscheibe garnieren und Trinkhalm dazu.
Zutaten für 4 Personen	Griechischer Salat
• 2 kleine Zitronen • 7 EL Olivenöl • 1 EL flüssiger Honig • 3 Zweige Origano • Salz, Pfeffer • ½ Salatgurke • ½ Peperoni, grün, gelb • 200g Tomaten, fleischig ev. grün • etwas schwarze Oliven • 1 rote Zwiebel • 200g Feta	Für das Dressing Zitronen auspressen. Öl, Zitronensaft und Honig verquirlen. Oreganoblättchen von den Stielen streifen und hacken, zum Dressing geben und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Gurke, Peperoni und Tomaten in Scheiben oder Würfelchen schneiden. Zwiebel in feine Scheiben schneiden, Oliven halbieren und Stein entfernen. Feta in Würfelchen schneiden. Schlussendlich alle Zutaten schön auf Salattellerchen anrichten und mit Dressing überträufeln.

Zutaten für 4 Personen	Giouvetsi
• 300gr Fleisch (Rinds, Schweins, Lamm) je nach Gusto à la Voressen • Olivenöl zum Braten • 1 Knoblauchzehe • 1 rote Peperoni • 1 Rüebli • 1-2 Frühlingszwiebeln • 1 EL Tomatenmark • 1-2 dl Rotwein • 200gr geschälte Tomaten (aus Dose) • 1-2 Lorbeerblatt • je ½ TL Nelkenpulver und Zimt • etwas Oregano • Paprika edelsüss nach Gusto • Salz und Pfeffer • ca. 150gr Kritharaki (Barilla Risoni) • 2-4 Minzeblätter (nach Gusto) • geriebener Hartkäse wie Kefalotiri, Kefalograviera oder Parmesan	Die Zwiebel(n) und den Knoblauch fein würfeln sowie die Peperoni (ev geschält) und das (die) Rüebli In nicht zu kleine Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Das Fleisch in grobe Stücke teilen. In einem Topf das Olivenöl erhitzen und das Fleisch rundum anbraten. Wenn es eine schöne Farbe bekommen hat, das vorbereitete Gemüse bis auf die Frühlingszwiebeln und dem Knoblauch hinzufügen und ebenfalls kurz anbraten. Nach ein paar Minuten Knoblauch und Frühlingszwiebeln hinzufügen und kurz mitdünsten. Anschliessend das Tomatenmark hinzufügen und ebenfalls anbraten, damit es eine schöne Sauce gibt. Mit Rotwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Danach die in grobe Stücke geschnittenen Tomaten mit ca. 2-3 dl Wasser dazugeben, alle restlichen Gewürze hinzufügen (ohne Minze) und zugedeckt und mittlerer bis kleiner Hitze ca. 45-50 Minuten schmoren lassen. Ab und zu prüfen, ob etwas Wasser ergänzt werden muss. 10 Minuten vor Ablauf der Garzeit schon mal den Backofen (Heissluft) auf 170°C vorheizen. Das Fleisch sollte jetzt schon ziemlich weich sein. Jetzt kommt der Trick mit dem Kritharaki (oder eben den Barilla Risoni): Normalerweise würde man es jetzt einfach mit dem Fleisch in den Ofen geben. Damit es aber nicht unschön verklumpt, brate ich sie in einem separaten Topf in wenig Olivenöl an – ein paar Minuten reichen. Nun die vorher angebratenen Teigwaren gleichmässig über das Schmorfleisch verteilen. Kurz etwas verrühren und ev. noch abschmecken, ggf. nachsalzen für die Teigwaren. Über dem Ganzen muss noch mindestens 1cm Flüssigkeit im Bräter sein, ansonsten etwas Wasser nachgiessen. Zugedeckt im Ofen ca. 8Min. weitergaren und zwischendurch die Konsistenz der Nudeln prüfen und auch ob noch Wasser ergänzt werden muss. Nun das Ganze in die bereitgestellten Ofenformen umfüllen. Danach – je nach Gusto – etwas frische Minze darunter mischen und mit Käse bestreuen. Kurz ohne Deckel im Ofen überbacken – ggf. die Temperatur etwas zurückschalten. Perfekt ist es, wenn die Flüssigkeit fast aufgesogen ist und das Giouvetsi somit nicht zu trocken ist. Das Fleisch sollte jetzt zart und sich mit der Gabel leicht zerteilen lassen.

Zutaten für 8 Personen	Loukoumades mit griechischem Schnee
Griechischer Schnee: • 1 Tasse Zucker • 3 Tassen Wasser • 7 EL Ouzo (12jährig) • Schlagrahm (Dose) • MONIN Curacao-bleu Loukoumades: • ½ Hefewürfel • 250g Mehl • 1 Prise Salz • 2 x1/8 L Wasser lauwarm • Olivenöl (am besten griechisch) zum Frittieren • Zucker • Zimt • flüssiger Honig Deko: • Früchte nach Wahl • Blaubeere und Pfefferminzblatt	Griechischer Schnee: Wasser und Zucker in einer kleinen Pfanne zum Kochen bringen, bis sicher der Zucker aufgelöst hat. Auf Raumtemperatur abkühlen lassen. Den Ouzo dazurühren und mit einer Eismaschine zu Eisschnee verarbeiten (ca. 60min) Ohne Eismaschine: Die Ouzo Mischung auf ein umrandetes Backblech o.ä. leeren, in den Gefrierschrank geben und nach ca. 1 Stunde die Mischung mit einer Gabel auflockern, bis alles gefroren ist. In passende Gläser abfüllen. , mit etwas blue curacao und Schlagrahm ergänzen und mit Blaubeere und Pfefferminzblatt dekorieren. Loukoumades: Das Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hineinbröckeln. 1/8L warmes Wasser in die Mulde geben und mit dem Mehl zu einem Vorteig verrühren. Die Schüssel mit einem feuchten Küchentuch warm stellen und mindestens ½ Std. aufgehen lassen. Das Salz auf den vorbereiteten Teig geben und die restlichen 1/8L Wasser dazu giessen und alles zu einem geschmeidigen Teig verrühren. Diesen nochmals mit einem feuchtwarmen Küchentuch abdecken, bis sich die Menge verdoppelt hat. Das Olivenöl in einer passenden Pfanne erhitzen. Ein Teller mit doppelter Lage Küchenpapier, einem Schaumlöffel, den Topf mit dem Honig-Sirup und ein Teller für das fertige Gebäck bereitstellen. Normalerweise hat das Ganze jetzt unsere Wirtin auf Rhodos von Hand zubereitet: Die Hände und einen Teelöffel mit etwas Öl einfetten, in die linke Hand etwas Teig nehmen und zwischen Daumen und Zeigefinger herausdrücken. Das Bällchen mit dem Teelöffel abnehmen und schnell mit dem Daumen vom Löffel abstreifen und in das heisse Öl fallen lassen. Hierzu habe ich einen speziellen Dispenser, der dies enorm vereinfacht. Die so portionierten Bällchen kurz backen, bis sie leicht gebräunt sind. Die Bällchen mit dem Schaumlöffel aus dem Öl heben, auf dem Küchenpapier kurz abtropfen lassen und danach im Zucker/Zimt Gemisch kurz wenden. In separate Schälchen geben und mit etwas Honig beträufeln Danach mit den Früchten, dem Sorbet dekorativ auf passendem Teller anrichten und sofort servieren.