

Makedonien

Wenn in den Abendstunden des Karfreitags die feierliche Prozession vorüber ist, die an die Kreuzigung und Grablegung Jesu Christi erinnern soll, beginnen bei vielen griechisch-orthodoxen Familien Griechenlands bereits die Vorbereitungen für das Osterfest. Ostern ist das bedeutendste Fest im Kirchenjahr. Aber mit der Messe in der Nacht zum Ostersonntag endet auch die mehrwöchige Fastenzeit. Und zu diesem Ereignis muß etwas Besonderes auf den Tisch.

Bei Anna Zilotis und ihrem Mann Philimon ist es der traditionelle Ziegenbraten, den sie zeitig am Ostermorgen in zwei großen Pfannen in ihren alten Brotofen schieben will. In der einen Pfanne setzt sie die Ziegenteile mit rohen Kartoffeln, Olivenöl und Zitronensaft auf, in der anderen mit Reis und Tomatensauce. Salatblätter und Fenchel sorgen dafür, daß das Fleisch in der trockenen Hitze auch schön saftig bleibt. Wenn auch die Pfannen der Nachbarinnen untergebracht sind, dichtet Anna die Ofentür mit Kuhmist ab.



In diesem Steinofen im Garten ihres Hauses hat sie zuvor schon ihr süßes Osterbrot gebacken. In die Mitte eines jeden Brotes kommt ein hartgekochtes rotgefärbtes Ei. Schon die ersten Christen sollen damit die Auferstehung gefeiert haben. Manche behaupten, die rote Farbe erinnere an das vergossene Blut Christi. Für andere symbolisiert es die Freude über die Auferstehung. Und wieder andere wollen wissen, ein Ungläubiger habe einst behauptet, er werde erst dann an Christus glauben, wenn sich das Ei in seiner Hand rot verfärbte. So soll es dann geschehen sein.

Maghiritsa

Suppe aus Innereien

Diese klassische Ostersuppe der griechischen Küche wird nach der mitternächtlichen Ostermesse gegessen. Mit der Ostermesse endet die Fastenzeit. Die *Mageiritsa* ist eine gute Gelegenheit, den Magen nach den vielen Fastenwochen wieder an sehr gehaltvolle Nahrung zu gewöhnen.

Zutaten:

1 Leber,
2 Nieren,
1 Milz
jeweils vom Lamm oder von der Ziege (ersatzweise auch vom Kalb),
100 g Langkornreis,
2-3 EL Olivenöl,
Salz,
Pfeffer,
1 Eiweiß,
2-3 EL Zitronensaft



Lassen Sie am besten alle Innereien von Ihrem Metzger parieren und in gleichmäßig große Würfel von 1-2 cm Kantenlänge schneiden. Sollten Sie diese Arbeit selbst erledigen, ziehen Sie von Leber und Nieren die feine Haut ab. Bei Kalbsnieren schneidet man so viel wie möglich von dem fetthaltigen Mark heraus. Von der Milz Fett und lose Hautstücke abschneiden. Die Innereien mit einem Liter Wasser aufsetzen, zum Kochen bringen, abschäumen und den Reis sowie das Olivenöl einrühren. Leicht salzen und pfeffern. Man kocht die Suppe, bis der Reis und die Innereien gar sind. Das dauert etwa 25-30 min Das Eiweiß so lange schlagen, bis es weiche Spitzen bildet. Mit dem Zitronensaft verrühren. Die Suppe abschmecken, vom Herd nehmen. Eiweiß und Saft einrühren, kurz ruhen lassen und dann sofort auftragen.

Tip:

- Bei den verwendeten Innereien können Sie variieren. Manchmal wird nur Leber verwendet. Das Gesamtgewicht der Innereien sollte etwa 500 g betragen.

Zubereitungszeit:

60 min

Saligara sto tapsi

Gebackene Schnecken

Schnecken waren früher auch in Westeuropa eine weit verbreitete Volksnahrung. Schließlich kam Fleisch nur zu besonderen Gelegenheiten auf den Tisch. Den Charme dieses Gerichts machen die frischen, selbstgesammelten Schnecken aus. Dosenware kann hier nicht mithalten. Schnecken der Gattung Helicidae, das heißt Schnirkelschnecken, sammelt man am besten von April/Mai bis Oktober, dann sind sie nämlich schön fett.

