

13 Nationen. Eine Klasse. Ein Kochbuch.

KLASSE 7C | 2020/2021



An die Töpfe,
fertig und ...

... guten Appetit :)



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	S.5
Deutschland	S.6-9
Frankreich	S.10-11
Griechenland	S.12-17
Japan	S.18-19
Kambodscha	S.20-21
Moldawien	S.22-23
Mongolei	S.24-29
Nigeria	S.30-31
Österreich	S.32-35
Südafrika	S.36-37
Südkorea	S.38-41
Türkei	S.42-43
USA	S.44-52
Danksagung	S.53

13 Nationen. Eine Klasse. Ein Kochbuch.

Wir sind das Projektteam der Klasse 7C und hatten im Rahmen des Faches Projektmanagement Praxis 2020/21 die köstliche Idee, ein internationales Kochbuch zu gestalten. Schließlich sind wir eine bilinguale Klasse mit Schülern aus allen Teilen der Welt. Ganze 13 Nationen sind in unserer Klasse vertreten. Da lag es nahe, alle unsere MitschülerInnen zu bitten, uns ihr ganz persönliches, nationales Lieblingsgericht passend zu einer Tradition vorzustellen. Mit dem Ergebnis, dass nun ein fein zubereitetes Kochbuch vorliegt, das allen erlaubt, in die Kochtöpfe und Esstraditionen von 13 Ländern zu schauen. Damit nicht genug, es soll auch motivieren, selbst den Kochlöffel zu schwingen und die internationalen Rezepte nachzukochen.

Also, ran an die Töpfe und Pfannen!

Wir wünschen Euch viel Freude und ganz großen Appetit.

Euer Projektteam,

Athina Stellatos, Selina Berger, Nicola Kober, Luisa König, Mathias Pfusterschmid und Sreylin Rojnik aus der 7C

Deutschland:

Die Königsberger Klopse gehen weit in das frühere Ostpreußen zurück. Sie wurden nämlich nach der damaligen deutschen Stadt Königsberg benannt und sind heute noch eines der bekanntesten regionalen Spezialitäten. Da diese Mahlzeit eine eher aufwendigere Zubereitung benötigt, ist sie für beliebige besondere Anlässe geeignet. Wie zum Beispiel am Nikolaustag. Der Geschichte zufolge wurde der heilige Nikolaus um 270 in Patara geboren und starb vermutlich am 6. Dezember 345. Nikolaus von Myra war ein äußerst frommer Priester. Später wurde er zum Abt ernannt. Schon zu dieser Zeit kümmerte er sich um die Armen, gab ihnen einen Teil seines Vermögens und war wegen seiner Güte und Großzügigkeit bekannt.

Die Brauchtümer rund um den Nikolaustag sind weit verbreitet und stoßen vor allem bei den Kleinen auf Begeisterung. Der Volksmund besagt, dass der heilige Nikolaus in der Nacht vom 5. auf den 6. Dezember mit seinem Schlitten unterwegs ist und die Schuhe und Strümpfe der Kinder mit kleinen Geschenken und Süßigkeiten füllt.

Königsberger Klopse

Zutaten:

500g gemischtes Hackfleisch
2 Brötchen
1 Zwiebel
2 kleine Eier
Salz
Pfeffer
1 Liter Fleischbrühe
1 Lorbeerblatt
3 - 4 schwarze Pfefferkörner

Für Sauce:

3 EL Butter
2 EL Mehl
Fleischbrühe
Kapern
125 ml Sahne
Muskat
1 - 2 EL Zitronensaft



Zubereitung:

Zuerst die Brötchen einweichen. Dann die Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und in etwas Fett anbraten. Das Hackfleisch in eine Schüssel füllen, die Brötchen ausgedrückt dazu geben. Zusammen mit Salz, Pfeffer zwei Eiern und den gebratenen Zwiebeln in geschmeidigen Fleischteig vermengen.

In einem großen Topf Fleischbrühe mit 1 Lorbeerblatt und ein paar Pfefferkörnern zum Kochen bringen. Mit nassen Händen aus dem Fleischteig Klopse formen und in die Brühe legen. Die Königsberger Klopse 20 Minuten bei niedriger Hitze ziehen lassen.

Dann die Soße. Etwas Butter in einem Topf schmelzen, den Topf zur Seite schieben und das Mehl einrühren. Mit Kochbrühe auffüllen, damit eine dickliche Soße entsteht. Dann mit Sahne, Zitrone und Muskat würzen.

Die Königsberger Klopse aus der restlichen Brühe heben und in der Soße noch ein paar Minuten ziehen lassen. Dann noch 1 – 2 EL Kapern in der Soße erwärmen und servieren.

Deutschland:

Wenn Sie irgendetwas aus deutscher Küche kennen, dann ist es bestimmt der klassische Apfelkuchen. Erst nach dem Mittelalter wurden süße Speisen wie diese in Europa und Deutschland gängiger, denn früher waren Zucker und Fruchtfüllungen ein Luxus. Schließlich ist er jetzt in den verschiedensten Varianten bekannt, aber schmecken tut er bei allen Rezepten; bei diesem vielleicht noch ein bisschen mehr! Ob bei Geburtstagen, dem monatlichen Kaffeetreff oder als Weihnachtssnackspeise, der traditionelle deutsche Apfelkuchen geht immer, wenn etwas gefeiert werden soll.

Apfelkuchen

Vorteig:

90g Weizenmehl 550
55g Milch
15g Frischhefe
10g Zucker

Hauptteig:

Vorteig
185g Weizenmehl 550
40g Zucker
40g Butter
3 Eigelb
20-40g Milch
2g Salz
20g Zitronensaft

Belag:

1,5kg Äpfel
50g Zucker
120g Rosinen
30g Butter
Zimt

Streusel:

500g Weizenmehl 405
220g Butter
250g Zucker
20g Zitronensaft
2g Salz



Zubereitung:

Die verrührten Vorteigzutaten 30-60 Minuten gehen lassen.

Alle Teigzutaten außer Butter zu einem glatten Teig kneten. Dann die Butter zugeben und zu einem nicht klebenden, straffen Teig kneten.

45 Minuten gehen lassen.

Die Zutaten für die Streusel vermischen und im Kühlschrank lagern. Den Hauptteig nach den 45 Minuten durchkneten und dann nochmal 30 Minuten gehen lassen.

Die Äpfel schälen und in Spalten schneiden. Die Rosinen für 30 Minuten in Milch einweichen. Dann den Teig auf ein Blech breit drücken und die Apfelspalten auf dem Teig verteilen. Dann Butter über die Äpfel streichen und die eingeweichten Rosinen verteilen. Dann mit Zimt und Zucker bestreuen und die Streusel verteilen.

Den Kuchen dann noch einmal 30 Minuten gehen lassen.

Bei 180°C 30 Minuten backen.



