

BORSCHT**(ROTE-RÜBEN-SUPPE) FÜR 4 PERSONEN**

- 1 Rote Rübe, 500 g Rindfleisch
- 250 g Weißkraut, 2 Erdäpfel
- 1 Karotte, 1 Wurzelpetersilie oder Knollensellerie
- 3 Zwiebeln, 2 EL Butter
- 4 Paradeiser, 1 rote Paprikaschote
- 1 EL Paradeismark, 1 EL Zucker
- 1 EL Dille, 1 EL Petersilie, Salz

Die Roten Rüben in Wasser 90 Minuten bei mäßiger Hitze garen. Abkühlen lassen, schälen und reiben. Das Rindfleisch in kochendes Wasser geben und garen, dann klein schneiden. Das in Streifen geschnittene Weißkraut in Wasser garen. Erdäpfel schälen und kochen. Rote Rüben, Karotten, Wurzelpetersilie und fein gehackte Zwiebeln zehn Minuten in Butter dünsten. Zerstampfte Erdäpfel, geschälte, entkernte und klein geschnittene Paradeiser, klein geschnittener Paprika, Paradeismark und Zucker zum Gemüse geben. Rindsuppe und Erdäpfelwasser hinzugeßen. Weißkraut hineinstreuen und bei mittlerer Hitze aufkochen. Gehackte Dille und Petersilie hinzufügen, salzen und 15 Minuten ziehen lassen.

MAZZEKUGEL 1**FÜR 8 PERSONEN**

- 4 Matzoth
- 600 g Erdäpfelpüree, 4 Eier
- 2 EL gedünstete Zwiebeln
- Salz, Pfeffer, 200 g Spinat
- 2 EL Paradeismark, 70 g Öl
- Etwas Paprikapulver

Die Matzoth anfeuchten, sodass sie etwas aufweichen. 200 Gramm Erdäpfelpüree (entspricht einem gefüllten Trinkglas) mit einem Ei, den gedünsteten Zwiebeln, Salz und Pfeffer verrühren. Backform einfetten, mit einer Matzah auslegen, das Erdäpfelpüree darübergeben und mit einer Matzah abdecken. Weitere 100 Gramm Erdäpfelpüree mit einem Ei, dem klein gehackten Spinat, Salz und Pfeffer verrühren, auf die Matzah streichen und mit einer weiteren Matzah abdecken. 200 Gramm Erdäpfelpüree mit einem Ei, Paradeismark, Salz und Pfeffer verrühren. Auf die Matzah geben und mit der letzten Matzah bedecken. 100 Gramm Erdäpfelpüree mit Ei, Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Öl verrühren und auf die oberste Matzah streichen. Bei mittlerer Hitze ca. 40 Minuten im Rohr backen, bis die Kruste goldgelb ist.

FALAFEL**(FRITTIERTE KUGELN AUS KICHERERBSEN) FÜR 4 PERSONEN**

300 g Kichererbsen, 1 Zwiebel
 1 TL Speisenaatron oder Backpulver
 Salz, Pfeffer, etwas Paprikapulver
 1 EL gemahlener Koriander
 2 Knoblauchzehen, Petersilie
 1 Ei
 1 Tasse Semmelbrösel
 Öl zum Backen

Die Kichererbsen über Nacht in Wasser einweichen, dann in Wasser kochen.

Die Kichererbsen mit der fein gehackten Zwiebel, dem Natron, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, gemahlenden Koriander, den zerdrückten Knoblauchzehen, der geschnittenen Petersilie, dem verquirlten Ei und den Semmelbröseln im Mixer oder mit dem Pürierstab zu einem Brei vermischen. Bei Bedarf etwas Kichererbsenwasser hinzufügen. Den Brei etwas stehen lassen. Aus der Masse mit nassen Händen kleine Kugeln formen. Diese in reichlich heißem Öl goldbraun backen, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Falafel wird meistens mit Techina serviert.

In orientalischen Geschäften kann man fertiges Falafel-Pulver kaufen, das man nur noch mit Wasser vermischen muss.

BULGUR-KICHERERBSEN-SALAT**FÜR 8 PERSONEN**

575 g Kichererbsen
 150 g Bulgur
 125 g Olivenöl
 125 ml Zitronensaft
 Salz, Pfeffer
 1 Bund Frühlingszwiebeln
 1 Bund Petersilie, 150 g Karotten

Die Kichererbsen über Nacht einweichen, dann abgießen und weich kochen.

Den Bulgur einweichen, dann abgießen, ausdrücken und weich kochen.

Für die Marinade Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermischen. Die Frühlingszwiebeln klein schneiden, die Petersilie fein hacken, die Karotten in feine Streifen schneiden. Alle Zutaten in die Marinade geben, vor dem Servieren durchmischen.





פארווע

Parve

TEIGLACH

FÜR 30–40 STÜCK

4 Eier
 Etwas Wasser
 3 EL Öl
 1 TL Zucker
 Salz
 2 ½ Tassen Mehl
 1 TL Backpulver
 ½ Tasse Nüsse

Für den Sirup

500 g Honig
 ½ Tasse brauner Zucker
 4 Tassen Wasser
 2 TL Ingwer

Eier versprudeln, etwas Wasser, Öl, Zucker, Salz, Mehl und Backpulver nach und nach hinzugeben und verrühren. Aus dem Teig 30 bis 40 kleine Röllchen formen, die grob gehackten Nüsse hineindrücken und jeweils zu einer Schnecke zusammenrollen.

Die Teiglach bei 180 °C so lange backen, bis sie goldbraun sind.

In einem Topf Honig, Zucker, Wasser und Ingwer 15 Minuten kochen lassen, bis der Zucker aufgelöst ist. Die Teiglach in den Sirup legen und 20 bis 30 Minuten kochen lassen, dabei vorsichtig umrühren. Die Teiglach herausnehmen und auskühlen lassen.

Manche garnieren die Teiglach auch noch mit Maraschino-Kirschen oder Rosinen.

NUNT**(KARAMELL-ZUCKERL)**

500 g Bienen- oder Waldhonig
 ½ Tasse Zucker
 200 g zerstoßene Walnüsse
 Etwas Wasser oder Öl

Honig und Zucker aufkochen, die Nüsse beifügen und unter Umrühren so lange auf kleiner Hitze kochen, bis sich die Masse bräunlich verfärbt. Die heiße Masse fingerdick auf ein eingefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen. Nach einigen Minuten in kleine Vierecke zerschneiden. Das Messer dabei in heißes Wasser oder Öl tauchen. Nunt erkalten lassen und dann in einem verschließbaren Behälter aufbewahren.

NUNT MIT SESAM UND WALNÜSSEN

2 Tassen Zucker
 ⅔ Tasse Waldhonig
 ½ TL gemahlener Ingwer
 Etwas Salz
 2 Tassen Sesam
 ½ Tasse gehackte Walnüsse

Zucker, Honig, Ingwer und eine Prise Salz unter ständigem Rühren so lange erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist. Vorsichtig weiterköcheln lassen. Nach 20 Minuten den Sesam und die zerstoßenen Walnüsse unterziehen. Nunt wie oben auf ein Backblech gießen, glatt streichen und zerschneiden.

Meine Mutter hat Nunt mit Haferflocken gemacht. Schmeckt ebenfalls sehr gut!