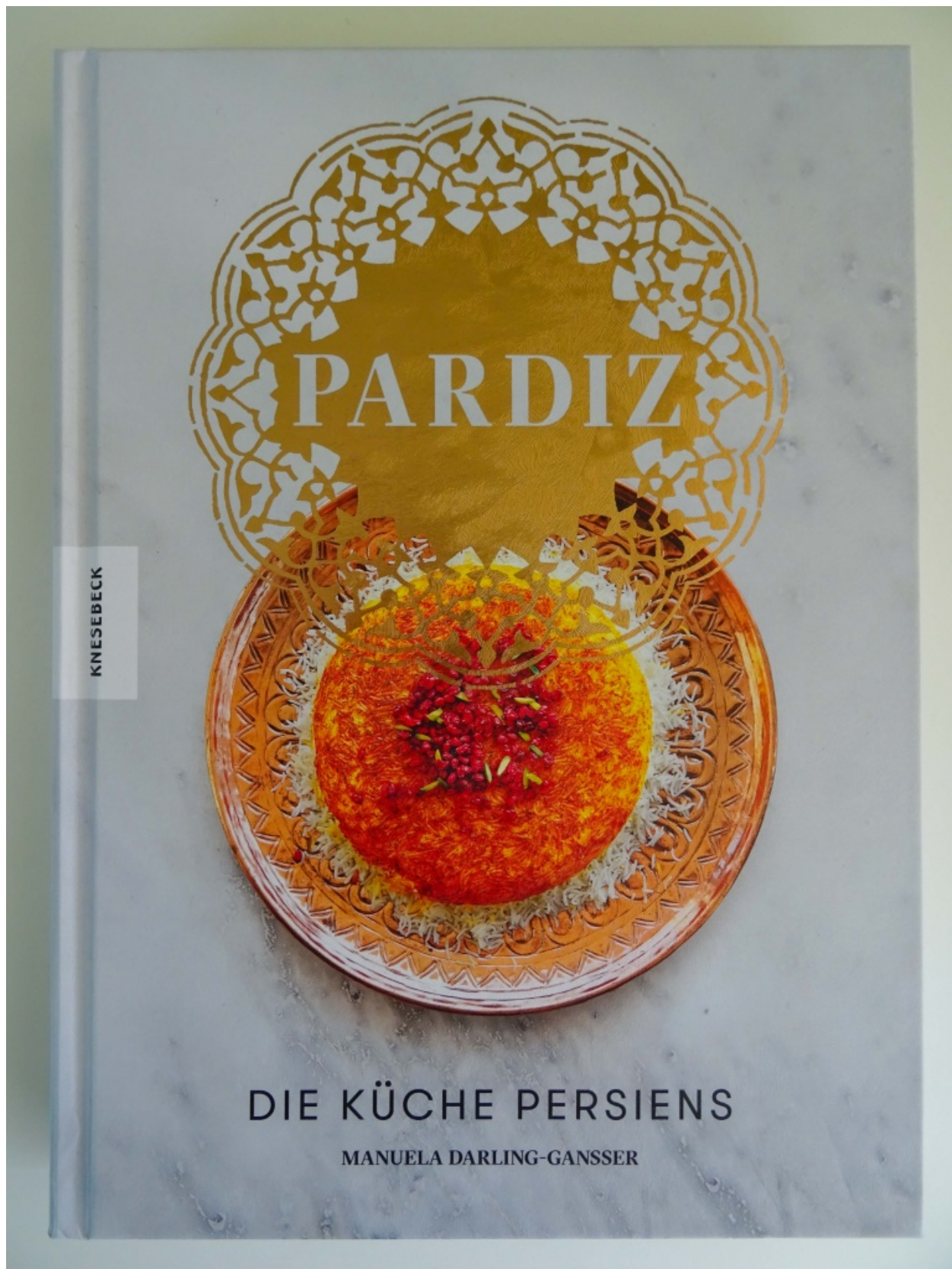


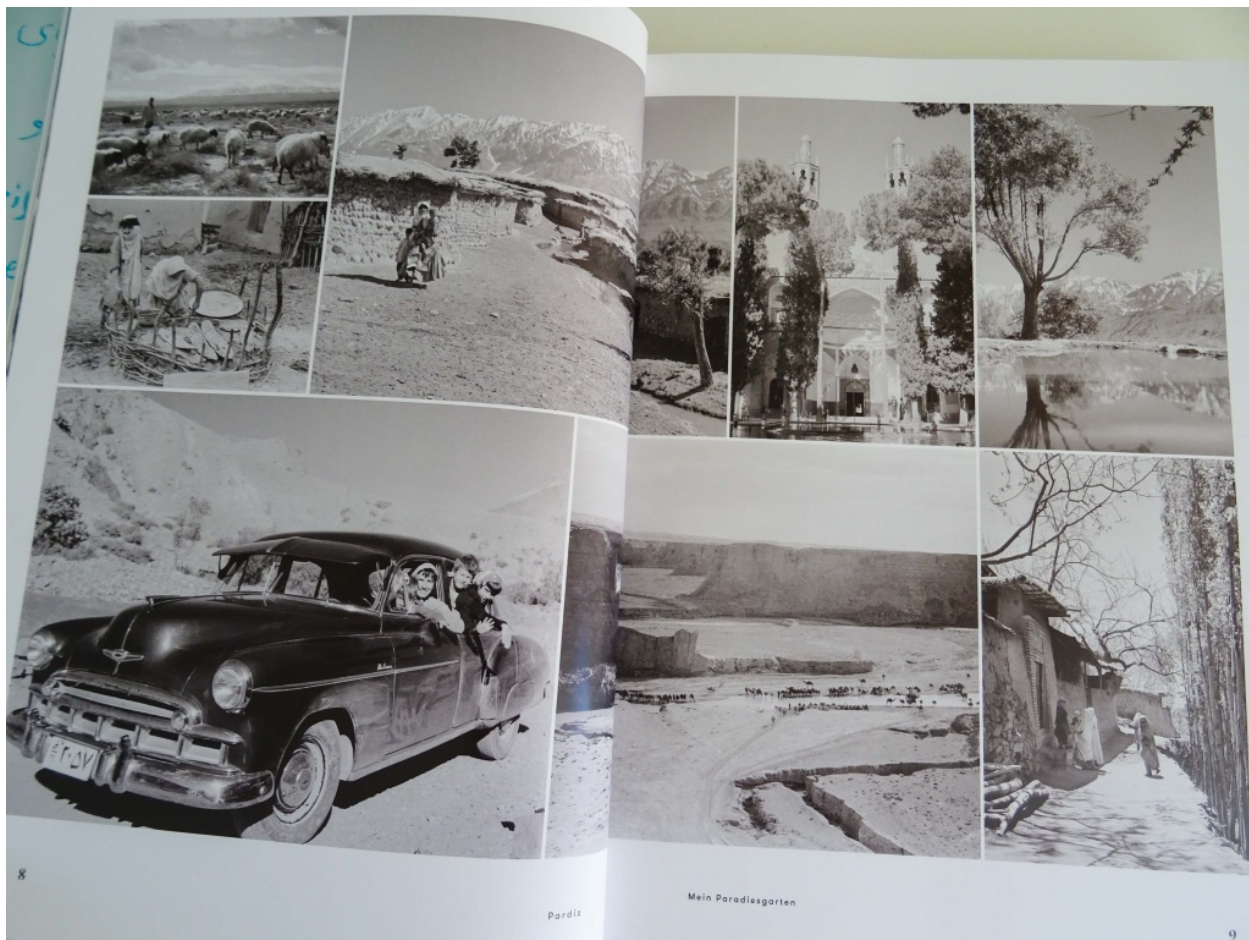
Buchvorstellung: Pardiz - Die Küche Persiens (Manuela Darling-Gansser)



Ein neues Kochbuch ziert meine Sammlung und ich bin ganz verliebt. Mit der persischen Küche habe ich noch nicht so viel Berührung gehabt, auch wenn tatsächlich schon ein anderes [Buch mit persischen Rezepten](#) in meinem Regal steht. Über das Land, seine Geschichte und seine Kultur weiß ich

jedoch kaum etwas. Das merkte ich, als ich in „Pardiz“ schmökerte und sich mir durch die persönlichen Erlebnisse der Autorin und ihr Wissen über das Land und seine Bewohner, eine ganz neue Welt eröffnete.

