

Damaskus



Kosten und Handeln beim Gemüsehändler. Munir Rifa weiß, wo es das frischste Gemüse und die schmackhaftesten Früchte in Damaskus gibt.

Als der Prophet Mohammed Damaskus einst erblickte, weigerte er sich, die Stadt zu betreten, denn er war so fasziniert von ihr, daß er meinte, man dürfe nur einmal ins Paradies kommen – er hatte sich für das Paradies im Jenseits entschieden. In der ältesten Stadt der Welt zog über Jahrtausende eine Vielzahl von Völkern, Religionen und Kulturen ein und aus.

In der ältesten Stadt der Welt ist eine Vielzahl von Völkern, Religionen und Kulturen über die Jahrtausende ein- und ausgezogen. Diese Vielfalt blieb in der Damaszener Küche als lebendiges Zeugnis und schmackhafte Erinnerung zurück – es ist das erste Geheimnis dieser ewigen Stadt.

Munir Rifa ist gebürtiger Damaszener. Er hat mehrere Jobs. Mit nur einem könnte er seine Familie nicht ernähren. Wie jeden Morgen arbeitet er in einem *Ful*-Laden am Rande von Syriens Hauptstadt. Die Saubohnen, wie *Ful* auch genannt werden, sind für viele noch immer das Hauptgericht. *Ful* ist billig und sehr nahrhaft. Die Bohnen sind eine uralte Pflanze aus dem Mittelmeerraum. Da sie nur wenig Eigengeschmack haben, werden sie mit Tomaten und Petersilie verfeinert. Zur besseren Verdauung baden sie in Olivenöl. Knoblauch, Kichererbsen, Zitronensaft, Pfeffer und Salz sind obligatorisch. Viele Kunden von Munirs Laden holen sich auch nur die gekochten Bohnen und bereiten sie zuhause zu.



Gebete für den Geist – Hammelbrei für den Magen. Eine Muslimbrüderschaft kümmert sich um die Ärmsten in Damaskus.



Die Frauenrunde trifft sich regelmäßig – Kulinarisches steht im Mittelpunkt.

Munirs Frau Imtias liebt es weniger deftig. Gemeinsam mit anderen Frauen trifft sie sich jede Woche. Sie bereiten Gerichte zu, die ihre Männer nicht mögen – zumeist Vegetarisches: Selbstgemachte Nudeln, die in Tamarindensaft gekocht und mit viel Petersilie angerichtet werden. Wenn die Frauen unter sich sind, ist es in Damaskus so wie anderswo, Tratsch und Klatsch sind mindestens genauso wichtig wie das gemeinsame Kochen.

Ihre vielköpfige Familie verwöhnt Imtias mit *Ouzi*: Dafür wird gekochter Reis, kleine Fleischstückchen, Erbsen, geröstete Pinienkerne und Mandeln in feine Teigblätter eingewickelt und im Backofen knusprig gebacken. *Ouzi* lieben vor allem ihre Kinder. Um die beiden sechzehn- und siebzehnjährigen Töchter sorgen sich die Eltern. Sie wollen noch nicht so recht in die Rolle von Hausfrauen schlüpfen und das Kochen lernen. Sie genießen lieber ihre Freizeit und gehen weiter auf die Schule, um später einmal selbständig zu sein.



Eine Oase außerhalb von Damaskus läßt die Großstadt vergessen. In der Oase schmeckt alles besser.



Gewürzhändler im Souk Al-Hamidiye – das Herz von Damaskus.

Zu Tisch taucht ein in die Welt des Orients, folgt den Gerüchen des Gewürzmarktes in der Altstadt von Damaskus auf dem Souk Al-Hamidiye, den süßen Verführungen der Konditormeister, den Leckereien in der Küche von Imtias Rifa, schaut einem Sheik, in einem der ärmsten Viertel über die Schulter wie er mit seinen Ordensbrüdern einen kräftigen Brei für



die Armenspeisung zubereitet, und unternimmt einen Ausflug außerhalb von Damaskus. In einer Oase erholen sich Munir, Imtias, ihre Kinder, Bekannte und Verwandte von der Hektik der Großstadt.

Selbstverständlich wird auch hier gekocht: Es gibt *Kabse*, Huhn auf einer Reistafel mit einer raffinierten Gewürzmischung zubereitet.

Hro Pespau

Hro Pespau heißt übersetzt so viel wie „mit einem Finger rühren“. Wenn die Männer außer Haus sind, probieren die Frauen oft Vegetarisches aus. Sie treffen sich regelmäßig reihum und tauschen Rezepte. So hat Imtias ihre Kochkünste weiter verbessert. Bei den Essensvorbereitungen bleibt es nicht aus, daß sie auch den neusten Klatsch weitergeben und sich über die Männer amüsieren.

