

## **Kochen mit Flüchtlingen, Anlass vom 16. März 2018 in Splügen:**

### **Kurdinnen und Kurden aus Syrien kochen**

- Salat mit kurdischem Brot
- Dorma: Mit Reis und Fleisch gefüllte Zucchini
- Pel: In Kabisblätter eingerollter Reis mit Fleisch
- Shambrok: Brotteig gefüllt mit Käse und Gemüse
- Baklava: Süßes Gebäck mit Pistazien oder Baumnüssen

#### **Dorma**

- 2 kg Zucchini
- 500 g Reis
- 2 Peperoncini
- 200 g Tomatenpüree
- 1 Zitrone
- 300 g Hackfleisch, Rind

Zucchini in Teile zerlegen und diese aushöhlen, so dass "Röhren" entstehen, die auf einer Seite zu sind. Aus den übrigen Zutaten die Füllung mischen, Zucchini damit füllen. In Pfanne einschichten. Wasser zugeben, ca. 30 Min. kochen.

#### **Pel**

- 3 Kabis
- 700 g Reis
- 2 Peperoncini
- 100 g Tomatenpüree
- 1 l Tomatenpassata oder Tomatensugo mit Basilikum
- 150 g Hackfleisch, Rind

Kohl kurz in heisses Wasser geben. Blätter in Stücke zerkleinern. Aus den übrigen Zutaten die Füllung mischen. Füllung in Blätter einwickeln. Diese Päckli in einer Pfanne einschichten. Wasser beugeben. Kochen.

## Shambrok

- 500 g Mehl
- Hefe
- 300 g Karotten
- 300 g Kartoffeln
- 1 Büchse Champignons
- Käse (etwas zwischen Quark und Mozzarella...)
- 400 g Hackfleisch
- 200 g Zwiebeln
- 100 g Minze
  
- 1 P Salz
- 1 l Öl
- Bouillon

Aus Mehl, Hefe, Wasser und Salz einen Brotteig herstellen, zwei Stunden aufgehen lassen. Teig auswallen. Auf drei verschiedene Arten füllen:

- Karotten, Kartoffeln
- Käse
- Hackfleisch, Zwiebeln, Minze

Entweder in der Bratpfanne im Öl braten oder im Ofen backen (ohne Öl).

## Baklava

- 250 g Butter
- 400 g Zucker
- 3 dl Wasser
- 500 g Baumnüsse oder Pistazien, ungesalzen
- 1 Zitrone, Saft
- 1 Packung Baklava-Teigblätter (Filoteig, Yufkateig)

Sirup herstellen: Wasser und Zucker zusammen aufkochen. Zitronensaft dazugeben.

Butter schmelzen. 1-2 Teigblätter aufs Blech legen mit Butter bestreichen, gehackte Nüsse darüberstreuen. So lange wiederholen, bis alle Teigblätter aufgebraucht sind. Zuletzt eine Schicht Teig. Auf dem Blech in kleine Stücke schneiden (oder eine Rolle formen und diese in Stücke schneiden).

Backen: 180°C, 25-30 Min., bis das Gebäck Farbe bekommt.

Kurz abkühlen lassen, dann den lauwarmen Sirup darüber giessen.