

Rezepte: Gefülltes Sommergemüse

Imam bayıldı - Der Imam fiel in Ohnmacht

Zutaten:

2 Auberginen
3 Schalotten
2 grüne milde Spitzpaprikas (oder 1 gelbe Paprika)
ca. 15 Dattel- oder Kirschtomaten
1/2 Bund glatte Petersilie
etwas frischer Thymian und Oregano
Olivenöl
Salz, Pfeffer, Chilipulver, Zimt, Zucker
etwas Tomatensauce

Zubereitung:

In die Auberginen der Länge nach 5 - 6 ca. 1 cm halbe breite Streifen schneiden, so dass die Auberginen gestreift aussehen. Auberginen halbieren und - wenn sie groß sind - mit einem Löffel etwas Fruchtfleisch aushöhlen.

Eine Schüssel mit kaltem Salzwasser füllen und Auberginenhälften hineinlegen.

Schalotten in kleine Würfel schneiden, Knoblauch fein hacken. Paprika und Tomaten in Stücke schneiden. Kräuter waschen, trocknen und hacken.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und darin Schalotten, Auberginenfruchtfleisch, Knoblauch und Paprika glasig anbraten. Tomaten, etwas Chilipulver und Salz hinzugeben und 10 Minuten schmoren lassen. Gegen Ende der Schmorzeit Petersilie dazugeben und mit etwas schwarzem Pfeffer, Zimt und etwas Zucker abschmecken.

Auberginenhälften trockentupfen und in einer Pfanne in heißem Olivenöl von allen Seiten goldbraun anbraten, dann in eine eingefettete Auflaufform geben und mit der Mischung füllen. Mit etwas Olivenöl beträufeln, mit Salz bestreuen und im Ofen bei ca. 180° C ca. 45 Minuten backen, bis sie weich sind.

Hinweis: Sollten die Auberginen etwas hart sein, eine kleine Tasse Tomatensauce in die Auflaufform geben (mit Olivenöl, Salz, Knoblauch und Basilikumblättern). In diesem Fall können die Auberginen auch im Topf gegart werden.



İmam bayıldı kann warm mit Reis und weiteren Beilagen oder kalt als Vorspeise serviert werden. Karniyarik, die Variante mit Fleisch, wird hingegen immer warm gegessen!

Gefüllte Paprika

Zutaten:

5-6 gelbe und rote Paprikas, mittelgroß

Weißbrot vom Vortag oder 2-3 Brötchen, eingeweicht und dann ausgedrückt

3 Anchovis-Filets (z.B. baskische)

Olivenöl

1 EL Kapern

6 EL Paniermehl

4 EL Parmesan

1 Knoblauchzehe

1 Ei

Salz

Petersilie

Zubereitung:

Paprikas waschen, Deckel abschneiden und Samen entfernen.

Knoblauch, Petersilie, Kapern und Anchovis fein hacken. Paniermehl, Parmesan, Ei und 3 EL Olivenöl hinzugeben und gut vermischen und mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken.

Paprikas mit der Mischung füllen und in eine Backform geben, etwas Wasser und Olivenöl hinzufügen, damit sie nicht von unten anbrennen.

Alternativ: Eine kleine Tasse Tomatensauce in die Auflaufform geben (mit Olivenöl, Salz, Knoblauch und Basilikumblättern).

Im Ofen ca. 45 Min. bei ca. 180° C backen.



Gefüllte runde Zucchini

Zutaten:

4-5 runde Zucchini
1 Tasse gegarter Reis (Basmati oder Risotto, evtl. mit Safran aromatisiert)
150 g Rinderhack
1 Ei
4 EL Parmesan
gehackte Petersilie
Thymian
geriebene Zitronenschale
Salz, schwarzer Pfeffer
1 EL Paniermehl
Olivenöl

Zubereitung:

Zucchini waschen, Deckel abschneiden und Fruchtfleisch aushöhlen (evtl. Eiskugelportionierer verwenden). Zucchini-Teile in einer eingeölten Backform legen und in kochendem Salzwasser ca. 2-3 Minuten garen, dann in ein Sieb geben.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und feingehackte Schalotten darin glasig anbraten.

Fruchtfleisch fein hacken, das Wasser daraus gut ausdrücken und mit in die Pfanne geben und für ca. 10 Minuten mit anbraten.

Fruchtfleisch herausnehmen und in derselben Pfanne Olivenöl, gehackten Sellerie, gewürfelte Karotte und gehackten Knoblauch geben und glasig anbraten. Hackfleisch hinzugeben, salzen und ca. 10 Minuten anbraten, anschließend Fruchtfleisch hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mischung etwas abkühlen lassen, dann Reis, Thymian, Petersilie, Zitronenschale, Parmesan und Ei hinzugeben und gut vermischen.

Mit der Masse die Zucchini füllen und Deckel daraufsetzen.

Zucchini in eine Backform geben, mit etwas Olivenöl beträufeln, mit Salz bestreuen und im Ofen bei ca. 180° C ca. 45 Minuten backen, bis sie weich sind. Sollten die Auberginen etwas hart sein, eine kleine Tasse Tomatensauce in die Auflaufform geben (mit Olivenöl, Salz, Knoblauch und Basilikumblättern). In diesem Fall können die Zucchini auch im Topf gegart werden.