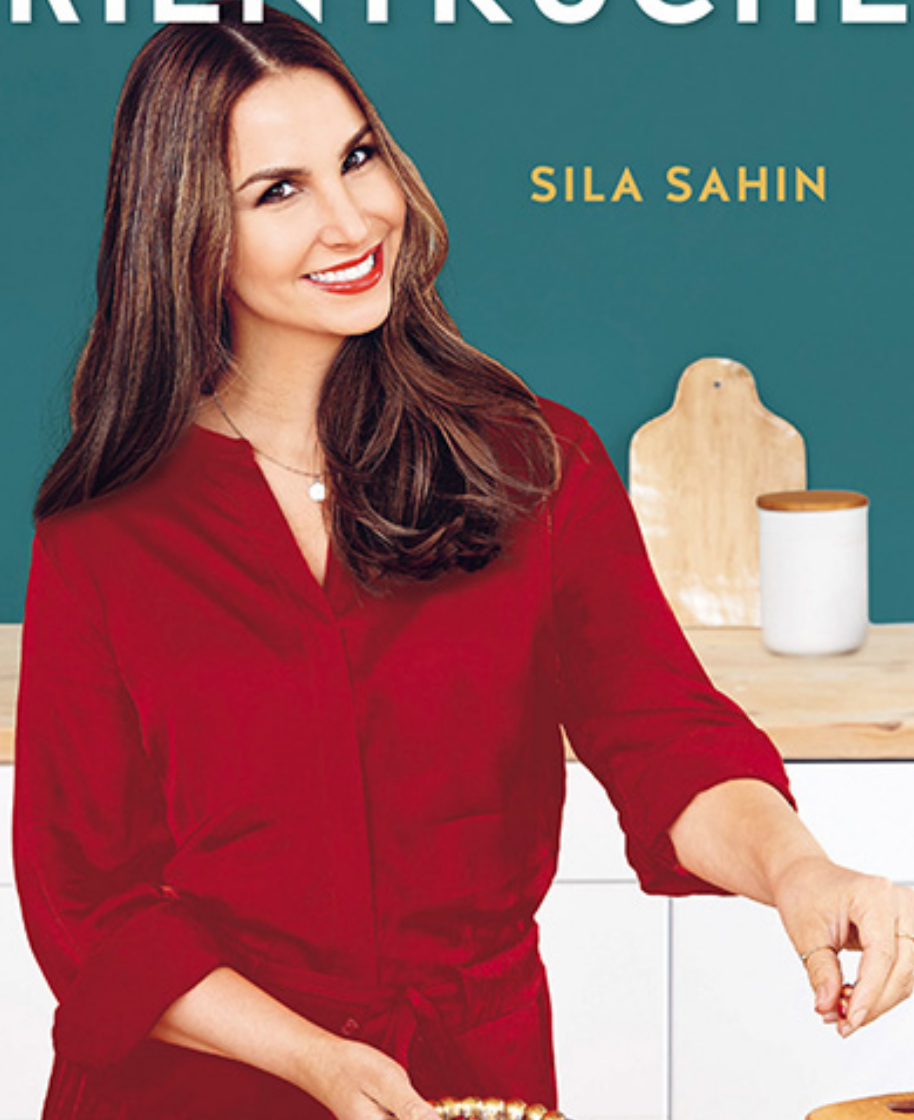


*Sıla's*  
**ORIENTKÜCHE**

SILA SAHIN



**G|U**





# SARMA – GEFÜLLTE WEINBLÄTTER

**FÜR 6 PERSONEN**

**ZUBEREITUNG: 1 Std.**

**GAREN: 45 Min.**

**PRO PORTION: ca. 355 kcal**

300 g eingelegte Weinblätter (vakuumverpackt; aus dem türkischen Lebensmittelladen)

250 g Reis

3 EL kleine Korinthen

1 große Zwiebel

30 g Walnusskerne

8 EL Olivenöl

½ TL Zimtpulver

¼ TL gemahlener Piment

2 Msp. gemahlene Nelken

Salz

½ TL Zucker

2 Zitronen

1 Bund glatte Petersilie

1 Bund Dill

Pfeffer

1. Die Weinblätter in einer Schüssel mit lauwarmem Wasser voneinander lösen. Einzeln herausnehmen, trocken tupfen und mit der Blattaußenseite nach oben auf einem sauberen Tuch auslegen. Unschöne, zerrissene Blätter auf dem Boden eines weiten Topfes auslegen.

