



Kochclub Kaiseraugst

gegründet 9. März 1979



Herzlich willkommen!

August-Menu

Meze

Olivenstangen
Halloumi auf Baguette

Auberginen-Dip
Feta-Dip
Libanesisches Brot

Falafel
Hummus
Taboulé
Süss-saure Pfirsiche
Poulet-Kebab
Fleischküchlein
Spinatküchlein

Gulab Jamun
Baklava
Pithiviers



13. August 2010 / Fritz Kammermann

Olivenstangen

1	EL	Kapern
		Olivenpaste
		Peterli
1		Blätterteig ausgewallt

Kapern fein hacken und mit 2 EL Olivenpaste, etwas frischer gehackter Petersilie und einigen Tropfen Oel zu einer glatten Paste vermischen. Blätterteig damit bestreichen und in 1 – 2 cm breite Streifen schneiden. Jede Stange ungefähr viermal drehen und auf mit Backpapier ausgelegtem Blech bei 200° ca. 5 – 10 Minuten backen.

Halloumi

1		Baguette
250	Gramm	Halloumi
		Knoblauch
		Pfefferminze
		Pfeffer

Baguette in Scheiben schneiden, beidseitig leicht mit Olivenöl einstreichen und goldbraun rösten. Halloumi in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Etwas Oel und zerdrückten Knoblauch mischen. Den Käse damit einstreichen. Eine Minute grillen bis er weich und goldbraun ist. Mit einem Pfannenheber auf dem Brot verteilen. Mit Olivenöl beträufeln und mit gehackter Minze und zerstoßenem Pfeffer bestreuen.



Auberginen-Dip

2		Mittelgrosse Auberginen
3		Knoblauchzehen
2	EL	Zitronensaft
2	EL	Tahin
1	EL	Olivenöl
		Paprika

Auberginen längs halbieren, mit Salz bestreuen und 20 Minuten ruhen lassen. Abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen. Den Backofen auf 180° vorheizen. Die Auberginen auf ein Backblech legen und 35 Minuten backen, bis sie weich sind. Die Haut abziehen und wegwerfen. Das Auberginenfleisch, Knoblauch, Zitronensaft, Tahin und Olivenöl in eine Küchenmaschine geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Pürieren. Mit Paprika bestäuben.

Feta-Dip

4	EL	Olivenöl
75	Gramm	Griechisches Joghurt
170	Gramm	Feta
75	Gramm	Grüne Oliven
1/2	Bund	Glatte Petersilie
		Paprika, Pfeffer

Die Hälfte des Oels mit dem Joghurt zum Feta geben. Mit einer Gabel zerdrücken bis eine dickflüssige Masse entsteht. Oliven in kleine Stücke schneiden und unter die Fetamasse mischen. Die Hälfte der Masse mit Paprika und Pfeffer abschmecken. Petersilie fein hacken und zur restlichen Masse geben. Mit Pfeffer abschmecken. Ca. 30 Minuten kühl stellen. Vor dem Servieren mit dem restlichen Oel beträufeln.

Libanesisches Brot

8 Fladenbrote

7	Gramm	Trockenhefe
2	TL	Zucker
2 1/2	DL	Wasser
1/2	TL	Salz
500	Gramm	Mehl
2	EL	Olivenöl

Hefe und Zucker im Wasser einrühren. Salz und Mehl mischen und mit dem Hefewasser und Olivenöl zu einem Teig verarbeiten. Zugedeckt eine Stunde aufgehen lassen. Den Ofen auf 240° aufheizen. Den Teig leicht zusammendrücken und in 8 Stücke teilen. Fladen von ca. 20 cm Durchmesser auswallen. Zugedeckt 10 Minuten ruhen lassen. Portionenweise ca. 5 Minuten backen.

Falafel

Kichererbsenkugeln / ca. 12 Stück

100	Gramm	Kichererbsen
50	Gramm	Weisse Bohnen
1/2	Bund	Peterli
1/2	Bund	Koriander
1		Zwiebel
1		Knoblauchzehe
1	TL	Backpulver
1	TL	Paprika
1/2	TL	Pfeffer
		Salz
		Oel zum Frittieren

Am Vortag: Kichererbsen und Bohnen einweichen.

Am Zubereitungstag: Hülsenfrüchte absieben und trocken tupfen. Portionenweise im Mixer zu einer krümeligen Masse pürieren. Kräuter, Zwiebel und Knoblauch fein schneiden. Backpulver und Gewürze zugeben und gut mischen. Zwölf Kugeln formen und leicht flach drücken.