Frankreich:

In Frankreich wird der Dreikönigskuchen am Festtag der drei heiligen Könige gebacken - am 6. Jänner. Alle bekommen ein Stück davon, und im Kuchen steckt einen Glücksbringer, ein Baby oder ein König. Mit dem Glücksbringer wird der Bohnenkönig gelost! Wer den Glücksbringer bekommt, setzt die Krone auf und demjenigen wird ein erfolgreiches und glückliches Jahr versprochen.

Galette des Rois - Dreikönigskuchen

Zutaten - für 12 Personen!

330 g Blätterteig
200 g gemahlene Mandeln
150 g Streuzucker
2 Eier
100 g weiche Butter
Bittermandelaroma
2 Dotter
Glücksbringer & Papierkrone!



Zubereitung:

- Den Ofen auf 210 Grad C. vorheizen
 - Legen Sie den Blätterteig in die Kuchenform und stechen Sie ihn mit einer Gabel ein.
 - Mischen Sie alle Zutaten (Mandelpulver, Zucker, Ei, weiche Butter und Bittermandelaroma) in einer Schüssel.
 - Verteilen Sie die Zubereitung auf dem Teig, geben Sie den kleinen Glücksbringer dazu (an einer Kante, um zu verzichten, darauf beim Schneiden des Kuchen zu fallen!)
 - Refermer la galette avec la seconde pâte et bien souder les bords / Sie den Kuchen mit dem zweiten Teig und versiegeln Sie die Ränder gut
- Mit einem Messer den Teig mit Mustern und dekorieren und mit Eigelb (in etwas Wasser verdünnt) bräunen.
- Machen Sie kleine Löcher in die Oberseite, damit die Luft entweichen kann, sonst kann der Kuchen austrocknen.
 - Für ca. 30 Minuten in den Ofen schieben (überwachen Sie den Backprozess ab 25 Minuten, aber bei Bedarf bis zu 40 Minuten lang im Ofen lassen).
- Bon appétit !

Griechenland part 1:

Die Griechisch-Orthodoxen fasten vierzig Tage lang bis Ostern. Traditionell wird in dieser Zeit kein Fleisch gegessen. Gründonnerstag und Karfreitag. Diese beiden Tage sind geprägt von kirchlichen Zeremonien und Prozessionen durch die Orte. Dabei wird besonders der Kreuzigung und dem Begräbnis Jesu bedacht. Am Gründonnerstag findet außerdem das traditionelle Eierfärben statt. Während in Österreich gerne kunterbunt gefärbt wird, nimmt man traditionell in Griechenland die Farbe rot. Karsamstag. Um 12 Uhr Mitternacht, also eigentlich am Beginn des Ostersonntags, schlagen feierlich die Glocken. Der Höhepunkt ist der Moment, in dem der Priester „Christos Anesti“, Deutsch „Jesus ist auferstanden“ ruft. Die Menschen erwidern den Ruf mit „Alithos Anesti“ „Er ist wahrhaftig auferstanden“. Jetzt wird das Osterlicht als Zeichen für die Erlösung von Jesus verteilt. Jede Person hält eine weiße Kerze, die nur für diesen Dienst verwendet wird. Die Kerze selbst ist in der Regel weiß, kann aber mit Lieblings-Kinder-Helden oder Märchenbuch Zeichen dekoriert werden. Der Priester gibt die Flamme an die Nächsten weiter. Die Flamme wird dann von Person zu Person weitergegeben und es dauert nicht lange, bis die Kirche und der Hof mit flackerndem Kerzenlicht leuchtet. Sobald "Christos Anesti" ausgerufen wird, ist es auch Brauch, dass Kirchenglocken ununterbrochen läuten. Schiffe in Häfen in ganz Griechenland schließen sich an, indem sie ihre Hörner läuten.

Kalitsounia Kritis- Käsetörtchen



Zutaten:

Teig:

500g Mehl

5 EL Olivenöl

1 TL Zitronensaft

Wasser

1 Prise Salz

Füllung:

500 g Frischkäse (Ricotta, Misithria oder Quark)

1 Eigelb

2 Eßl. Honig oder Zucker

evtl. bis zu einem EL Mehl, wenn

Füllung zu weich

Etwas Zimt



Zubereitung:

Die Zutaten für den Teig mischen und nach und nach so viel Wasser zugeben, dass ein geschmeidiger Teig entsteht. Kräftig durchkneten und unter einem Tuch 30 Minuten ruhen lassen. Für die Füllung Käse, Eigelb, Honig und Zimt gründlich zu einer homogenen, weichen Masse vermischen. Wenn sie zu flüssig wirkt, etwas Mehl dazugeben. Den Teig dünn ausrollen. Ca. 7 cm Durchmesser Kreise ausstechen. Etwas Füllung auf den Kreis verteilen, dabei etwas Rand lassen, diesen mit verquirltem Ei bestreichen.

Den Rand mit den Fingern hochbiegen, sodass dabei circa 10 Einbuchtungen von den Fingern entstehen. Einfacher ist es, den Teig in eine kleine Tortelettenform zu drücken und mit der Käsemasse füllen. Für die Zubereitung im Ofen die Kalitsounia mit verquirltem Ei bestreichen, mit Sesam oder Zimt bestreut und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Bei 200 Grad ungefähr 15 Minuten goldgelb backen.

Kaliorexi - Guten Appetit



Griechenland part 2:

Anschließend gehen die Griechen mit der Familie nach Hause und essen gemeinsam die griechische Ostersuppe, die Magirítsa. Als Vorspeise zur Suppe gibt es rot gefärbte Ostereier. Dabei wird gerne ein kleiner Wettbewerb veranstaltet: Zwei Teilnehmer schlagen jeweils mit ihrem Ei auf das Ei des Gegners. Das unversehrte Ei gewinnt. Der Schwerpunkt des Ostersonntags liegt auf traditionellen griechischen Osterspeisen. Vorspeisen, wie griechische Oliven und Tzatziki, Dolmadakia werden für die Gäste serviert, während sie dem Lamm beim Kochen am Spieß zusehen. Öfen werden mit traditionellen Beilagen wie patatesournou und Spanakotyropita gefüllt. Große griechische Weine, Ouzo und andere Getränke fließen frei. Das Essen ist eine langwierige Angelegenheit, oft lange in die Nacht, manchmal bis zu vier Stunden. Ostermontag ist ein Tag, um die Dinge langsam zu nehmen. Es mag lässiger sein, aber es ist auf jeden Fall ein Tag voller köstlicher Reste und eine Zeit, um von den allen vorherigen Feiern zu entspannen und einfach mit der Familie zu genießen.

Dolmadakia - gefüllte Weinblätter

Zutaten:

500g Hackfleisch
200g Reis
Weinblätter
Olivenöl
2 Zwiebeln
1 Bund Dill
1-2 Tomaten
(vllt noch Frühlingszwiebel)
Zitrone

Sauce
2 Eier



Zubereitung:

Frische Weinblätter werden in einem Topf mit reichlich Salzwasser 2-3 Minuten lang blanchiert und anschließend im kalten Wasser abgeschreckt. Über einem Sieb noch die letzte Flüssigkeit abtropfen lassen und die Stiele entfernen.