2. Reis und Korinthen 10 Min. in heißem Wasser ziehen lassen. Abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen. Inzwischen die Zwiebel schälen und fein würfeln, Walnüsse nicht zu fein hacken. 4 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, darin die Zwiebel goldgelb andünsten. Walnüsse und Korinthenreis zugeben und unter Rühren 1 Min. andünsten. Gewürze,  $\frac{3}{4}$  TL Salz, Zucker und 180 ml Wasser unterrühren und alles einmal aufkochen. Dann den Reis bei kleinster Hitze zugedeckt 10-15 Min. garen, bis er noch sehr bissfest und nicht vollständig ausgequollen ist.

3. Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Kräuter waschen, trocken schütteln, Blättchen bzw. Spitzen fein hacken und unter die Reismasse mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken. Jeweils 1 TL davon mittig auf das untere breite Ende eines Weinblattes geben. Die Blattseiten links und rechts über die Füllung schlagen, dann das Blatt von unten nicht zu straff (der Reis quillt noch) nach oben aufrollen. Dabei die Füllung leicht in Form drücken. So die gesamte Reismasse verarbeiten. Übriggebliebene Blätter ebenfalls auf dem Topfboden auslegen.

4. Die Röllchen mit der offenen Seite nach unten dicht an dicht in den Topf legen und so viel Wasser zugießen, dass sie gerade davon bedeckt sind. Das übrige Öl und den Zitronensaft darübergießen, dann alles mit einem Teller beschweren. Die Weinblätter bei kleiner Hitze in 30 Min. zugedeckt garen, warm oder abgekühlt servieren.

Das Rollen der Weinblätter geht am besten im Teamwork. Ich mache sie oft mit meiner Mutter, aber du solltest hierbei auch ruhig mal die ganze Familie einspannen. Und keine Angst, es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen – nach 2 bis 3 Röllchen Übung werden sie fast perfekt!



# YAYLA ÇORBASI – JOGHURTSUPPE

**FÜR 4 PERSONEN**

**ZUBEREITUNG:** 40 Min.

**PRO PORTION:** ca. 420 kcal

- 100 g Reis
- 1 große Zwiebel
- 60 g Butter
- 1,2l Fleischbrühe (ersatzweise Gemüsebrühe)
- Salz - Pfeffer
- 300 g türkischer Joghurt (10% Fett; ersatzweise griechischer Joghurt)
- 1 ½ TL Speisestärke
- 2 Eier (M)
- 5 Zweige Minze
- 1 Spritzer Zitronensaft (nach Belieben)

½ TL gemahlener Kreuzkümmel

1. Den Reis in ein Sieb geben, gründlich unter fließendem kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. 30 g Butter in einem großen Topf zerlassen, darin die Zwiebel bei kleiner bis mittlerer Hitze goldgelb dünsten - sie sollte nicht bräunen. Mit Brühe ablöschen. Den Reis unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei kleiner Hitze in 25-30 Min. garen.

2. Inzwischen Joghurt, Stärke und Eier in einer großen Schüssel mit dem Schneebesen glatt rühren. Die Minze waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob schneiden.

3. Den Topf vom Herd nehmen. Eine Kelle Suppe abnehmen und mit dem Schneebesen unter die Joghurtmasse rühren. Die Suppe kurz abkühlen lassen, dann die Joghurtmasse zugeben und unterrühren. Den Topf wieder auf den Herd stellen und die Suppe unter ständigem Rühren erhitzen, bis sie schön andickt - sie darf aber auf gar keinen Fall zu heiß werden und kochen, sonst gerinnt das Ei. Alles mit Salz, Pfeffer und nach Belieben etwas Zitronensaft abschmecken.

4. Die übrige Butter in einer kleinen Pfanne kurz aufschäumen lassen, Kreuzkümmel unterrühren. Die Suppe auf Teller verteilen, mit Kreuzkümmelbutter beträufeln und mit Minze bestreut servieren.

### **TIPP**

Yayla Çorbası - Almsuppe - ist ein echter Klassiker der türkischen Küche, den man je nach Jahreszeit warm oder kalt essen kann. Normalerweise wird die Suppe einfach mit zerlassener Butter beträufelt, in die man 1 EL zerriebene, getrocknete Minze rührt und mitaufschäumt.

Manchmal denke ich, ich bin als Säugling nicht mit Milch, sondern mit Joghurtsuppe großgezogen worden – ich habe sie wirklich literweise gegessen, bzw. fast getrunken. Weil mein Vater ein echter Kräuternarr ist, kommt auf unsere Suppe immer reichlich frische Minze oder auch mal Dill.





# TÜRKISCHE KOHLROULADEN

**FÜR 8 PERSONEN**

**ZUBEREITUNG:** 1 Std.

**GAREN:** 2 Std.

**PRO PORTION:** ca. 350 kcal

250 g Reis  
1 großer Weißkohl (ca. 2 kg)  
2 große Zwiebeln  
1 großes Bund glatte Petersilie