Zutaten für 8-10 Personen:

½ kg Weizenmehl,
½ kg ganze Linsen,
0,3 l Olivenöl,
1 Stück Tamarinde (Tamarindenschoten),
2 Stück Arabisches Brot,
5 Zwiebeln,
2 ganze Knoblauchknollen,
4 Bund Koriander,
0,3 l Pflanzenöl,
Wasser,
Salz



Aus Weizenmehl, Salz und Wasser einen Nudelteig herstellen; wichtig ist, daß der Teig immer wieder geknetet und ausgerollt wird (so werden die Nudeln locker. Der besondere Kniff besteht darin, daß der dünne Teigfladen immer wieder aufgerollt und dann in Scheiben geschnitten wird), bis der Teig dann



zum Schluß in kleine viereckige Stücke geschnitten wird.

Koriander fein schneiden und die Zwiebeln in Scheiben schneiden; Knoblauch im Mörser stampfen. Tamarindenschote mit Wasser einweichen und Saft mit Hand auspressen. Zwiebeln braten bis sie braun sind.

Die Linsen mit 1 Liter Wasser ca. 15 Minuten kochen; dann die Hälfte der Zwiebeln, den Saft der Tamarinde, das Olivenöl und die klein geschnittenen Nudelteigstücke zugeben.

Wenn die Nudeln gar sind, dann kommen die Hälfte Knoblauch und Koriander dazu.

Alles auf einer Platte servieren, oben auf kommt der Rest der gebratenen Zwiebeln, frischer Koriander, Knoblauch und das arabische Brot.

Kabse

Huhn auf einer Reistafel

Bei *Kabse* zählt es sich aus, daß Imtias auf dem Gewürzmarkt so viele unterschiedliche Sorten eingekauft hat. Erst die Vielfalt und die richtigen Mischungsverhältnisse der Gewürze tragen dazu bei, daß der wahre Zauber des Orients in die Nase und auf die Zunge kommt.

Zutaten für ca. 8-10 Personen:

1 kg Reis,
2 kg Hähnchenkeulen (pro Person eine Keule),
1 kg Tomaten,
1 grüne Paprika,
½ kg Möhren,
4 Zwiebeln,
0,2 l Pflanzenöl,
1 EL Butter,
50 g Pinienkerne,
50 g Mandeln,
100 g Rosinen (ohne Kerne)



Gewürze:

Salz,
Knoblauch,
Muskatnuß,
weißer und
schwarzer Pfeffer,
Safran,
Zimt,
Kümmel,
scharfe Paprika,



Kardamom fein gemahlen und ein Stück Kardamom.

Mandeln kurz kochen und dann schälen. Trockene Mandeln und Pinienkerne in etwas Öl anrösten und dann zur Seite legen. Zwiebeln klein schneiden und anrösten und ebenfalls beiseite legen.

Die Hähnchenschenkel mit Öl und gehakten Zwiebeln kurz anbraten, dann mit Wasser ablöschen, bis das Fleisch ganz bedeckt ist. Nach ca. 15 Minuten Kochzeit einen Teil des Sudes abgießen. Dann klein geschnittene Tomaten, Möhren, Paprika die angerösteten Zwiebeln, die Gewürze und eventuell mehr Wasser zugeben.



Mit dem Fleischsud wird der Reis gekocht, einen Löffel Butter zugeben und den Reis so lange garen bis er gar ist. Normalerweise nimmt man die doppelte Menge an Flüssigkeit, damit der Reis nicht anbrennt.

Wenn alles gar ist, wird der Reis aus der Brühe genommen und auf eine Platte gegeben; obenauf kommt das Gemüse und das Hähnchenfleisch; mit Rosinen (ohne Kerne) und gerösteten Pinien und Mandeln werden Reis und Hähnchenfleisch garniert.



Ful

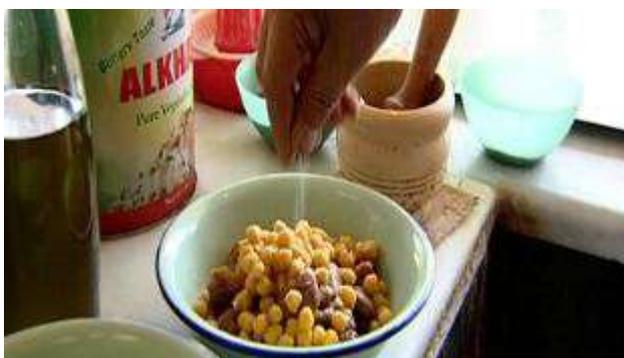
Saubohnen



Die Saubohnen sind für viele Damaszener noch immer das Hauptgericht. Ful ist billig und sehr nahrhaft. Die Bohnen sind eine uralte Pflanze aus dem Mittelmeerraum. Da sie nur wenig Eigengeschmack haben, verfeinert sie Munir mit Tomaten und Petersilie. Mit welchen Zutaten man sie vermischt, bleibt jedem selbst überlassen.

