

Inhaltsverzeichnis

Thema:	Seite
Vorwort	8
Kalte Soßen:	
Essigdressing	12
Joghurtsoße	12
Knoblauchdressing	13
Sesamölsoße	13
Warme Soßen:	
Beschamelsoße	15
Tomatensoße	15
Knoblauchsoße	16
Salate:	
Artischockensalat	18
Auberginensalat	18
Fattusch	19
Fetasalat	20
Gurkensalat mit Joghurtsoße	20
Kartoffelsalat	21
Randensalat	21
Auberginen mit Sesamölsoße	22
Tabbule	23
Tomatensalat mit Kümmel	23
Hühnersalat	24
Vorspeisen und Beilagen:	
Arabisches Brot	26
Eingelegte Auberginen	27
Eingelegter Blumenkohl	28
Fritierter Blumenkohl	28
Kischk	29
Eingelegte Pfefferschoten	30
Teigtaschen mit Hackfleisch	31
Teig mit Käsefüllung	31
Gefüllte Weinblätter	32
Frittierte Zucchini	33

Thema:	Seite
Suppen:	
Fischsuppe	35
Gemüsesuppe	36
Hühnersuppe	37
Kichererbsensuppe	38
Muskrautsuppe	39
Tomatensuppe	40
Zucchiniisuppe	40
Linsensuppe	41
Lammsuppe	42
Spinat-Joghurt-Suppe	43
Gerichte aus Hülsenfrüchten und Bohnen:	
Bessarah	45
Dicke Bohnen / Bohnengulasch	46
Falafel	47
Linsen in Butter	48
Weißes Bohnen	49
Eigerichte:	
Kairoer Omelett	51
Omelett gefüllt	52
Schakschuka	52
Eier mit Basterma	53
Gemüsegerichte (mit und ohne Fleisch):	
Artischocken gefüllt	55
Blumenkohlaufguss	55
Auberginen-Zucchini-Aufguss	56
Grüne Bohnen in Tomatensoße	57
Okra mit Fleisch	57
Rahmspinat	58
Spinat mit Kichererbsen	59
Zucchini in Besamsoße	60
Zucchini in Tomatensoße	60
Gefüllte Zucchini	61
Artischocken gefüllt mit Kartoffeln	62

Thema:**Seite****Reis- und Teigwarengerichte:**

Reis (Grundrezept)	64
Reis mit Crevetten	64
Reis mit Fadennudeln	65
Reis mit geschälten Linsen	65
Reis mit Zwiebeln	66
Reisfüllung für Mahschi	67
Reis mit Nüssen und Leber	68
Rokak	69
Koschari	70
Teigwarenauflauf in Beschamelsoße	71
Kuskus	72

Fischgerichte:

Crevetten	75
Fischbällchen	75
Fritierter Fisch	76
Fisch mit Gemüse und Tomaten	77
Krabben	78
Tintenfisch- Ragout	78

Fleisch- und Geflügelgerichte:

Hackfleisch gewürzt	80
Ägyptische Frikadellen mit Reis	80
Gegrillte Frikadellen	81
Spießbraten	82
Kubeba	83
Hühnchen gefüllt mit Burghul	84
Hühnerschenkel	85
Fleischspieß	87
Hackfleischspieße	88
Fleischrollen mit Pinienkernen	89
Poulet	90
Lammkeule	91
Leber/Nieren mit Kümmel und Knoblauch	92
Fladenbrot mit Fleisch	93

Thema:	Seite
 Desserts:	
Aschura	95
Ataief	96
Belila	97
Burghul mit Milch	97
Nußschnitten-Beqlawah	98
Aprikosenpudding	99
Eingeweichte Dörrfrüchte	100
Butterkekse - Ghorayebah	101
Milchreis	101
Fladenteigplatte mit Käsefüllung - Kunääfah	102
Blätterteig-Milchauflauf mit Nüssen - Um Ali	103
Fritierte Teigbällchen - Zalabja	104
Ägyptisches Herisa	105
Fadenteig-Gebäck	106
Gefüllte Datteln	107
 Getränke:	
Pfefferminzsirup	109
Charrub - Johannesbrotgetränk	109
Milchpudding mit Orchis	110
Süßholzgetränk	110
Tamr Hindi-Sirup	111
Tamr Hindi	112
Türkischer Kaffee	112
Schwarzer Tee	113
Anistee	114
 Kochwörterbuch:	
Sotierung auf Deutsch (Deutsch - Phonetisch - Arabisch)	115
Sotierung auf Arabisch (Deutsch - Phonetisch - Arabisch)	136