



Tabouleh – Sommersalat auf irakische Art

1 kg Paradeiser, ¼ kg Petersilie, 200 g Bulgur, Saft von 4 Zitronen, 2 Essl. Salz, 4 Essl. Olivenöl, 1 Stamperl Essig;

Bulgur in kaltem Wasser 2 Stunden einweichen. Tomaten klein würfeln. Petersilie fein hacken. Zitronen auspressen. Tomaten und Petersilie verrühren. Bulgur ausdrücken und mit den Händen untermischen. Salz, Zitronensaft, Olivenöl und Essig dazu. Alles gut verrühren. Kalt genießen!



Aruz Bel Halib – Milchreis auf syrische Art

1 l Milch, 1 Tasse Reis, 4 Essl. Kristallzucker, etwas Vanillezucker, etwas Stärkemehl in Wasser verrührt;

Reis am besten über Nacht einweichen. Dann Reis so oft waschen, bis Stärke weg und Wasser klar ist. Milch aufkochen lassen. Zucker dazugeben. Noch einmal aufkochen lassen. Jetzt den Reis dazugeben. Auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren weichkochen. Ein paar Minuten vor Fertigwerden die aufgelöste Stärke langsam einrühren. Dann sofort weg vom Herd. In Schalen füllen und noch heiß in den Kühlschrank. Vor dem Servieren mit geriebenen Mandeln oder Kokosflocken oder Zimt oder ... bestreuen. Guten Appetit!

DANKE an die Köchinnen FARAH und SHERIN und an Dolmetsch / Koch ALI!