Zutaten für 6 Portionen:

Vorbereitung:

40-50 lebende Schnecken,
Kopfsalat,
etwas Mehl,
grobkörniges Salz,
etwas Rotweinessig,
insgesamt 2-3 Bund Küchenkräuter Ihrer Wahl

Zubereitung:

500 g frischer Spinat,
etwas Fenchelgrün,
½ Bund Dill,
4-5 Frühlingszwiebeln,
5-6 EL Olivenöl,
500 g Langkornreis,
Salz,
Pfeffer,
1 große Dose Tomaten



Da einige der Pflanzen, die Schnecken fressen, für den Menschen giftig sind, sollten Sie selbstgesammelte Schnecken auf jeden Fall noch etwa vier bis fünf Tage am Leben lassen. Füttern Sie die Schnecken in dieser Zeit mit Salat. Es gibt jedoch auch Köche, die die Schnecken in dieser Zeit hungern lassen. Allerdings verlieren sie dadurch an Gewicht. Geben Sie den Schnecken am letzten Tag etwas Mehl zu fressen. Das reinigt ihre Därme. Am besten halten Sie die Schnecken in einem Eimer gefangen, den Sie mit einem Maurersieb abdecken und den Sie an einen kühlen, schattigen Platz stellen.

Gehen Sie am Tag der Zubereitung so vor: Legen Sie die Schnecken in eine Schüssel und fügen sie etwas grobkörniges Salz und einen Schuß Rotweinessig hinzu. Lassen Sie die Schnecken etwa 5 min in dieser Mischung. Zwei- bis drei Mal mit der Hand umrühren. Die Schnecken sondern so einen großen Teil ihres Schleims ab. Jeweils eine Handvoll Schnecken in frischem kaltem Wasser waschen, um den Schleim abzulösen. Vor jedem Waschen sollte das Wasser erneuert werden.

Die Schnecken in einem Topf mit 100 ml Wasser aufsetzen, auf großer Hitze zum Kochen bringen und 10 min kochen, bis sie gar sind.

Den frischen Spinat sorgfältig waschen, trocken tupfen, Stiele entfernen, in Streifen schneiden. Fenchel und Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken. Den weißen Teil der Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden. Ggf. die äußerste Schale vorher abziehen. In einer großen, schweren, tiefen Pfanne das Olivenöl auf mittlerer Temperatur erhitzen. Den gewaschenen, trockenen Reis 1-2 min in dem Öl wenden, bis alle Körner leicht glasig und mit einem feinen Ölfilm überzogen sind. Das geschnittene Gemüse unterrühren und mit 1 l Wasser auffüllen. Salzen, pfeffern und 15 min leicht köcheln lassen, bis der Reis fast gar ist. Die Dosentomaten mit ihrem Saft pürieren. Die Schnecken auf den Reis geben, die Tomaten darüber verteilen und die Pfanne im vorgeheizten Ofen bei 180 °C etwa 45 min backen. Sofort servieren.

Tips:

- Wenn Sie Schnecken in Gärten- und Parkanlagen sammeln, achten Sie darauf, daß kein Schneckenkorn gestreut wurde.
- Wenn Sie die Schnecken mit aromatischen Kräutern und nicht mit Salat füttern, nehmen diese den Geschmack der Kräuter an.

Zubereitungszeit:

90 min

Katsiki sto fourno

Gebackenes Zicklein

Im Originalrezept werden alle Fleischteile eines Zickleins im Ofen gebacken. In Westeuropa nimmt man Fleisch aus den Vorder- und Hinterläufen sowie der Schulter eines – wenn erhältlich – Zickleins, einer Ziege oder eines Lamms. Anna Zilotis bereitet jeweils eine Pfanne mit Kartoffeln und eine mit Reis zu. Wählen Sie eine dieser Varianten aus.

Zutaten für 10-12 Portionen:

2 kg Fleisch von Zicklein, Ziege oder Lamm, aus den Vorder- bzw. Hinterläufen und der Schulter,
1 kg festkochende Kartoffeln oder 1 kg Langkornreis,
100 ml Olivenöl,
2-3 Zitronen oder 5-6 EL Tomatenmark,
Salz,
Pfeffer,
1-2 Kopfsalat,
Fenchelblätter und -stiele



Das Fleisch in 3-5 größere Stücke schneiden. Die Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Oder: Den Reis waschen und gut abtropfen lassen. Das Fleisch entweder mit den Kartoffeln oder dem Reis in eine Form geben, die groß genug ist, alles nebeneinander zu fassen. Salzen und Pfeffern.

Wenn Sie sich für Kartoffeln entschieden haben, geben Sie Olivenöl und den Saft der Zitronen über Fleisch und Gemüse; bei Reis Olivenöl und Tomatenmark. Die Form gut mit Salatblättern und Fenchel abdecken, beide geben an das Fleisch und Kartoffeln oder Reis während des Backens Feuchtigkeit ab. Im vorgeheizten Ofen bei 160-180 °C etwa 3 Stunden backen, bis das Fleisch gar ist.

