

Kochabend vom 19. Mai 2017, Kurt Kaenel

Griechenland



Vorspeise

Tzaziki mit Galamares

Hauptgericht

Bifteki mit Lachanodolmades

Dessert

Bougutsa

Weine

Griechenland, KTHMA BOTIATZH 2015, weiss

Griechenland, KTHMA EIIYPOIIIOYAOY 2008, rot

Tzatziki mit Galamares

Zutaten für 8 Personen: Tzaziki

5 Stück	Gurken
100 Gramm	Olivenöl
3 TL	Essig
5 Stk.	Gepressete Knoblauchzehen
1 Prise	Salz
etwas	Pfeffer
600 Gramm	Griechischer Joghurt (10% Fett)

Zutaten für 8 Personen: Galamares

7 Deziliter	Planzenöl
1 TL	Getrockneter Oregano
30 Gramm	Mehl
1 TL	Salz
1/2 TL	Schwarzer Pfeffer
12 Stk.	Galamares, gewaschen und in Ringe geschnitten
2 Stk.	Zitronen je in 5 Schnitze schneiden

Tzatziki

1. Gurken längs schälen so dass an vier Stellen die Schale bestehen bleibt. Die Gurken raspeln und in ein Sieb geben. Das Sieb in eine Schüssel geben so dass die Flüssigkeit aus den Gurken abtropfen kann. Die Gurken salzen und in etwa nach 10 Minuten von Hand auspressen damit die Flüssigkeit abtropfen kann.
2. In eine Schüssel den Essig, das Olivenöl, die gepressten Knoblauchzehen und etwas Pfeffer verrühren.
3. Den Yoghurt ganz sachte und langsam unterziehen bis sich alles gut vermischt hat. Diese Prozedur kann gut 2 Minuten dauern.
4. Gurken dazu geben und sachte unterziehen.
5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschliessend für ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Galamares

6. Öl in einer schweren Pfanne auf 180 Grad erhitzen
7. Mehl Salz, Oregano, und Pfeffer in einer Schüssel vermischen und die Ringe darin wenden.
8. Galamares im heissen Öl ca. 2 bis 3 Minuten frittieren bis sie leicht gebräunt sind. Aufpassen dass die Galamares nicht zu lange gebraten werden sonst gibts «Schuhsole».
9. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
10. Tzatziki und Galamares separat auf kleine Teller anrichten. Bei den Galamares noch einen Zitronenschnitz beifügen.

Bifteki

Zutaten für 8 Personen

1 Kilogramm	Rindehackfleisch
4 Esslöffel	Paniermehl
1 Bund	Petersilie, fein hacken
600 Gramm	Schafskäse
2 Teelöffel	Salz
2 Teelöffel	Pfeffer
1 Teelöffel	Oregano
2 Teelöffel	Kreuzkümmel
2 Stk.	Zwiebeln
2 Stk.	Eier
	Öl zum braten

Zubereitung:

1. Zwiebeln kleine Würfel schneiden und in der Bratpfanne kurz anschwitzen
2. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Eier, Paniermehl, Petersilie, Oregano, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Zwiebeln dazugeben. Das Ganze gut vermischen.
3. Die Masse in 4 gleiche Teile aufteilen. Die Teile auf einen Gefrierbeutel legen und anschliessend einen weitere Gefriebeutel drauflegen. Mit einem Brett die Masse runterdrücken. Oberen Beutel entfernen und das Ganze zu einem Rechteck «zurechtformen». Einen Streifen Schafskäse in die Mitte der Masse legen. Anschliessend den Schafskäse zudecken (unteren Gefrierbeutel überlappen) und das Ganze wieder in eine rechteckige Form bringen.
4. Die Bifteki nun in der Bratpfanne auf beiden Seiten 4 bis 5 Minuten anbraten (Achtung auf das Timing der Beilage).