Im 180° heissen Oel portionenweise ca. 5 Minuten frittieren.

Zubereitungszeit: 45 Minuten.

Hummus

Kichererbsenpüree

1	Dose	Kichererbsen
1/2	Bund	Glatte Petersilie
1/2	dl	Wasser
3	EL	Olivenöl
2	EL	Zitronensaft
		Salz
1	TL	Korianderpulver
		Pfeffer
		Paprika

Kichererbsen gut abspülen. Die Petersilie fein schneiden. Zusammen mit Wasser und restlichen Zutaten im Mixer pürieren. In eine Schale geben. Wenig Olivenöl und Paprika darübergerben.

Taboulé

100	Gramm	Bulgur
12		Sherrytomaten
1		Frühlingszwiebel
½	Bund	Glatte Petersilie
10		Pfefferminzblätter
2 – 3	EL	Zitronensaft
3	EL	Olivenöl
		Salz, Pfeffer

Bulgur ca. 40 Minuten in Wasser einweichen. Inzwischen Tomaten klein würfeln und Zwiebel in feine Scheiben schneiden. Petersilie und Pfefferminze fein schneiden. Bulgur gut abtropfen lassen. Alles zusammen mit Zitronensaft und Oel mischen. Salzen und pfeffern.

Süss-saure Pfirsiche

2 – 3		Feste Pfirsiche
2	DL	Apfelessig
1	DL	Wasser
150	Gramm	Honig
75	Gramm	Zucker
6		Pfefferkörner
2		Zimtstangen
2		Gewürznelken
		Safran

Pfirsiche achteln. Alle Zutaten für den Sud aufkochen. Hitze abstellen. Die Pfirsiche darin ziehen lassen, nicht kochen. Sie sollen noch Biss haben. Die Pfirsiche herausnehmen. Den Sud sirupartig einkochen und über die Pfirsiche giessen.



Poulet-Kebab

Ergibt 15 Stück.

400	Gramm	Pouletbrustschnitzel (durch den Wolf)
1	Bund	Glatte Petersilie
2	Zweige	Pfefferminze
2	TL	Kreuzkümmel gemahlen
1	TL	Korianderpulver
1	TL	Kurkuma
		Pfeffer
15		Spiesschen 20 cm

Das Pouletfleisch sehr fein schneiden oder durch den Wolf drehen. Petersilie und Pfefferminze fein hacken und samt den Gewürzen dazu geben. Zu einer geschmeidigen Masse kneten. Daraus 15 Kugeln formen. Diese ca. 7 cm lang ausrollen und auf Spiesschen stecken. Auf dem Grill oder in der beschichteten Bratpfanne ringsum ca. 15 Minuten braten.

Fleischküchlein

Ergibt 12 Stück

1		Kleine Zwiebel
1	TL	Fenchelsamen
2	EL	Pinienkerne
½	TL	Zimt
½	TL	Koriander
½	TL	Sumak - ersatzweise Zitrone und Paprika
1	EL	Olivenöl
200	Gramm	Kalbshackfleisch
1		Kuchenteig 320 Gramm, rechteckig ausgewallt

Die Zwiebel fein schneiden. Fenchelsamen, Pinienkerne und Gewürze in einer Pfanne kurz rösten. Öl und Zwiebeln dazugeben und kurz dünsten. Erkalten lassen und mit dem Fleisch mischen. Backofen auf 200° vorheizen. Aus dem Teig 12 Rondellen von 8 cm Durchmesser stechen (ersatzweise 12 Quadrate). Das Fleisch für 12 Kugeln formen und auf die Teigstücke legen. Den Teigrand hochziehen und gut zusammendrücken. In der Ofenmitte ca. 25 Minuten goldbraun backen.

Spinatküchlein

Ergibt 14 Stück

1		Kleine Zwiebel
1	EL	Olivenöl
150	Gramm	Spinat
1	DL	Wasser
2	EL	Sultaninen
		Salz, Pfeffer
30	Gramm	Feta-Käse
1		Kuchenteig 320 Gramm, rechteckig ausgewallt
1		Ei

Die Zwiebel fein schneiden und im Olivenöl kurz andünsten. Spinat und Wasser dazugeben und mitdünsten, bis er zusammenfällt. Sultaninen begeben und mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Salatsieb auskühlen lassen. Den Backofen auf 200° vorheizen. Feta in 14 Stücke schneiden. Aus dem Teig 28 Rondellen / Quadrate von 6 cm Durchmesser stechen. Spinat und Käse in die Mitte von 14 Teigstücken verteilen. Teigrand mit wenig Wasser bestreichen. Die restlichen Teigstücke darauf legen und die Ränder gut andrücken. Das Ei verklopfen, die Küchlein damit bestreichen und in der Ofenmitte ca. 25 Minuten goldbraun backen.