Tip:

- Salatblätter und Kräuter können Sie in der beschriebenen Weise auch bei anderen Fleisch- und Fischgerichten verwenden, um beim Braten ein Austrocknen zu verhindern und den Speisen zusätzliches Aroma zu geben.

Zubereitungszeit:

200 min

Kokoretsi

Gegrillter Innereisenspieß

Für diesen Spieß verwendet man traditionell die zarten Innereien von Zicklein oder von Lämmern. In unserem Film waren es die Innereien der Tiere, die zu Ostern geschlachtet wurden. Sie können ersatzweise auch Kalbsinnereien verwenden.

Zutaten für 2-4 Portionen:

1 Leber,
2 Nieren,
1 Herz,
1 Milz,
Därme
vom Zicklein, der Ziege oder vom Lamm (ersatzweise auch vom Kalb),
Salz,
Pfeffer,
Öl



Lassen Sie am besten alle Innereien von Ihrem Metzger parieren und in gleichmäßig große Würfel von 1-2 cm Kantenlänge schneiden. Sollten Sie diese Arbeit selbst erledigen, ziehen Sie von Leber und Nieren die feine Haut ab. Bei Kalbsnieren schneidet man so viel wie möglich von dem fetthaltigen Mark heraus. Von dem Herz alles anhaftende Fett, Sehnen, Adern und Venen abschneiden. Von der Milz Fett und lose Hautstücke abschneiden. Die Därme 1-2 Stunden wässern. Dem Wasser sollte man einen Schuß Essig zugeben, um unangenehme Gerüche zu neutralisieren. Dann spült man die Därme mit frischem Wasser aus und streift sie gut ab, um so viel Wasser wie möglich zu entfernen. Die gewürfelten Innereien auf einen Spieß stecken, mit den Därmen umwickeln, salzen, pfeffern und über einem Holzkohlenfeuer grillen. Die genaue Garzeit hängt von der Stärke der Glut, der Entfernung des Grillguts zur Glut und der Würfelgröße ab. Sie sollten die Spieße ständig beobachten und nach einigen Minuten bei einem Spieß mit dem Messer eine Garprobe machen.

Tips:

- Leber bekommt ein besonders feines Aroma, wenn man sie vor dem Garen einige Zeit in Milch legt.
- Mit etwas feingehackter Petersilie und Zitronensaft oder säuerlichem Joghurt bekommen die Spieße eine frische Note.

Zubereitungszeit:

30 min

6 EUR – GR – Makedonien

Tsoureki

Süßes Osterbrot

Süße Hefebrote sind in vielen Regionen Europas ein klassisches Ostergebäck. Die rotgefärbten Eier symbolisieren die Auferstehung.

Zutaten für 5 Brote:

500 ml lauwarmer Milch,
4 Würfel Hefe, ersatzweise 4 Päckchen Trockenhefe,
3 kg Mehl,
1 kg Zucker,
12 Eier,
Muskatnuß,
Zimt,
geriebene Schale einer naturreinen Orange,
500 g Butter,
5 hartgekochte, rotgefärbte Eier



Die Milch und 500 ml lauwarmes Wasser zusammen gießen. Bereiten Sie jetzt zunächst einen Vorteig (Sie können auf den Vorteig verzichten, wenn Sie Trockenhefe verwenden. In diesem Fall verknetet man alle Zutaten zu einem Teig, den man nur einmal gehen läßt, bevor man Brote formt.).

Für den Vorteig: Die Hefe mit einem Teil der Milch-Wasser-Mischung verrühren. Die Flüssigkeit sollte zwischen 30 und 35 °C haben. 5-10 min abgedeckt an einem warmen Ort stehen lassen, bis die Hefe Blasen wirft. Dann mit der restlichen, lauwarmen Flüssigkeit und etwa einem Drittel des Mehl einen Vorteig rühren, den man abgedeckt an einem warmen Ort 45-60 min gehen läßt. Er sollte um das Doppelte aufgegangen sein. Mit dem restlichen Mehl, dem Zucker, den Eiern, Muskat, Zimt, abgeriebener Orangenschale und der Butter zu einem glatten, glänzenden Teig kneten. Etwas ruhen lassen, in fünf Portionen teilen und zu einem Zopf flechten bzw. einen runden Brotlaib formen. In die Mitte jedes Brotes gibt man traditionell ein rot gefärbtes, hartgekochtes Ei. Noch einmal 15-30 min gehen lassen und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C etwa 45 min backen. Ein Stäbchen, mit dem man hineinsticht, muß sauber wieder herauskommen.

Tip:

- Die Osterbrote bekommen eine glänzende Kruste, wenn Sie sie mit einer Mischung aus 2 Eigelb, 1 Prise Salz und 6 EL Wasser bestreichen, bevor sie in den Ofen kommen.

Zubereitungszeit:

160 min