Den Reis waschen. Dann das Fleisch mit dem ungekochtem Reis den klein gewürfelten Zwiebeln, Tomaten, Dill und 1 EL Öl mischen. Um die Blätter zu füllen und zu rollen, trennen Sie sanft ein Blatt und legen Sie die raue Seite nach oben. Legen Sie eine bis zu einem Teelöffel der Füllung auf dem Blatt an der Stelle, wo der Stamm verbindet das Blatt.



Dolmadakia - gefüllte Weinblätter



Falten Sie den Boden des Blattes über die Füllung, dann die Seiten nach innen und rollen Sie das Blatt. Die Rolle sollte fest, nicht fest sein, da sich die Füllung beim Kochen ausdehnt. Wiederholen, bis die gesamte Füllung verwendet wurde.

2 Tassen Wasser in den Topf schütten und abdecken. 4-5 Scheiben Zitrone als Abschluss obendrauf legen und die Dolmadakia (Weinblätter) mit einem Teller beschweren, damit sie beim Kochen an ihrem Platz bleiben. Das Wasser zum Kochen bringen die Hitze auf niedrig reduzieren und ca. 50 bis 70 Minuten köcheln lassen.

Für die Sauce in einem Kochtopf die Butter schmelzen und das Mehl darin bei schwacher Temperatur 2-3 Minuten Farbe nehmen lassen. Die Sauce kurz zum Kochen bringen und vom Herd nehmen. 1/2 Tasse Sauce abmessen. Die Dotter cremig aufschlagen und den Saft einer Zitrone nach und nach unterziehen. Die Sauce im Kochtopf bei sehr schwacher Temperatur für 2-3 Minuten eindicken. Die Sauce darf auf keinen Fall kochen.



Japan:

Im Gegensatz zu der westlichen Welt, feiern Japaner das Neujahr eher still. Es gibt kein Feuerwerk! In dieser Zeit reisen die Japaner in ihre Heimat und verbringen dort die Feiertage. Geschäfte, Museen und öffentlichen Gebäude haben zu dieser Zeit geschlossen. Statt einer Weihnachtskarte schreiben Japaner eine Neujahrskarte, die mit Tierkreiszeichen versehen sind. Die Karten schicken Sie an Freunde und Familienangehörige, um sich für das vergangene Jahr zu bedanken. Um böse Geister von ihren Häusern abzuhalten, hängen Japaner direkt nach Weihnachten Shimekazari an Türen auf. Ab dem 28. Dezember ein Kagami Mochi-Schrein, der aus zwei runden Mochi und einer kleinen Orangenfrucht besteht. Die beiden Reiskuchen repräsentieren das jetzige und nächste Jahr. Die Mandarine steht für den Bestand der Familie von einer Generation zur nächsten. Die Fächer versprechen eine gute Zukunft. Am Silvesterabend speisen Japaner traditionell Toshikoshi Soba (Buchweizennudeln). Durch das Essen der Nudeln soll dir ein langes und gesundes Leben beschert werden. Am 1. Januar stehen Japaner ganz früh auf, um sich das Glück des neuen Jahres zu sichern. Entweder fahren sie an die Küste oder zum Mount Fuji, um die ersten Sonnenstrahlen des neuen Jahres zu sehen. Dieser Brauch wird im Japanischen Hatsuhinode genannt. Zum Frühstück vom 1. – 3. Januar essen Japaner traditionell Osechi Ryori, das sind traditionelle japanische Neujahrsgerichte. Diese bekommst du in speziellen Schachteln (Jubako). Die Gerichte beinhalten u. a. Orangen, Omelett, Seetang, Fischkuchen, Fischeier, Kletten (Schwarzwurzel) und gesüßte schwarze Bohnen. Jedes Bestandteil besitzt eine bestimmte Bedeutung wie Gesundheit, Langlebigkeit, Fruchtbarkeit und Glück. Die Arten von Osechi Gerichte in japanischen Häusern zubereitet variieren von Region zu Region. gemeinsame Gerichte sind kobumaki (gekocht Kombu Rollen), kuromame (geschmorte schwarze Sojabohnen), kurikinton (Kartoffelpüree mit Edelkastanien), tazukuri (kandierte getrocknete Sardinen), und so weiter.

Kobumaki

Zutaten:

50g getrocknetes Kombu (Seetang); ungefähr 8 Stücke
getrocknetes Kombu
4 Tassen Wasser
8 Streifen getrocknet kanpyo (Kürbis)
Eine Prise Salz
350g Lachsfilet
120ml Sojasauce
4 Esslöffel Zucker
2 Esslöffel Sake
4 Esslöffel mirin



Zubereitung:

Sammeln Sie die Zutaten. Kombu (getrockneter Seetang) 10 Minuten lang einweichen. Reservieren Sie diese Flüssigkeit für den späteren Gebrauch. Reibe eine Prise Salz auf die getrockneten Kanpyo-Streifen und spüle sie anschließend mit Wasser ab. In einer großen Schüssel Kanpyo 15 Minuten in Wasser einweichen. Inzwischen schneiden Sie das Lachsfilet in etwa 10-12 cm lange Streifen. Legen Sie einen Streifen des Lachsfilets auf ein Blatt biegsames Kombu und rollen Sie es.

Binden Sie die Kombu Rollen geschlossen, mit kanpyo Streifen. Legen Sie kombu Rollen in einen mittleren Topf. Dann gießen Sie die reservierte Einweichflüssigkeit in den Topf, mit dem Wasser, das für die Rekonstituierung der kombu (getrockneter Seetang) verwendet wurde.



Gießen Sie die über die Kombu-Rollen. Bringen Sie diese zu einem sanften Kochen bei mittlerer Hitze. Drehen Sie die Wärme eher niedriger. Anschließend Zucker, Sake, Mirin und Sojasauce in den Topf geben. Bei niedriger Temperatur etwa eine Stunde köcheln lassen, bis der Lachs durchgekocht ist, Kombu zart ist und die Aromen der siedenden Flüssigkeit in die Brötchen aufgenommen wurden.

Schalten Sie die Hitze aus. Lassen Sie die Rollen ruhen und im Topf abkühlen. Entfernen Sie die Kobumaki Rollen aus dem Topf legen sie auf einem Schneidebrett. Jedes Stück halbieren.

Servieren und genießen!

Kambodscha:

Das Kambodschanische Neujahr beginnt immer am 13. oder 24. April und dauert 3 Tage an. Kambodschaner leben nach ihre Überzeugung von Himmel, Erde und Hölle, gutes und schlechtes Karma. Wer gute Taten im Leben vollbracht hat, hat auch ein angenehmes Leben danach.

Legende: Es war einmal ein junger Mann namens Dhammabal. Dhammabal war sehr intelligent und konnte die Sprache der Vögel, so kam es, dass eines Tages der Himmelskönig, Kabil Moha Prum, von Dhammabals Klugheit erfuhr. Er war neidisch auf den menschlichen Dhammabal und so stieg der König vom Himmel herab und besuchte Dhammabal auf der Erde, wo er ihm ein Rätsel stellte. Der Verlierer sollte seinen Kopf verlieren. Das Rätsel bestand aus 3 Fragen: Was ist das Glück am Morgen? Was ist das Glück am Nachmittag? Was ist das Glück am Nachmittag?

