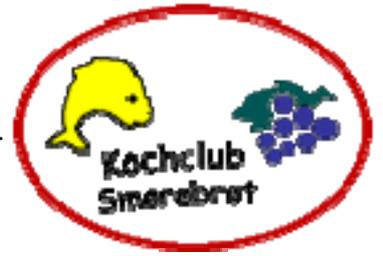




Smørebrot Kochsession

22. November 2007



Apéro
Brandy Sour Longdrink
mit Oliven

Zypriotischer Salat

Choriatiki Suppe

Stifado

Jiaourti

Mengen für 8 Personen

Brandy Sour Longdrink

2 cl	guter Brandy
4 cl	Zitronensirup
3 Spritzer	Angostura-Bitter
	Sodawasser (prickelndes Mineralwasser)
	Eiswürfel

Fülle in ein Longdrinkglas den Brandy, gefolgt von Zitronensirup und Angostura-Bitter. Mit Sodawasser aufspritzen. Eiswürfel nach belieben.
(Menge pro Longdrink)

Zypriotischer Salat

1	Weißkohl (350 g)
4	Tomaten
4	rote Zwiebeln
	Römersalat oder Eichblatt- und Kopfsalat,
4 El	Zitronensaft
4 El	Rotwein-Essig
	Salz & Pfeffer
10 El	Olivenöl
1 Bund	Minze
1 Bund	glatte Petersilie

Vom Weißkohl die äußeren Blätter entfernen. Weißkohl achteln, Strunk entfernen und den Kohl auf dem Gemüsehobel fein hobeln.
Tomaten abspülen und in Achtel schneiden. Zwiebeln abziehen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Salat waschen, gründlich abspülen und nur kurz abtropfen lassen. In mundgerechte Stücke zupfen.
Zitronensaft, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Öl mit einer Gabel unterziehen. Kräuter abspülen, trocken schütteln und grob hacken.

Choriatiki Suppe

300 g	weiße (gekochte) Bohnen
2 Stangen	Lauch
2	Zwiebel
4	Karotten
4 El	Olivenöl
2 - 3 l	Fleischbrühe
	Weißbrot
	Salz und Pfeffer

Den Lauch waschen und den weißen Teil davon in feine Ringe schneiden.
Die Zwiebel schälen, fein würfeln und beides in heißem Olivenöl etwas anbräunen.
Mit der Fleischbrühe ablöschen und etwa 40 Minuten kochen lassen. Nun die bereits gekochten Bohnenkerne zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und für weitere 10 Minuten weiterkochen.
Sie servieren die Suppe, indem Sie eine Scheibe Weißbrot in den Teller legen und die Suppe darüber gießen.

Stifado

(Rindfleisch in Rotwein)

1,2 kg	magerer Rindsbraten, z.B. Schulter, in Würfel von ca. 5 cm geschnitten
	Bratbutter
4	Zwiebel, halbiert
8	Lorbeerblättern
8	Nelken, die Zwiebel damit besteckt
4	Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
1	Zimtstange
2 Tl	gemahlener Kreuzkümmel
4 El	Tomatenpüree
8	Tomaten, in Würfel geschnitten
2 Tl	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskatnuss
2 El	Oreganoblättchen
4 El	Rotweinessig
3 dl	Rotwein
	Oregano zum Garnieren

Fleisch in der heißen Bratbutter rundum anbraten. Herausnehmen, beiseite stellen. Nach Bedarf etwas Bratbutter in dieselbe Pfanne geben. Zwiebel, Knoblauch, Zimt, Kreuzkümmel und Tomatenpüree bei mittlerer Hitze braten. Tomaten beifügen, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Oregano würzen. Fleisch beifügen. Mit Essig und Rotwein ablöschen. Bei kleiner Hitze zugedeckt 1½ Stunden schmoren lassen. Nach Bedarf etwas Wasser beifügen.

In Schüsseln oder auf Tellern anrichten. Mit Oregano garnieren.

Stifado mit Brot, Nudeln oder Reis servieren.

Jiaourti

(Jogurt mit Baumnüssen)

1200 g	Jogurt nature
8 El	flüssiger Honig
24	Baumnusshälften

Jogurt in Dessertschälchen verteilen. Honig darüber gießen und Baumnüsse drauflegen. Baumnüsse nach belieben mit Zucker glasieren.