Manuela Darling-Gannser verbrachte die ersten 9 Jahre ihres Lebens im heutigen Iran, spricht Farsi und ist eng verbunden mit der Kultur und dem Essen. Sie erzählt von ihrer Kindheit in Persien, von Menschen, die sie dort kennen lernte und von den Besonderheiten bestimmter Regionen.



Inhalt:

Manuela nimmt den Leser mit in „ihren Paradiesgarten“, auf den Tadschrisch-Markt, ans Kaspische Meer, aufs Persische Plateau,... Sie erzählt von der Kultur des Teetrinkens, zeigt uns iranisches Picknick, Gärten, Streetfood, die Kunst der Gastlichkeit. Man lernt etwas über die persische Reisgeschichte, über den Luxus im alten Persien, über die Rosenernte und Eis in der Wüste.



Ku ku-ye bademjan

Auberginen-Frittata



Dieses ku-ku-Gericht sieht fantastisch aus, wenn es im Ganzen serviert und am Tisch portioniert wird. Außerdem ist es ideal für ein Picknick geeignet.

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Die Auberginenscheiben auf zwei eingetönten Backblechen verteilen (sie sollten sich nicht überlappen), mit etwas Olivenöl beträufeln und im Backofen backen, bis sie sich goldbraun zu färben beginnen (das dauert etwa 15 Minuten). Dabei darauf achten, dass sie nicht verbrennen.

Eine Springform (28 cm Durchmesser) mit Backpapier auslegen.

Den Boden der Form mit einigen Auberginenscheiben bedecken (denken Sie daran, dass dies nach dem Stürzen die sichtbare obere Seite ist).

Die Zwiebeln und den Knoblauch in einer Pfanne in etwas Öl und Butter glasig anschwitzen. Dann die gemahlene Gewürze zugeben und etwa 2 Minuten anrösten, bis sie aromatisch duften. Die Petersilie und die Minze unterrühren.

In einer Schüssel die Eier, die Semmelbrösel und die Berberitzen verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung über die Zwiebeln in die Pfanne gießen, die restlichen Auberginenscheiben hineingeben und behutsam umrühren.

Diese Mischung auf die Auberginen in der Form verteilen, einige Butterflöckchen daraufgeben und alles im Backofen 25 Minuten backen. Die Frittata herausnehmen, ein wenig abkühlen lassen und auf eine Platte stürzen.

Ich esse diese Frittata am liebsten kalt, dann sind die Aromen noch kräftiger.

- 4 junge feste Auberginen, gewaschen und längs fein gehobelt
- Olivenöl und Butter zum Garen
- 3 rote Zwiebeln, geschält und in feine Streifen geschnitten
- 3 Knoblauchzehen, geschält und gehackt
- je 2 TL gemahlene Kurkuma und Kreuzkümmel
- 1 TL gemahlener Zimt
- 1 großes Bund frische glatte Petersilie, gewaschen und Blätter grob gehackt
- 1 kleines Bund frische Minze, gewaschen und Blätter grob gehackt
- 6 Eier
- 2-3 EL Semmelbrösel
- 2-3 EL Berberitzen, 5 Minuten in kaltem Wasser eingeweicht und abgetropft
- Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für 4 Personen

Das Kaspiische Meer

81

Kostprobe?

In jedem Kapitel stellt sie Rezepte vor, bei denen einem das Wasser im Mund zusammen läuft. Wie klingt für euch „Weiße-Bohnen-Suppe mit Lammfleisch“ oder „Gebackener Reis mit Goldkruste und Spinat-Auberginen-Füllung“?

Naschkatzen müssen unbedingt „Plätzchen mit Dattel-Walnuss-Füllung“ probieren oder eine spektakuläre „Safraneiscreme“.



Was mir an diesem Buch besonders gefällt, sind die authentischen Rezepte, die Manuela bei ihrem Streifzug durch das Land ihrer Vergangenheit zusammenträgt. Sie sind traditionell und modern und bringen einem die persische Küche in ihrer Vielfalt wunderbar nahe.

