

Inhaltsverzeichnis

Faszination Orient	9
Die Küche des Orients	11
Suppen	13
Orientalische Linsensuppe	14
Spinat-Kichererbsen Suppe	16
Harira Suppe	18
Gazpacho mit Melone	21
Saucen	23
Tahina Sauce	24
Tomatensauce (Grundrezept)	26
Mezze & Salate	29
Fatoush – orientalischer Brotsalat	30
Labneh – Joghurt Dip mit orientalischem Pfiß	32
Eingelegte Auberginen mit Chili und Knoblauch	34
Hommos Grundrezept	37
Randen-Hommos	40
Trüffel-Hommos	42

Avocado-Hommos	44
Oliven-Hommos	46
Eierschwämmli (Pfifferlinge) Hommos	48
Baba Ganoush – der Auberginen-Dip mit dem rauchigen Aroma	50
Tabouleh – Petersiliensalat aus dem Libanon	52
Kisir – türkischer Bulgursalat	54
Batata Harra – scharfe Kartoffel-Mezze	57
Muhamarra – syrische Peperoni, Walnuss Mezze	60
Auberginen mit Joghurtsauce	62
Wassermelone mit Frischkäse und Kräutern – der ägyptische Sommerklassiker	64
Foul Mudammas – ein weiterer ägyptischer Klassiker	67
Bissara – Mezze aus getrockneten Favabohnen	69
Fatayer – orientalische Teigtaschen mit Spinatfüllung	71
Randen-Carpaccio mit Orangen	74
Brik – orientalische Frühlingsrollen aus Tunesien	76
Salata Baladi – ägyptischer Gemüsesalat	79
Hauptgerichte	81
Kushari – ein ägyptisches Nationalgericht	82
Hawashi vegetarisch	86
Falafel – einer der wohl bekanntesten Klassiker aus Ägypten	88
Gemüse-Tajine	91

Veganes Gemüse Couscous mit Kichererbsen	93
Feta-Tajine mit Kirschtomaten	95
Moussaka – als orientalische Version	97
Fatet Hommos – gekochte Kichererbsen an erfrischender Joghurtsauce	99
Shakshuka	101
Kabsa – orientalischer Reiseintopf mit Rosinen und Nüssen	103
Desserts	107
Mangocreme	108
Umm Ali	110
Choshaf – eingelegte getrocknete Früchte	113
Basboussa – ägyptischer Grieskuchen mit Joghurt	116
Orangen-Dattel-Marmelade	119
Getränke	123
Ingwertee	124
Karkade – traditionelles Getränk aus getrockneten Hibiskusblüten	126
Lamoun bil Nanaa – Zitronensaft mit frischem Pfefferminz	128
Über die Autoren	130