

# 25

## Wintertraum

aus Palästina

Palästina wird auch "Heiliges Land" genannt und liegt an der südöstlichen Küste des Mittelmeeres. In Palästina ist auf geografisch kleiner Fläche eine große Vielfalt an Landschaftsbildern zu finden: Berge und Ebenen, fruchtbare Täler und Wüsten. Die Küstenebene verläuft parallel zum Mittelmeer und erstreckt sich von der Grenze zum Libanon bis zur ägyptischen Grenze. Diese unterschiedliche Landschaftsgebiete haben sehr großen und vielfältigen Pflanzenanbau ermöglicht.

### Zutaten:

- 1 Bund Mangold
- 250 g Pardina Linsen
- 1 kg Zwiebeln
- eine große Zucchini
- 1/2 Bund frischer Koriander
- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Tamrhinpaste
- 1 EL Tomatenmark
- 2 EL Chili Soße
- 2 l Wasser
- Salz und Pfeffer
- für den Teig: 200 g Mehl , Salz und Wasser
- Frittiertes, dünnes, arabisches Brot als Croutons

### Zubereitung:

Linsen in reichlich Wasser eine halbe Stunde kochen. Während dessen die Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Öl erhitzen und die Zwiebeln goldgelb anbraten. Die Hälfte der Zwiebeln, die geschnittenen Mangoldblätter und die Zucchini auf schwacher Hitze gut vermischen. Als nächstes die Linsen dazu geben und gut unterrühren. Das Wasser dazu geben und 10 Minuten kochen lassen .Danach Tamrhinpaste, Tomatenmark und Chili Soße dazugeben.

Den Teig herstellen und ausrollen. Diesen dann in kleine Rechtecke schneiden und während des Rührens nach und nach in die Suppe geben. Salz und ein wenig Pfeffer dazu geben und wieder 10 Minuten auf schwacher Hitze köcheln lassen. Koriander fein schneiden und mit Olivenöl anbraten und ganz am Ende dazu geben.

Mona und Sabreen Younis / Marburg