Die persönlichen Erinnerungen und Begegnungen der Autorin machen die für uns recht exotische Kultur greifbarer und die Gerichte machen definitiv Hunger.



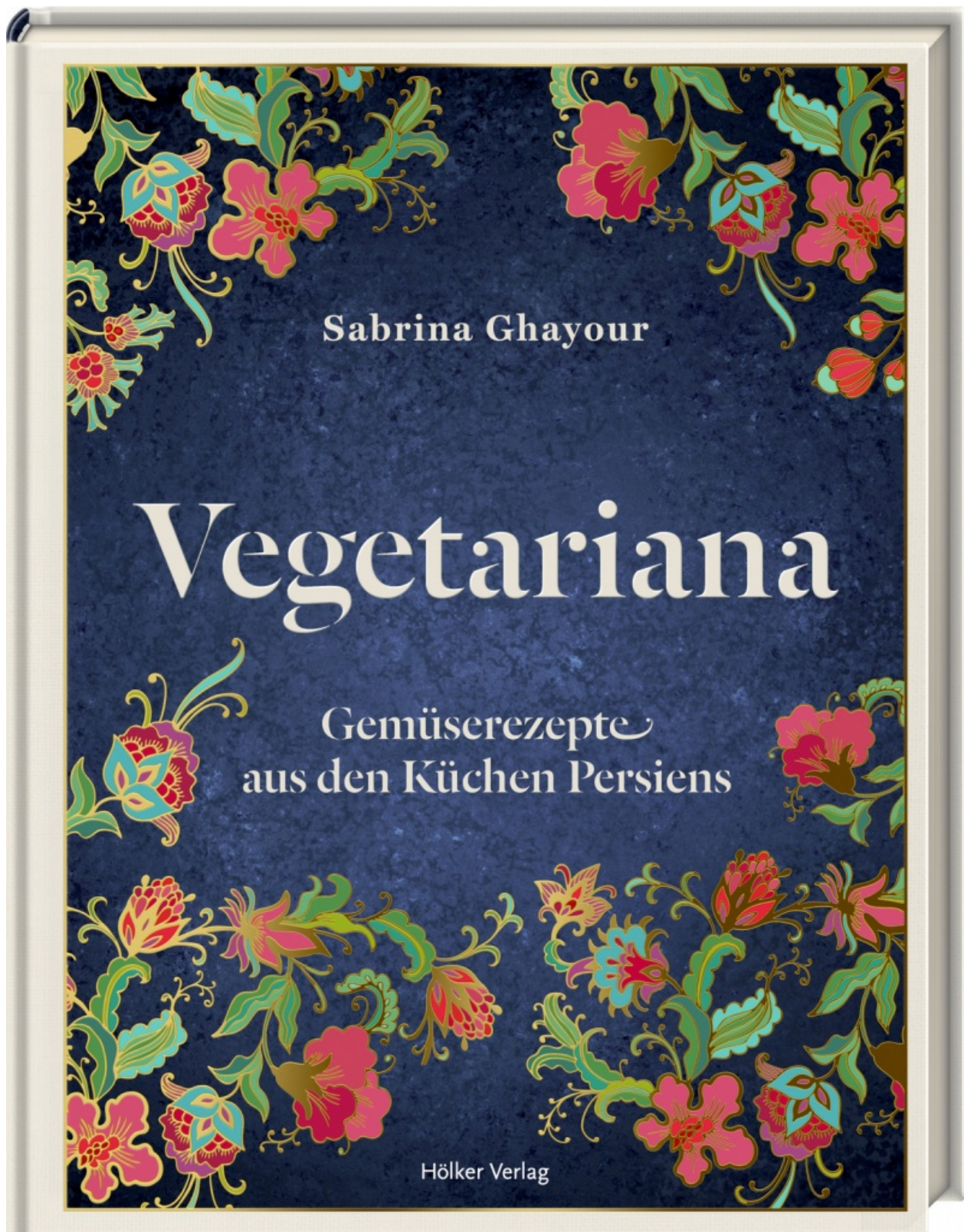
Wer sich für den Iran und sein Essen interessiert, der sollte dieses Buch unbedingt haben!

Sicherlich werde ich bald mal persische Kekse backen...