Zutaten (je nach Bedarf, je eine kleine Handvoll Bohnen und etwas halb soviel Kichererbsen reichen für eine Portion):

Ful (Saubohnen),
Kichererbsen,
Frischer Koriander,
Salz,
Pfeffer,
Zitrone,
Knoblauch,
Olivenöl,
Tomaten,
Rote Beete,
Gewürzgurke,
Radieschen



Saubohnen waschen und sie von kleinen Steinchen befreien, mehrere Stunden lang (oder über Nacht) in Wasser einweichen und anschließend im Einweichwasser kochen; Bei kleinster Hitze zwei Stunden lang köcheln, eventuell Wasser nachfüllen, damit die Bohnen nicht anbrennen (mit Kichererbsen ebenso verfahren).

Tomaten und frischen Koriander fein schneiden. Den Saft der ausgepressten Zitrone mit dem im Mörser zerstoßenen Knoblauch vermengen.

Die fertig gekochten, heißen Saubohnen und Kichererbsen mit viel Olivenöl übergießen; Zitronen-Knoblauch-Mischung dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Serviert werden die Saubohnen mit fein gehackten Tomaten und frischem Koriander; dazu gibt es rohe gehackte Zwiebeln, sauer eingelegte rote Beete, Radieschen und Gewürzgurke; arabisches Brot ersetzt Löffel und Gabel.



Ouzi

Gefüllte Teigtaschen



Wie in vielen syrischen Gerichten, so auch beim *Ouzi*, dürfen Mandeln und Pinienkerne nicht fehlen. Sie werden in Butterschmalz geröstet. Intias vermischt in kleine Würfel geschnittenes Hammelfleisch mit Erbsen und Reis. Damit das Fleisch recht weich wird, hat sie es im Schnellkochtopf etwa eine Stunde lang gekocht.

Zutaten für ca. 25 Ouzi:

1 kg Hammelfleisch mit Knochen,
500 g frische Erbsen,
100 g Pinienkerne,
200 g Mandeln,
1½ kg Reis,
2 EL Butterschmalz,
0,2 l Pflanzenöl,
2 Rollen Fillo-Teig (hauchdünne Teigblätter),
Lorbeerblätter,
Kardamom,
Salz



Mandeln kurz kochen und dann schälen. Trockene Mandeln und Pinienkerne in etwas Öl anrösten und dann zur Seite legen. Den Reis in 3 Liter Wasser garen.

Fleisch etwa eine Stunde lang in Wasser kochen; Lorbeerblätter, Kardamom und Salz dazu geben; immer wieder Schaum abschöpfen; anschließend Fleisch vom Knochen lösen

und in kleine Stücke schneiden.

FrISCHE Erbsen in Pflanzenöl geben und erhitzen; Fleischstücke dazugeben und alles braten. Gekochten Reis zusammen mit den Erbsen und dem Fleisch im Fleischfond erneut aufkochen, dann abschöpfen; Dann die Masse aus Reis, Fleisch und Erbsen abkühlen lassen. Angeröstete Mandeln und Pinienkerne und Gewürze zu Reis, Erbsen und Fleisch geben.

Kleine Glasschüsselchen mit den feinen Teigblättern auslegen und anschließend mit der Masse aus Reis, Erbsen, Fleisch, Mandeln und Pinienkernen füllen; Teigblätter umschließen die Füllung.



Backblech mit Pflanzenöl bestreichen; Glasschälchen umstülpen und die geschlossenen Teigtaschen darauf legen; auf jede Teigtasche ein kleines Stück Butterschmalz geben.

Backofen auf 250 °C erhitzen und *Ouzi*-Teigtaschen 10 Minuten lang backen; die Teigtaschen sind fertig, wenn der Teigmantel knusprig braun ist.

Als Beilage wird Yoghurt mit fein geschnittenen Gurken und ausgepreßtem Knoblauch serviert; in den Yoghurt kommt noch feine getrocknete Pfefferminze (die Gurken werden in Streifen geschnittenen und nicht ganz geschält).

Tips:

- Man kann auch getrocknete Erbsen nehmen, aber die müssen vorher eingeweicht und gar gekocht werden.
- *Ouzi* schmecken auch kalt, es ist also nicht schlimm wenn Reste übrig bleiben.