7 Tage hatte Dhammabal Zeit, das Rätsel zu lösen, aber selbst am 6 Tag, hatte er keine Antwort. Das machte ihm so zu schaffen, dass er in den Wald ging um sich das Leben zu nehmen. Unter einem Baum saß er, um sich etwas zu erholen, da sah er ein Geierpaar. Der weibliche Geier fragte seinen Gefährten, was es zum Essen gebe, da antwortete dieser „Wir werden das Fleisch von Dhammabal essen. Das reicht für 3 Tage.“, weil er das Rätsel nicht lösen kann. Das Weibchen fragte nach dem Rätsel. Ihr Gatte erzählte es ihr, und gab ich gleich die dazugehörigen Antworten.

- Am Morgen liegt das Glück im Gesicht der Menschen, da sie ihr Gesicht waschen, bevor sie einen neuen Tag beginnen.
- Am Nachmittag liegt das Glück auf der Brust der Menschen, da sie baden, um ihren Körper vor der Nachmittagshitze zu kühlen.
- Am Abend liegt das Glück an den Füßen, da die Menschen sich ihre Füße, nach einem langen Arbeitstag, reinigen und sich auf die Nachtruhe vorbereiten.

Kaum hatte Dhammabal dies gehört, rannte er zurück zum Himmelskönig. Dieser hielt sein Wort, allerdings rief er noch seine 7 Töchter zu sich, bevor er sich selbst köpfte. Sein Kopf durfte die Erde nicht berühren, da sie sonst verbrennen würde. Den abgeschnittenen Kopf, reichte er seiner ältesten Tochter, welche ihn auf den Berg „Someru“. Dort trafen sich jedes Jahr etliche Engel. Jedes Jahr, zum kambodschanischen Neujahr (Sangkran), trägt eine der Töchter, der Kopf um den Berg, bevor sie ihn zurück in den himmlischen Tempel bringen.

Gebratener Tintenfisch mit grünem Pfeffer aus Kampot



Zutaten - für 4 Personen!

4 EL Sonnenblumenöl
500g Tintenfisch; gesäubert und in Ring geschnitten
2 mittelgroße Zwiebeln; in dünne Scheiben geschnitten
4 Knoblauchzehen; gehackt
4 EL grüne Pfefferkörner; zerdrücken, um das Aroma freizusetzen
2 EL Fischsauce



Zubereitung:

In eine Pfanne 2 EL Sonnenblumenöl gießen und Tintenfischringe ca. 1 Minute anbraten, anschließend Beiseite stellen. Das restliche Öl, Pfefferkörner und Zwiebeln hinzufügen, bis die Zwiebeln schön weich sind. Ca. 3 Minuten. Nun den Knoblauch hinzugeben und eine weitere Minute dünsten. Nun alles mit dem Tintenfisch vermengen, mit Salz und beliebigen Gewürzen abschmecken und schnell 1 Minute rührbraten. Als letzten Schritt, die Frühlingszwiebeln untermischen. Auf 4 Teller verteilen, servieren und genießen.

Tipp:

Möglichst frische Pfefferkörner verwenden & Tintenfisch nicht zu lange garen, da er sonst zu gummi – artig wird.

Moldawien:

Sarmale ist ein sehr traditionelles moldawisches bzw. rumänisches Gericht. Es wird oft zu nationalen Feiertagen gegessen. Dazu zählt z.B. das Moldawische Weihnachten am oder um den 7. Jänner, allerdings wird die Geburt Jesu auch am 25. gefeiert. In der Ostkirche gilt der Julianische Kalender (im Gegensatz zum Gregorianischen Kalender); man feiert Weihnachten also sozusagen zweimal. Das wichtigste Fest in ostorthodoxer Tradition ist jedoch das Orthodoxe Osterfest. Wegen den verschiedenen Kalendern fällt es ebenfalls auf ein späteres Datum als in der westlichen Kirche. Viele fasten 40 Tage vor Ostersonntag und besuchen in der Karwoche Gottesdienste.

Sarmale

Zutaten:

40 - 50 Weinblätter
500g Schweinehals Fleisch
1 große Karotte
1 große Zwiebel
50g Reis
Öl
Salz
Pfeffer
Dill
Petersilie
Tomatenmark
(Man kann je nach Bedarf andere Gewürze hinzufügen)



Zubereitung:

Der Reis muss über Nacht oder mindestens 1 Stunde vor der Verwendung stehen gelassen werden. Das Fleisch und die Zwiebeln müssen fein gehackt werden. Die Karotte muss geschrieen werden. Die gehackte Zwiebel wird dann für circa 3 Minuten in einer Pfanne mit einem Esslöffel Öl leicht weich gemacht (aber noch runter vom Herd nehmen bevor sie anfängt zu braun zu werden.) Danach die geriebene Karotten hinzufügen und für circa 4 Minuten in einer Pfanne leicht anbraten bis sie ein wenig weich wird. Dann fügen wir das fein gehackte Fleisch dazu und Braten ist, bis es gar ist also bis sich das Fett von dem Fleisch ablöst. Vergessen Sie nicht, das Fleisch zu würzen mit Salz Pfeffer und anderen Gewürzen je nach Verlangen.



Der Reis wird dann von dem was in dem sich befindet hat, abgelassen. Dann wird dieser mit den Karotten den Zwiebeln und dem Fleisch gemischt. Dann wird die Mischung in die Weinberge packst es ist wichtig, sie nicht zu überfüllen und sie eher kleiner zu machen, da es auch einfacher zu essen ist. Die Sarmale werden dann in einem Ofensicheren Topf gestapelt. Heisses Wasser, etwas Tomatenmark und ein EL Öl werden über sie gegossen. Sie werden dann mit einigen Weinblättern gekrönt und der Deckel wird aufgesetzt. Sie werden eine Stunde lang bei 200 Grad Celsius und dann 30 Minuten lang bei 180 Grad Celsius in den Ofen gestellt. Normalerweise werden sie mit Sauerrahm genossen.

Mongolei part 1:

Tsagaan Sar ist das mongolische Neujahrsfest, der erste Tag im Lunarkalender in der Mongolei. Im Frühling findet das Fest statt. Zur Zeit des Mongolischen Reiches hat man das Fest im Herbst gefeiert, wenn die Lebensmittel reichlich vorhanden waren. Das Fest dauert im Prinzip drei Tage und ist das wichtigste mongolische Fest. In diesen drei Tagen werden alle Verwandten besucht und zusammen den neuen Weißen Mond (Tsagaan Sar) wie auch das neue Jahr voller Freude begrüßen. Der Tag vor Tsagaan Sar wird „Bituun“ genannt. An diesem Tag wird das Haus gründlich geputzt und jeder muss sich satt essen. Am ersten Tag von Tsagaan Sar muss jeder früh raus und Fußabdrücke von sich in der Natur hinterlassen. Was man hinterlässt, hängt von dem Lunarkalender ab. Dieses Ritual soll viel Glück und Segen bringen. Am frühen Morgen die erste Tasse Milchtee immer den Göttern gewidmet. Mit einer Schöpfkelle wird er einmal in alle viele Himmelsrichtungen gesprüht. Danach besuchen wir unsere Verwandten. Als erstes muss man die Verwandten der Familie des Vaters besuchen. Dabei muss man die Älteren zuerst besuchen.

