

# Griechische Rezepte

## Zu den Griechischen Rezepten:

|                                   |                                |  |
|-----------------------------------|--------------------------------|--|
| <i>Bauernsalat-griechisch</i>     | <i>Gyros</i>                   |  |
| <i>Bifteki-griechisch</i>         | <i>Hasen Stifado</i>           |  |
| <i>Gefüllte Lammkeule</i>         | <i>Maiskolben vom Grill</i>    |  |
| <i>Griechischer Knoblauch Dip</i> | <i>Moussaka</i>                |  |
| <i>Griechischer Tzatziki</i>      | <i>Saganaki</i>                |  |
| <i>Griechische Zitronensuppe</i>  | <i>Überbackener Schafskäse</i> |  |
| <i>Griechischer Milchreis</i>     |                                |  |
| <i>Griechischer Salat</i>         |                                |  |

Mitte der 70ziger Jahre haben meine Eltern für einige Jahre in Griechenland gelebt. In dieser Zeit habe ich die griechische Küche und die griechische Lebensart kennen und schätzen gelernt. Bis zu diesem Zeitpunkt beschränkte sich mein Wissen über die griechische Küche auf Gyros und Tzatziki, wobei es damals zumindest in Athen gar keinen Gyros gab. Auch Souvlaki fand man eigentlich nur am Strassenrand, wo die Souvlakispieße auf Holzkohlegrills zubereitet und dann meist in Portionen von 5 Spießen verkauft wurde.

Dafür konnte man in den kleinen Restaurants der Athener Vororte köstlich speisen. Die Tische bogen sich förmlich unter den vielen Vor- und Hauptspeisen und jeder bediente sich und aß das was er mochte und das zu Preisen, die heute keiner mehr für möglich halten würde. Voraussetzung war natürlich, das man mit griechischen Freunden Essen ging.

Die bei uns übliche Sitte, das jeder seine Bestellung auf einem eigenen Teller serviert bekommt, gibt es in Griechenland nur in den Touristengegenden. Warm gegessen wird in

Griechenland erst spät am Abend, tagsüber ist es zumindest im Sommer einfach zu heiß.

In der griechischen Küche werden sehr gerne viele verschiedene Arten von Vorspeisen gereicht. Die wohl bekanntesten griechischen Vorspeisen sind gefüllte Weinblätter, Schafskäse und Tsatsiki. Bei den gefüllten Weinblättern handelt es sich um Weinblätter welche mit einer Mischung aus Reis, Dill, Petersilie, Zwiebel, Minze, Salz und Pfeffer gefüllt sind.

Die gefüllten Blätter werden dann gekocht und dürfen nach dem kochen abkühlen. Gefüllte Weinblätter werden immer kalt gereicht. Tzatziki ist Joghurt, welches mit geriebenen Gurken, Knoblauch, Essig, Salz und Olivenöl zubereitet wird.

Tzatziki wird meist als Beilage zu Fleischgerichten wie zum Beispiel zu Gyros oder Lamnbraten aber auch als eigenständige Vorspeise gereicht. Zu Tzatziki werden gerne Pizzastangen mit Knoblauch oder Weißbrot gegessen.

Typische Hauptgerichte in der griechischen Küche sind Gerichte die in der Backform zubereitet werden. Sämtliche Zutaten kommen in eine Backform, die dann zum Bäcker gebracht wird, der die Speisen in seinem Backofen gart.

### **Moussaka Rezept:**

Ein typisches griechisches Gericht für den Backofen ist die Moussaka, ein beliebter Kartoffel Auberginen Auflauf mit folgenden Zutaten:

ca. 300 g gegarte, festkochende Kartoffeln

500 g Rinder oder Lamm Gehacktes

Olivenöl

Knoblauch

Oregano

Pfeffer

Zitronensaft

Salz

2 gehackte Tomaten oder geschälte Tomaten aus der Dose

500 gr Auberginen

Pfeffer

Salz

Milch

Butter

Mehl

100 gr geriebener Gravierakäse