Lachanodolmades (griechische Weisskohlruladen mit Zitronen-Sauce)

Zutaten für 4 Personen

1 grosser	Weisskohl
300 Gramm	Reis
3 Stangen	Frühlingszwiebeln (klein geschnitten)
1 Bund	Petersilie (klein geschnitten)
1/4 Bund	Dill (klein geschnitten)
1 Würfel	Gemüsebouillon
1 Liter	Wasser
1 Teelöffel	Salz
2 Teelöffel	Pfeffer
1 Stk.	Zwiebel (klein geschnitten)
	Öl

Zitronen-Sauce

2 Esslöffel	Margarine
2 Esslöffel	Mehl
1 Stk.	Zitronen (den Saft)
6 Deziliter	Kohlrestwasser oder Gemüsebouillon
	Pfeffer
	Muskat zum Abschmecken

Zubereitung:

Kohlruladen

1. Den Storzen sorgfältig aus dem Kohl schneiden, Wasser in einen Topf geben, den Kohl stehend in das Wasser setzen. Etwas Salz dazu geben und das Ganze leicht ankochen (so dass die Blätter des Kohls weich werden zur besseren Verarbeitung). Kohl auch in der Pfanne drehen damit eine gleichmässige Erwärmung erfolgt. Die einzelnen Blätter nun lösen und beiseite legen. Das Wasser zu weiteren Verwendung beiseite stellen.
2. In einer Bratpfanne die Zwiebeln und die Frühlingszwiebel leicht anbraten. Danach das Reis zugeben (ständig umrühren damit das Reis nicht anbrennt). Falls nötig etwas Öl dazugeben. Die Kräuter dazugeben (Dill, Petersilie), den Bouillonwürfel und noch etwas Pfeffer zugeben. Zum Ablöschen einen Teil des beiseite gestellten Kohlwassers zugeben. Pfanne vom Herd nehmen.
3. Auf die Kohlblätter wird nun ähnlich wie bei Frühlingsrollen etwas Füllung gegeben und dann gerollt. Grössere Blätter können halbiert werden, jedoch immer den Strunk rausschneiden damit das Rollen einfacher wird.
4. Die fertigen Ruladen in einen Topf geben, einen Teller verkehrt darauf legen. Vom restlich Kohlwasser soviel dazugeben bis die Ruladen leicht mit Wasser bedeckt sind. Jetzt geben wir noch reichlich Olivenöl dazu (3 bis 4 Esslöffel), dazu noch 1en Teelöffel Salz.
5. Pfanne mit Deckel zudecken und ca. 30 Minuten leicht kochen. Danach den Herd abstellen und die Pfanne stehen lassen.

Sauce

6. Margarine in eine Pfanne geben und erwärmen, das Mehl dazugeben. Das Mehl nur leicht abraten und nicht braun werden lassen. Die Flüssigkeit (Kohlwasser oder Gemüsebouillon) und Zitronensaft zugeben. Solange kochen bis die Sauce gebunden ist. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken.

Bougatsa

Zutaten für 8 Personen

2 Rollen	Blätterteig
4 Stk.	Eier
4 Esslöffel	Zucker
2 Briefchen	Vanillezucker
1 Prise	Salz
5 Deziliter	Milch
2 Esslöffel	Mehl
4 Esslöffel	Gries
2 Esslöffel	Vanillepudding
1 Stk.	Zitrone (Saft wie auch die geriebene Schale)
100 Gramm	Butter

Zubereitung:

1. In einer Schüssel die Eier, Zucker, Vanillezucker, und die Prise Salz verrühren..
2. In einen Kochtopf geben wir die Milch, das Mehl, den Grieß und den Vanillepudding. Das Ganze unter ständigem rühren zum kochen bringen bis die Masse schön cremig wird.
3. Den Kochtopf von Herd nehmen und die Ei-Zucker Mischung unterrühren.
4. Die Butter und die Zitronenschale und den Zitronensaft hinzugeben und weiter rühren bis alles eine geschmeidige Masse wird.
5. Die Form mit Butter einfetten und die eine Blätterteigrolle drauf legen und mit einer Gabel einstechen.
6. Dann geben wir die die Griespuddingmischung hinzu und bedecken diese mit der anderen Blätterteigrolle und stechen noch mal mit der Gabel ein damit nichts hoch geht während des Backens.
7. Die Bougatsa kommt für ca. 35 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze bis sie eine schöne gold-braune Farbe bekommt.
8. Die Bougatsa für ca 10 -15 Minuten auskühlen lassen und dann mit Puderzucker und Zimt bestreuen.

Kann auch mit Vanille-Glace und Schlagrahm serviert werden.