Boortsog - Frittiertes Buttergebäck

Zutaten: für 8 Personen

480ml warmes Wasser

250g Butter

150-200g Zucker

2TL Trockenhefe

2TL Backpulver

4 Eier

1TL Salz

Um die 800g Mehl (je nach Bedarf)

Öl (Sonnenblumenöl) zum Frittieren



Zubereitung:

Warmes Wasser, Butter, Zucker und die Hefe sowie das Backpulver in einer Schüssel vermischen. Die Mischung schon ein wenig stehen lassen damit sich die Hefe aktiviert bis zu 1 Stunde. Danach die Eier und das Salz hinzugeben. Alles gut vermischen. Mehl dazu mischen, nicht alles auf einmal zwischen durch vermischen. Wenn alles zu einer Masse vermischt ist noch einmal für 1 bis 2 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen.

Danach den Teig ca. 1 cm dick ausrollen. Streifen, Rechtecke und andere Formen (2-5 cm breit, 5-10 cm lang) ausschneiden und in beliebiger Form verbiegen oder verknoten, z.B. einen Längsschnitt in der Mitte anbringen und ein Ende durchziehen. Das Öl erhitzen und die Boortsog in dem heißem Öl goldbraun werden lassen und dann genießen.

Manche streuen nur Puderzucker über das Gebäck andere essen es mit Honig, Marmelade etc..

Mongolei part 2:

Die meisten Mongolen ziehen sich während der Feiertage eine traditionelle Kleidung an, die „Deel“ heißt. Man muss immer die Ältesten als erstes begrüßen und dann die Jüngeren. Die Großeltern setzten sich hin und unsere Arme legen wir unter ihre Arme. „Amar bainu?“ - „Bist du in Frieden?“ Das bedeutet in anderen Worten, ob man den kalten Winter gut überstanden hat. Wenn man die Arme von Älteren über seine eigenen hält, zeigt man Respekt. Wenn dieses Ritual abgeschlossen ist, setzten sich alle um den Tisch. Auf ihm liegen ein gekochtes Schaf „Uuts“ und eine Platte mit selbst gemachten Gebäcken besonders Boortsog. Die Platte hat eine besondere Form, denn das Gebäck wird aufeinander gestapelt und die Anzahl der Stücke ist immer unregelmäßig. Zum Essen gibt es viel Fleisch, Buuz und Tsuivan (traditionelle Gerichte) und Milchtee. Man kann alle Arten von Fleisch, Reis, Nudel usw. in den Tee mischen.

Buuz - Mongolische Teigtaschen

Zutaten:

Teig:

500g Mehl

Um die 300ml Wasser aber je nach Bedarf

Füllung:

500g Hackfleisch

1-2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

Salz

Pfeffer



Zubereitung:



1. Füllung Vorbereitung:

Das Hackfleisch mit den gehackten Zwiebeln und dem Knoblauch mischen und kräftig würzen

2. Teig Vorbereitung:

Mehl und Wasser zu einem festen Teig kneten. Je nach Bedarf Wasser zu dem Mehl hinzufügen. Der Teig sollte geschmeidig sein und nicht an den Fingern kleben. Dann 15min - 30min stehen lassen. Den Teig in ca. 2 cm dicke Streifen schneiden, die Streifen rollen. Die Rollen in ca. 3 cm lange Stücke schneiden, die Stücke mit der Handfläche flachdrücken. Diese in sehr dünn zu Kreisen ausrollen (ca. 15 cm Durchmesser)

Buuz - Mongolische Teigtaschen

3. Herstellen der Teigtaschen:

Es gibt mehrere mögliche Varianten, wie die Buuz geformt werden können. Die flachgedrückten Teigstücke in runde Kreise von ca. 7 cm Durchmesser ausrollen, so dass die Mitte etwas dicker bleibt. Jeweils einen ausrollten Kreis aus Teig in die offene (für Rechtshänder linke) Hand legen, und um die 2TL der Fleischmasse in die Mitte geben.

Jetzt kommt der komplizierte Part der sehr viel Übung benötigt aber Anfänger sollten einfach schauen, dass diese gut geschlossen sind. Auf einer Seite den Rand zusammenfallen und mit den Fingerpitzen zusammendrücken. Neben der zusammengedrückten Stelle eine weitere Falte bilden, und etwas nach außen versetzt ebenfalls festdrücken.



4. Fertigstellen:

Die fertigen Buuz werden ohne Druck im Dampf gegart. Ideal ist dazu ist ein spezieller Topf mit Siebeinlagen. Es gibt aber auch Siebeinlagen für normale Kochtöpfe. Als alternative kann man auch eine tiefere Pfanne verwenden in die werden die Buuz hineingelegt und Wasser hinzugefügt bis ungefähr zur Hälfte. Dies mit einem Deckel abdecken um die 5-6 min auf höherer Temperatur und dann die restlichen ca. 7 min auf einer niedrigeren Stufe wenn das Wasser verdunstet ist, sind sie normalerweise fertig. Mit Maggi oder Ketchup genießen. :))

Nigeria:

Fufu zählt zu den beliebtesten Gerichten in Westafrika und wird oft mit z.B. Rindfleischartopf oder anderen Suppen gegessen, indem man kleine Stücke davon in die Suppe eintunkt. Obwohl Fufu nicht zu einem bestimmten Festgericht gehört, wird es bei vielen beliebigen Mahlzeiten als Beilage serviert.

Fufu

Zutaten:

Yamswurzelmehl
Wasser
Olivenöl (optional)



Zubereitung:

Heißes Wasser und Yamsmehl auf kleiner Flamme zu einer (sehr) dicken Masse rühren, zuletzt kann man das Öl hinzufügen.

Österreich:

Ostern wird hierzulande mit einer Vielzahl an Bräuchen und Traditionen verbunden. Angefangen beim bunten Osterei über besondere Osterspeisen nach der Fastenzeit bis zum meterhohen Osterfeuer. Ostern gehört neben Weihnachten zu den größten Festen des Jahres in Österreich.

Den Palmsonntag feiert man mit Palmkätzchen. Dazu wird eine Strauß Palmlätzchen bunt (meist mit Bändchen und Schleifen) verziert und geweiht. So wird der Einzug Jesus nach Jerusalem gehuldigt.