Gulab Jamun

Frittierte Milchkugeln in Zuckersirup

100	Gramm	Milchpulver
50	Gramm	Gemahlene geschälte Mandeln
150	Gramm	Mehl
1	TL	Backpulver
½	TL	Kardamom
30	Gramm	Butter
60	Gramm	Joghurt
		Oel zum Frittieren
250	Gramm	Zucker
		Rosenwasser

Die trockenen Zutaten in eine grosse Schüssel sieben. Butter zugeben. Mit den Fingern zu einer krümeligen Masse verreiben. In die Mitte eine Mulde drücken. Joghurt und 2-3 EL Wasser zugeben. Mit der Küchenmaschine zu einem weichen Teig verarbeiten. Zu kleinen Kugeln formen, mit einem feuchten Tuch abdecken und beiseite stellen. In einem Topf das Öl auf 180° erhitzen. Die Milchkugeln portionenweise dunkelbraun frittieren. Das Öl darf nicht zu heiss werden, sonst sind sie in der Mitte nicht durchgebacken. Die Milchkugeln sollten etwas aufgehen. In einem Sieb über einer Schüssel abtropfen lassen.

Zucker und 375 ml Wasser unter Rühren erhitzen, bis sich der Zucker gelöst hat. Aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und 5 Minuten köcheln. Rosenwasser einrühren. Die warmen Milchkugeln in eine tiefe Schüssel legen, mit dem Sirup begiessen. Ziehen und abkühlen lassen. Abgiessen, in einer Schüssel stapeln und zimmerwarm servieren.

Baklava

100	Gramm	Walnüsse fein gehackt
1	EL	Feiner brauner Zucker
1	TL	Zimt
20	Gramm	Butter
1		Filo-Teig
50	Gramm	Butter
250	Gramm	Zucker
2	EL	Honig
2	TL	Orangenblütenwasser

Den Backofen auf 210° vorheizen. Für die Füllung Walnüsse, Zucker, Zimt und Butter in einer kleinen Schüssel gut verrühren. Ein Blatt Filoteig auf die Arbeitsfläche legen. Die restlichen Blätter abdecken, damit sie nicht austrocknen. Den Teig mit zerlassener Butter einpinseln. In der Mitte falten und in 3 Streifen schneiden. Auf jeden der Streifen am vorderen Rand 1 gehäuften Teelöffel Füllung setzen. Aufrollen, dabei die

Ränder mit einrollen. Auf das Backblech legen und mit zerlassener Butter einstreichen. Mit den restlichen Teigblättern ebenso verfahren. 15 Minuten goldbraun backen.

Für den Sirup Zucker, Honig und 125 ml Wasser in einen kleinen Topf geben. Auf niedriger Stufe – ohne aufzukochen- unter Rühren erhitzen, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat. Aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und 5 Minuten köcheln. Vom Herd nehmen und das Orangenblütenwasser zugeben.

Die Baklava auf ein Kuchengitter legen. Den Sirup mit einem Löffel darüber verteilen, solange Gebäck und Sirup noch warm sind.

Pithiviers

50	Gramm	Butter
40	Gramm	Puderzucker
1		Eigelb
70	Gramm	Mandeln gemahlen
1	TL	Orangenschale
		Mandelaroma
2		Blätterteige
1		Ei, leicht geschlagen

Für die Füllung Butter und Puderzucker cremig schlagen, dann das Eigelb einarbeiten. Mandeln, Orangenschale und Mandelaroma unterrühren. Den Backofen auf 210° vorheizen. Aus den Blätterteigen Kreise / Quadrate von 5 cm Durchmesser ausstechen. Auf die Hälfte der Kreise je 1 ½ Teelöffel Mandelfüllung geben. Einen Rand von 5 mm frei lassen und diesen mit Ei einstreichen. Die andere Hälfte des Teiges darauf setzen, die Ränder fest zusammendrücken. Auf das Backblech legen und 30 Minuten kalt stellen. Mit einem stumpfen Messer die Ränder rundherum festdrücken. Die Oberfläche vorsichtig in gleich grosse Stücke einritzen, dann mit dem geschlagenen Ei bestreichen. 10 Minuten goldgelb backen.

