

Zu Tisch: Ost-Rumänien

 arte.tv/de/articles/zu-tisch-ost-rumaenien

Die Rezepte der Sendung



Piperchi targasiti

Zutaten

- 6 rote Spitzpaprika
- 2 gelbe Paprika
- 1 kg Tomaten
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL gemischte, frische Kräuter (Thymian, Rosmarin, Basilikum)
- 200 g Ziegenfrischkäse
- 4 Wachteleier
- Pfeffer, Salz
- Olivenöl

Backofen auf 220 Grad Grillstufe vorheizen.

Die Paprika waschen, vierteln und auf ein Backblech legen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und auf der obersten Schiene 15 bis 20 Minuten grillen, bis die Haut schwarz ist. Danach die Paprika in einen Gefrierbeutel geben und diesen verschließen. Paprika mindestens 20 Minuten „schwitzen“ lassen. Anschließend die Haut abziehen.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln.

Tomaten waschen und kleinschneiden.

Kräuter unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und klein hacken.

Öl in einer hohen Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten, Tomaten und Kräuter dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und etwa 60 Minuten köcheln lassen.

Die Paprika klein schneiden und dazu geben. Den Frischkäse unterheben und die Soße weitere fünf Minuten köcheln lassen. Pfanne vom Herd nehmen.

Die Wachteleier in der Soße aufschlagen, Pfanne bei niedriger Temperatur auf den Herd stellen und warten, bis die Eier gestockt sind.



Piperchi targasiti

Quiche mit R benbl ttern

Zutaten

- 750g Rübenblätter (Alternativ Mangold oder Spinat)
- 200 g Schafskäse
- 1 Zwiebel
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Knetteig

- 375 g Mehl
- 200 ml lauwarmes Wasser
- 1 TL Salz
- Semmelbrösel
- Butter für die Form

Mehl in eine Schüssel sieben, Salz und Wasser dazugeben und das Ganze zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Zur Seite stellen und etwas ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Rübenblätter waschen. 3 Liter Wasser mit etwas Salz in einem Topf zum Kochen bringen und die Blätter darin 3 Minuten blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Blätter kräftig ausdrücken und kleinschneiden.

Zwiebel abziehen und würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Rübenblätter dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Schafskäse zerbröseln und zum Schluss unterheben. Etwas abkühlen lassen.

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Teig in 9 Stücke teilen.

Jeweils 3 Teile auf einer bemehlten Arbeitsfläche auf ca. 10 cm Durchmesser ausrollen. Den ersten Teig mit etwas Öl bestreichen, dann den zweiten Teig darauflegen und festdrücken. Wieder etwas Öl darauf verteilen, den dritten Teig darauflegen und andrücken. Mit einem Nudelholz zu einer dünnen Teigplatte ausrollen.

Eine Quicheform mit 26 cm Durchmesser einfetten und mit Semmelbrösel bestreuen.

Den Teig hineinlegen und einen Rand überlappen lassen.

Nun die Hälfte der Rüben-Schafskäse-Mischung einfüllen.

Weitere 3 Teigstücke wie oben ausrollen, übereinanderlegen und zu einer Teigplatte ausrollen.

Diese auf die Rübenmischung legen und die restliche Füllung darauf verteilen.

Die restlichen Teigstücke ebenso zubereiten und als Deckel auf die Quiche legen. Die Ränder einrollen, festdrücken und mit der restlichen Butter bestreichen.

Im Backofen ca. 25 Minuten backen.



Quiche mit Rübenblättern

lahnia cu coleas

Zutaten

- 1 kg Lammfleisch
- 6 Knoblauchzehen
- 1 große Zwiebel
- 1 rote Paprikaschote
- 700 ml Lammfond, ersatzweise Gemüfefond oder trockener Rotwein
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- ½ rote Chilischote
- 1 Lorbeerblatt
- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- 4 EL Rotweinessig
- 200 ml Olivenöl + 50 ml zum Anbraten
- 375 g Polenta
- 1,5 l Ziegenmilch

Für die Marinade

Knoblauchzehen abziehen und kleinhacken. Kräuter unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und kleinhacken. Chilischote waschen und in feine Streifen schneiden. Öl mit Essig verrühren alle Zutaten unterheben.

Das Lammfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und mindestens 12 Stunden, am besten über Nacht, in die Kräutermarinade legen.

Fleisch 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

Fleisch aus der Marinade nehmen. Die Marinade abgießen und die Kräuter aufheben

Paprika waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden.

Zwiebel abziehen und würfeln. Öl in einer hohen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten.

Lammfleisch dazugeben und von allen Seiten anbraten. Nun die Paprikastücke unterrühren und die Kräuter aus der Marinade dazugeben. Mit Lammfond ablöschen und das Ganze etwa 60 Minuten auf mittlerer Hitze köcheln lassen.

Milch mit etwas Salz erhitzen und die Polenta einrühren. So lange köcheln lassen, bis die Milch aufgesogen ist. Dabei ständig rühren.



Iahnia cu coleas

Teigtaschen mit Kürbis

Teig

- 300 g Mehl
- 3 Eier
- Wasser
- ½ TL Salz
- 1 EL Olivenöl

Füllung

- 400 g Hokkaidokürbis
- 1 kleine Zwiebel
- Salz, Pfeffer
- 1 Vanilleschote
- 200 g Ziegenfrischkäse
- Butter

Mehl in eine Schüssel sieben. Eier, Salz etwas kaltes Wasser und Öl zu einem glatten Teig verkneten und zugedeckt etwa 1 Stunde kaltstellen.

Den Kürbis achteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Zwiebel abziehen und sehr klein schneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Kürbisstückchen dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 10 min weichkochen. Eventuell etwas Wasser angießen. Auskühlen lassen.

Vanilleschote mit einem scharfen, spitzen Messer längs aufschneiden und das Mark herauskratzen.

Frischkäse mit dem Vanillemark und einer Prise Zucker verrühren und vorsichtig unter den Kürbis heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Teig in 2 Teile schneiden und jeweils dünn auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Teig mit Mehl bestäuben. Im Abstand von etwa 7 cm jeweils 1 Teelöffel der Füllung auf den Teig geben. Die Teigränder mit Wasser bestreichen und die andere Teigplatte darüberlegen. Vierecke ausstechen und die Ränder mit einer Gabel festdrücken.

Wasser mit Salz in einem Topf erhitzen und die Teigtaschen portionsweise kochen. Sie sind fertig, wenn die Ravioli oben schwimmen.



Teigtaschen mit Kürbisfüllung

Zutaten

- 500 g Ziegenjoghurt
- 1 Salatgurke
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Dill
- 1 Bund Minze
- 30 ml Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Knoblauch abziehen und klein hacken.

Die Gurke schälen, entkernen und in sehr kleine Würfel schneiden.

Kräuter unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und klein schneiden.

Alle Zutaten mit dem Joghurt vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tarator kann mit Brot, aber auch zum Fleisch gegessen werden.