Die wohl am weitesten verbreitete Tradition ist das Osterei. Ein Ostern ohne Ostereier ist in Österreich unvorstellbar. Erst werden diese gefärbt und am Ostersonntag meist in der Früh von Kindern gesucht. Hier gilt die Tradition, dass der „Osterhase“ die Eier und Osternester bringt. Beim Essen gilt es dann das „Eierpecken“ wo alle ein Ei bekommen und immer zwei „aneinanderschlagen“ das Ei, das im Ende nicht kaputt ist, gewinnt. Nach der Fastenzeit (wenn man sich daranhält) ist das Festessen zu Ostern vielen kalten Platte genannt „Osterjause“ bis zum Fisch gibt es hier alles und variiert vor allem zwischen den verschiedenen Regionen des Landes. Das Osterlamm kennen aber fast überall bekannt.

In der Steiermark gibt es das sogenannte „Weihfeuertragen“. Hierbei tragen Kinder in der Kirche geweihtes Feuer von Haus zu Haus. Dies soll jedes Haus Segnen und Frieden bringen. Weiters gibt es das Osterfeuer, welche in der Nacht von Karfreitag auf Ostersonntag angezündet werden. In Salzburg macht man dafür sogar 6 Meter hohe Holzkästen, die mit Reisig befüllt werden.

All diese Bräuche und noch viele mehr haben hier bei uns zu Ostern Tradition und sind beliebt seit eh und je.

Lammkarree – das Osterrezept

Zutaten:

1 Lammkarree
1 EL Olivenöl
2 EL Butter
1 TL Fenchelsamen
2-3 Knoblauchzehen
geriebene Zitronenschale
2-3 Thymianzweige
Salz und Pfeffer (aus der Mühle)



Zubereitung:

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen.
Dann das Lammkarree in einer Pfanne mit heißem Öl rundherum anbraten.
Im Backofen auf einem Ofengitter auf der mittleren Schiene 50 Min - 1 h garen.
Die Butter in einer Pfanne schmelzen.
Fenchel, Zitronenschale, Knoblauch und Thymian hineingeben. Danach das ganze Salzen und pfeffern.
Das Karree aus dem Ofen nehmen, in der Butter wenden, bis es bedeckt ist.

Eventuell sich einen Löffel zur Hilfe nehmen, um die Butter darüber zu träufeln.
Das Lammkarree in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden (je nach Vorliebe) und auf Tellern anrichten.

Zum Schluss das Fleisch mit der übrigen Butter aus der Pfanne beträufeln.
Zu dem Lammkarree empfehlen wir Blattspinat, Frühlingsgemüse, Bratkartoffeln oder Semmelknödel!

Österreich:

Aber warum überhaupt das Oster – „Lamm“?

Dazu gibt es verschiedene Theorien, aber vermutlich spielen sie alle in der Entwicklung dieser Tradition zusammen. Das Lamm ist ein Symbol für Reinheit, Unschuld und Frömmigkeit. Außerdem war das Lamm schon immer das Opfertier. Im Gebet Agnus Dei (Lamm Gottes) ist mit dem Lamm Jesus gemeint. „Das Opferlamm Gottes, das die Sünde der ganzen Welt wegnimmt“ (Johannes). Die Tradition entstand also in Erinnerung an Jesus. Drittens muss man bedenken, dass es gab gar nicht viel anderes als Schafffleisch zu essen gab. Daher entstand der Brauch vielleicht auch einfach aus praktischen Gründen.

Osterlamm (Mehlspeise)

Zutaten:

150 g weiche Butter
130 g Zucker
1 Prise Salz
1 TL Zitronenabrieb
2 - 3 EL Zitronensaft
2 TL Backpulver
3 Eier (Mittelgroß)
180 g Mehl
Butter für die Form
Mehl für die Form
Puderzucker zum Bestäuben



Zubereitung:



Die zwei Hälften der Backform fetten und mehlen. Überschüssiges Mehl abklopfen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen.

Die weiche Butter mit Zucker, Zitronenabrieb und Salz schaumig schlagen. Nach und nach die Eier einzeln hinzufügen. Backpulver mit Mehl vermischen und Zitronensaft unterrühren. Teig, beim Kopf der Lammform beginnend, in die umgedrehte Form füllen. Darauf achten, dass der Teig gut verteilt ist. Die Form 3 cm unter den Rand füllen, da der Kuchen aufgehen wird.

Lammform auf ein Backblech in das untere Fach/ den unteren Bereich des Backofens stellen und ungefähr 40 Min backen.

Der Kuchen muss in der Form mind. 1 Std. abkühlen. Danach vorsichtig das Lamm aus der Form lösen. Den Boden des Lamms mit einem Messer abschneiden und etwas begradigen. Aufpassen es komplett ausgekühlt ist sonst wird es auseinanderbrechen. Das ausgekühlte Osterlamm beliebig mit Puderzucker bestäuben.

Wir empfehlen zum Verzehr Schlagobers oder Obst aber es schmeckt auch ganz alleine vorzüglich.

Südafrika:

In Südafrika gibt es ebenfalls wie in Österreich den Karfreitag und den Ostermontag. Allerdings wird das Fest etwas anders gefeiert: Die Menschen verbringen zu Ostern mit ihren Familien viel Zeit an den Stränden oder in den Bergen. Generell ist Ostern in Südafrika ein Familienfest. Viele verreisen über das lange Wochenende oder genießen das Fest bei einem Volkssport Grillen. Es gibt eher weniger Ostereier, dafür umso mehr die so genannten Hot Cross Buns. Dabei handelt es sich um eine Art Lebkuchen Brötchen in Kreuzform, die mit Zuckerguss überzogen werden. Diese Brötchen werden nur zu Ostern gebacken. Die Briten brachten diese Tradition ursprünglich ins Land. Die Brötchenkreuze sollen an die Kreuzritterzeit erinnern. Der Gang ins Gotteshaus spielt zu Ostern gerade in den ländlichen Gegenden Südafrikas eine wichtige Rolle. An Karfreitag ist Jesus für uns gestorben, also sagen sich die Südafrikaner: an diesem Tag sind wir gerettet worden. Das macht Karfreitag zu einem Freudentag. Jemand hatte es aber auch so erklärt: Freitag geht es um Dankbarkeit, Sonntag dann Freude. Hier wird die Dankbarkeit größer gefeiert als die Freude. Deshalb ist Ostern ein fröhliches Fest im Regenbogenland, dass der gesamten Familie und Ausflügen beim schönen Wetter gewidmet wird.

Hot Cross Bun

Zutaten:

625 g Mehl (Type 550 oder 812)
1 TL Salz
2 TL Gewürze (z. B. Zimt, Muskat, Kardamom, Nelken oder Ingwer)
45 g Butter
85 g Zucker
1 ½ TL Trockenhefe
1 Bio-Zitrone
1 Ei
275 ml lauwarme Milch
125 g Trockenfrüchte (z. B. Rosinen oder Korinthen)

Für die Kreuze:

2 EL Mehl
2 EL kaltes Wasser

Zubereitung:

1. Mehl, Salz und die Gewürze in einer großen Schüssel vermischen. Butter, Zucker und Hefe hinzufügen. Die Schale der Zitrone abreiben und ebenfalls in die Schüssel geben. Als letztes das Ei und die lauwarme Milch hinzufügen und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
2. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausbreiten und die getrockneten Früchte darauf geben. Alles zusammen etwa 5 Minuten kneten, bis ein elastischer Teig entsteht. 3. Diesen in eine Schüssel geben, mit einem Geschirrtuch abdecken und an einem warmen Ort eine Stunde gehen lassen.
4. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ein weiteres Mal kneten und anschließend 30 Minuten gehen lassen.
5. Den Teig in 12 gleich große Stücke teilen und zu Brötchen formen. Die Buns auf ein Backblech geben und nochmal 40 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 240 Grad Celsius vorheizen.
6. Für die Kreuze Mehl mit Wasser vermischen und die Masse in einen Spritzbeutel geben. Auf jeden Bun ein Kreuz spritzen
7. Die Hot Cross Buns für etwa 10 Minuten backen.



