

14) Kubbe El Hammedd

Palästina

Der Zauber des Orients spiegelt sich nicht nur in Land, Leuten und der Kultur wieder, sondern wird insbesondere von einer abwechslungsreichen Küche bestimmt. Durch die Vielfalt der aromatischen Gewürze und Zutaten werden reizvolle Gerichte kreiert die Gaumen und Magen schmeicheln.

Granatäpfel, Kichererbsen, Couscous, Auberginen, Mangold, Lamm, Datteln, Nelken, Zatar, Mandeln oder Bulgur und viele der typischen Zutaten der orientalischen Küche haben in der europäischen Küche Einzug gehalten und mit ihnen auch eine Vielfalt an Gewürzen.

Wir sind eine Mädchengruppe, die aus vielen Mädchen mit unterschiedlichen Herkunftsländern besteht.

Es verbindet und stärkt uns in der Vielfalt und darin, füreinander da zu sein. Wir unternehmen sehr viele Aktivitäten zusammen, die uns sehr viel Spaß bereiten .

Wir basteln, tanzen, kochen, spielen und machen gemeinsame Ausflüge.

Diese Suppe wurde bei unserer Kochaktion gekocht, daher haben wir uns entschieden, diese Suppe für das Suppenfest zu kochen. Außerdem

schmeckt die Suppe sehr lecker und entführt in eine Reise durch 1001 Nacht - die Suppe ist ein Hauch Orient!

Zutaten:

- | | |
|--|--------------------------|
| • 3 Stück Schalgam in Würfel geschnitten | <u>Gewürze:</u> |
| • 250 g Mangold | - Pfeffer |
| • 250 g Spinat | - Curry |
| • 1 Zwiebel fein geschnitten | - Kreuzkümmel |
| • 100g gekochte Kichererbsen | - Salz |
| • 1 kleiner Löffel Tomatenmark | <u>für die Bällchen:</u> |
| • 50g Milchreis | - 100 g Bulgur |
| • 1 Liter Wasser | - 50 g Gries |
| • 1 Zehe Knoblauch | - Salz |
| • 3 EL Olivenöl | - 1 Zwiebel |
| • 2 EL Tamrhindi Sirup | - 1/4 TL Paprikapulver |
| • Saft einer Zitrone | - Prise Curry |

Zubereitung:

Bulgur waschen und 10 min. einweichen lassen, danach mit der Zwiebel, Salz, Curry, Paprika und Gries im Mixer gut mischen und daraus kleine Bällchen machen.

Olivenöl in einen Topf geben und Zwiebeln und Knoblauch anbraten, danach Curry, Pfeffer und Kreuzkümmel dazu geben.

Schalgam, Spinat und Mangold dazu geben und alles gut vermischen.

Tomatenmark und Tamrhindi Sirup dazu geben und gut rühren.

1 Liter Wasser dazu geben, danach Reis, Kichererbsen und Zitronensaft hinzufügen.

Alles 5 min. zusammen kochen, danach die Bällchen dazu geben, nochmal 10 min. kochen. Die Suppe ist fertig und wird mit Granatapfelkernen serviert, guten Appetit!

Mädchentreff des Islamischen Kulturvereins HADARA / Marburg