Euch wünsche ich ein genussvolles Wochenende! Macht es euch schön,
eure Judith

Manuela Darling-Gansser
[Pardiz – Die Küche Persiens](#)
 Kneesebeck Verlag
 ISBN 978-3-95728-374-0
 36,00 Euro

Buchrezension: „Vegetariana. Gemüserezepte aus den Küchen Persiens“ von Sabrina Ghayour



Braucht die Welt noch mehr Kochbücher? Diese Frage stellte mir am Freitag ein Fotograf, bei dem ich Portraits von mir für mein aktuelles Buchprojekt machen ließ. Ich hatte ihm erzählt, wofür die Bilder seien und dass ich Kochbücher übersetze und auch sammle.
Meine Antwort? Natürlich! Die Welt kann nie genug schöne

Kochbücher haben!

Kochen und Essen ist für mich eine der schönsten Dinge überhaupt und dass Essen Menschen verbindet und glücklich macht, steht wohl außer Frage.

Und deshalb gibt es heute eine weitere Buchvorstellung: „Vegetariana. Gemüserezepte aus den Küchen Persiens“ von Sabrina Ghayour ist ein wunderschönes Buch, das man auf seine Weihnachtswunschliste setzen oder selbst verschenken kann.

Das über 200 Seiten starke, sehr farbenfrohe Buch macht schon beim ersten Durchblättern Appetit. Jedes Rezept ist bebildert und zwischen den Rezepten oder Kapiteln findet man immer wieder stimmungsvolle Foodfotos.

Gegliedert ist das Buch in 9 Kapitel, die die ganze köstliche Spannweite vegetarischer persischer Küche umfassen:



INHALT

EINLEITUNG	6
LEICHTE HAPPEN & VORSPEISEN	8
.....	
KÖSTLICHES AUS EIERN & MILCHPRODUKTEN	36
.....	
SUPPEN & EINTÖPFE	56
.....	
PIES, BROTE & PASTETEN	72
.....	
SALATE FÜR ALLE JAHRESZEITEN	88
.....	
HIMMLISCHE HAUPTMAHLZEITEN	118
.....	
GUTES AUS DER VORRATSKAMMER	140
.....	
BEILAGEN FÜR GENIESSER	160
.....	
SÜSSE VERSUCHUNGEN	196
.....	
REGISTER	230
DANKSAGUNG	238

Zu jedem Rezept schreibt die Autorin ein paar persönliche Worte – Erinnerungen, die sie mit dem Gericht verbindet, historische Details zum Gericht oder Zutaten, oder wie das Gericht entstanden ist.

Die Rezepte sind in klare Arbeitsschritte gegliedert und sehr

übersichtlich

gestaltet.



Kostprobe gefälltig?

Unbedingt ausprobieren möchte ich „Grünkohl-Kuku mit Pinienkernen“ (eine Art Frittata), die „weltbesten Toasts“ mit Halloumi, Zwiebel, Tomate, Harrisa und Honig, „Roter und weißer Reissalat mit Butternusskürbis & Granatapfel“, „Pecorino-Wirsing-Reis mit Zitrone und schwarzem Pfeffer“ und den „Ras-el-hanout-Buttermilchkuchen mit Rosen-Glasur“.

Klingt vielseitig und sehr verführerisch, oder? Ich finde, dieses Buch bietet großartige, kreative vegetarische Gerichte, bei denen hoffentlich niemand Fleisch vermissen wird und an denen jeder Liebhaber vegetarischer Küche seine Freude haben



wird.

Ich freue mich schon auf viele aromatische Gaumenfreuden und hoffe, ihr habt jetzt Lust auf unkomplizierte und doch exotische Rezepte!

Habt eine genussvolle Woche!

Eure Judith

Sabrina Ghayour

Vegetariana. Gemüserezepte aus den Küchen Persiens

ISBN: 978-3-88117-215-8

Verlag: Hölker Verlag

Seiten: 240

Hardcover

28,00 €

**** Beitrag enthält unbezahlte Werbung in Form einer**

Produktnennung/Buchvorstellung **

Das Foto des Buchcovers wurde mir freundlicherweise vom Verlag zur Verfügung gestellt