Südkorea:

Chuseok (추석) ist einer der wichtigsten Feiertage Koreas, an dem die ganze Familie zusammen kommt, um den Vorfahren zu gedenken und gemeinsam zu essen und Zeit miteinander zu verbringen. 2020 fällt der Feiertag auf den 1. Oktober und die Feiertage dauern vom 30. September bis zum 4. Oktober an. Am Morgen des Chuseok-Tages versammeln sich die Familien, um eine Zeremonie zu Ehren der Verstorbenen abzuhalten. Die Ahnenzeremonie wird zweimal im Jahr, an Seollal und an Chuseok, abgehalten. An Chuseok werden Speisen aus frischem Klebreis, Songpyeon-Reiskuchen sowie Alkohol gereicht, die nach Abschluss der Zeremonie gemeinsam mit der Familie gegessen werden. Nach der Ahnenzeremonie wird das Ahnengrab besucht. An Chuseok werden verschiedene Volksspiele gespielt. Bekannt sind vor allem *samulnori* (traditionelle koreanische Perkussionsmusik), *talchum* (traditioneller koreanischer Maskentanz), doch am repräsentativsten ist *ganggangsullae* (traditioneller Kreistanz). Beim ersten Vollmond des neuen Jahres oder an Chuseok singen und tanzen die Frauen und Kinder, sich an den Händen haltend, im Kreis. Die traditionell koreanischen Ringkämpfe finden auf Sand statt und als Wettkämpfe der Stärke und Technik werden sie eins gegen eins in einem Turnier ausgetragen.

Songpyeon (Reiskuchen mit süßer Füllung) - SONGPYEON 송편

Zutaten: (16 Stück)

Teig:

2 Tassennasser Reispuder(ssalgaru쌀가루)

4-5 UnzenKiefernadeln

1TL Sesamöl

natürliche Farbenoptionen (für Teig):

→ *weißer Teig*: 2 Tassen nasser Reispuder,
4 EL kochendes Wasser

→ *grüner Teig*: 2 Tassen gefrorener Reispuder,
2 EL Beifuß (ssukgaru 쑥가루)

→ *gelber Teig*: 2 Tassen gefrorener Reispuder,
1/3 Tasse gekochter, dampfender Kabocha (단호박)

→ *rosa Teig*: 2 Tassen gefrorener Reispuder,
4 TL Himbeersaft

Füllung: 1/3 Tasse geröstete Sesamsamen, 1.5 EL Zucker, 1 EL Honig, 1 Prise Salz



Zubereitung:

1. Teig:
 - a. Für jeden Teig Reispuder in eine Schüssel sieben und die einzelnen Zutaten für die verschiedenen Farben bereithalten. Dann die bestimmte Menge davon (Achtung: *heiß!!!*) zum Reispuder dazugeben und schnell mit einem Löffel umrühren.
 - b. Teig 4- 5 min lang gut durchkneten (auch drücken und ausstrecken) mit den Handballen.
 - c. Teig 20- 30 min lang mit einem Tuch bedecken.
2. 2. Füllung:
 - a. Die Sesamsamen zermahlen und den Zucker, Honig & die Prise Salz dazugeben. Gut durchmischen, bis sich der Honig & Zucker gleichmäßig verteilt haben.



Songpyeon (Reiskuchen mit süßer Füllung) - SONGPYEON 송편

3. Assemble:

- a. Ein kleines Stück vom Teig reißen und zu einem ca. 1 Inch großer Kugel formen.
- b. Eine Vertiefung in die Kugel machen- mit Daumen in die Mitte drücken und danach mit beiden Daumen nach außen pressen.
- c. Ca. 1/2 TL Füllung in die Vertiefung geben und das Ganze versiegeln, indem man die Ränder zusammendrückt. Dann den Songpyeon leicht zwischen den Handflächen rollen, um seine Fläche zu glätten und den Reiskuchen zu einem Halbmond formen.



4. Dämpfen & fertig:

- a. Heißes Wasser in einem Dämpfer kochen und mit einer dünnen Schicht von Kiefernadeln abdecken. Wenn es dampft, die Reiskuchen hineinlegen, ohne dass sie sich berühren. Wenn möglich die Songpyeons mit wenigen Kiefernadeln bedecken (ist aber nicht nötig!).
- b. Für ca. 20 min dampfen lassen.

Türkei:

Die Bezeichnung Aşure kommt vom arabischen Wort „aschara“ mit der Bedeutung „zehn“; „Aschura“ wird der zehnte Tag vom Monat „Muharram“ des islamischen Kalenders genannt. Die Süßspeise ist vor allem bei Aleviten, aber auch bei Sunniten und armenischen Christen traditionell.

Nach der islamischen Zeitrechnung wird sie also am 10. Tag des Monats „*Muharram*“ zubereitet. Schließlich sollte man sie an mindestens sieben Nachbarn und Freunde verteilen. Dem Glauben nach geht dieser Brauch zurück auf Noah. Man glaubt, dass er, nachdem die große Sintflut vorüber war und er wieder festen Boden unter den Füßen hatte, mit den letzten Resten seiner Vorräte eben diese Süßspeise zubereitet hat, um mit den Überlebenden zu feiern. Jedes Jahr fällt Aşure auf einen anderen Tag. Armenier bereiten ihr Anuschabur, wie Aschure bei ihnen genannt wird, an Neujahr und in der Folgewoche bis zum 6. Januar (armenische Weihnachten) zu.

Aşure (Aschure) „Noahs Pudding“

Zutaten:

100 ml Milch
1 Krug mit Wasser
360 g geschälter Weizen (Nacht in Wasser eingelegt)
160 g Kichererbsen (über die Nacht eingeweicht)
Weiße Bohnen (über die Nacht eingeweicht)
1 Hand voll Pinienkerne
80 g Reis
2 El Mehl (in etwas Wasser aufgelöst)
300 g Zucker
1 Orange (bzw. Schale)
1 Handvoll Rosinen
7 Stück getrocknete Feigen
10 Stück getrocknete Marillen
Zur Deko: je 1 Hand voll Walnüsse, Haselnüsse; etwas Zimt:
1 Stück Granatapfel



Zubereitung:

Der eingeweichte Weizen wird in einen relativ hohen Topf geleert und mit etwas Wasser beschüttet, welches den Weizen bedecken sollte. Dies wird nun 30 Minuten lang aufgekocht und der Weizen sollte daraufhin ein paar Stunden ruhen.

Dann kommt der Topf wieder, bei mittlerer Hitze, auf den Herd und die restlichen Zutaten werden dazugegeben. Man beginnt mit den Kichererbsen, dann kommt der Reis, daraufhin die Bohnen und dann der Zucker. Als nächstes wird die Orangenschale abgeraspelt und dazugetan. Zwischendurch immer wieder umrühren. Danach kommt das Mehl dazu, welches am besten durch ein Sieb verfeinert wird,

damit keine Klumpen entstehen.

Als nächstes kommen die Rosinen, die Marillen und die Feigen dazu und es wird ein bisschen Milch dazugetan (und falls man die Konsistenz verdünnen möchte auch etwas heißes Wasser). Alles ca. 1 Stunde köcheln lassen. Danach kann man das Gemisch in kleinere Schüsseln aufteilen und zu dekorieren beginnen. Die Haselnüsse, Walnüsse und Pinienkerne können beliebig verstreut werden, man kann auch Zimt verstreuen und die Granatapfelkerne schön verteilen. Wenn alles abgekühlt ist, ist der Pudding essbereit.

USA New Orleans:

King Cake ist in der Tat ein himmlischer Leckerbissen für New Orleanians, wenn es in Supermärkten und Bäckereien zwischen Anfang Januar und Aschermittwoch erscheint. Einige Bäckereien in der ganzen Stadt beginnen bereits im Dezember zu verkaufen, aber immer zu Beginn des Karnevals 6. Januar. Der Königskuchen ist eine Mischung aus einem französischen Gebäck und einem Kaffeekuchen. Seine ovale Form und festlichen Farben geben ihm einen einzigartigen Reiz. Die traditionelle Version verwendet die königlichen Farben Gold, Lila und Grün. Gold steht für Macht, Purpur für Gerechtigkeit und Grün für Glauben. Die Form des Kuchens symbolisiert die Einheit des Glaubens. In der römisch-katholischen Tradition stellt die Epiphanie den Tag dar, an dem Jesus sich den drei Weisen bekannt machte. King Cake Saison beginnt offiziell am 6. Januar wird und endet am Mardi Gras Tag. Ein Miniatur-Plastik-Baby, das das Jesuskind symbolisiert, wird in jedem Kuchen platziert, um die Erscheinung des Herrn zu symbolisieren. Die Person, die die Scheibe erhält, die das Baby enthält, ist als der König bekannt. Sie sind mit der Verantwortung, einen König Kuchen zum nächsten Ereignis zu bringen. Dieser Austausch dauert während der gesamten Mardi Gras Saison und wird von Gruppen aller Altersgruppen, von Familien bis zu Mitarbeitern genossen.

King Cake

Zutaten:

Kuchen:

118ml warmes Wasser
2 Päckchen (4 1/2 Teelöffel) Trockenhefe
100 Gramm und ein Teelöffel Zucker
420-540 Gramm Mehl
1 Teelöffel Muskatnuss
2 Teelöffel Salz
1 Teelöffel Zitronenschale
125ml warmes Milch
5 Eigelb
140 Gramm weiche Butter
Egg Wash: 1 Ei + 1 Esslöffel Milch
1 Teelöffel Zimt
1 Plastik Baby

gefärbten Zucker for decoration:

150g Zucker
grün, gelb und lila Food Coloring Paste

Glasur:

240g Puderzucker
2 Esslöffel Wasser



Zubereitung:

1. Das warme Wasser in eine kleine, flache Schale gießen. Die Hefe und 2 TL Zucker dazugeben. für 2min stehen lassen, und dann mischen. Dann stehen lassen bis es zu sprudeln beginnt und es ca. doppelt so groß ist als davor. 420g Mehl, den restlichen Zucker, Salz und Muskatnuss in einer großen Schale mischen. Dann die Zitronenschale hinzufügen. In eine kleine Vertiefung in der Mitte schüttet man das Milch-Hefe-Gemisch und die Eigelbe dazu. Danach alles mit einem Holzlöffel mischen. Als nächstes fügt man die Butter Stück für Stück hinein, dabei umrühren. Man mischt es für ca. 2 Minuten.



King Cake

2. Den Teig auf einer leicht mit Mehl bestreuten Oberfläche legen und kneten. Dabei fügt man bis zu 120g Mehl dazu, wie benötigt. Wenn es nicht mehr klebrig ist, knetet man weitere zehn Minuten bis es elastisch ist. Das innere einer großen schale mit Butter einfetten. Die schale dann mit einem Tuch bedecken und es stehen lassen, bis es doppelt so groß wird. Um die 1 1/2 stunden.



3. Mit einem Pinsel ein Backblech mit Butter bestreichen. Den Teig auf die Oberfläche mit Mehl legen und es mit der Faust schlagen. Dann Zimt darauf streuen. Man kann ab hier den Teig flechten, und dann in einen Kreis formen, oder es einfach gleich in einen Kreis formen. Es sollte ein bisschen wie ein großer Donut aussehen, also mit einem Loch in der Mitte. dann lässt man es 45 Minuten mit einem Tuch bedeckt stehen.



4. Ofen auf 190 Grad Celsius vorheizen. Dann wird es mit dem "egg wash" bestrichen und für 25-35 Minuten gebacken, oder bis es gold-braun wird.
5. Man lässt den Kuchen auskühlen und versteckt dann das Plastik Baby in den Kuchen. Man färbt den Zucker mit den verschiedenen Farben, indem man die einzelnen Farben hinzufügt. Für die Glasur kombiniert man den Puderzucker und die Wasser in einer Schale. wenn es zu dickflüssig ist, gibt man mehr Wasser dazu. Die Glasur auf den warmen Kuchen und den Zucker in streifen über den Kuchen verteilen.



USA:

Etwa 300 Jahre bevor die USA damit begannen, sich pünktlich Ende November ins „Food Koma“ zu futtern, wurde Thanksgiving also zunächst ohne feste Regeln gefeiert. Zum offiziellen Nationalfeiertag wurde das Fest der Dankbarkeit erst im Jahr 1941 erklärt durch US Präsident Franklin D. Roosevelt. Bei Thanksgiving geht es um einen Ausdruck der Dankbarkeit. Das amerikanische Erntedankfest ist der Tag der Familie und der Freundschaft. Die Menschen kommen zusammen und besinnen sich darauf, wie gut es ihnen geht und wem sie dies zu verdanken haben. Traditionell kommt an Thanksgiving die ganze Familie zu einem großen Festessen zusammen, wobei der Fokus nicht auf dem Essen, sondern auf dem gemütlichen Beisammensein liegt. Hierbei wiederholen sich die alten Bräuche von Jahr zu Jahr. Als Hauptmahlzeit für diesen Feiertag weltberühmt ist ein gebratener Truthahn mit Füllung („Stuffing“). Verantwortlich für das jährliche große Truthahn essen waren mit großer Wahrscheinlichkeit die ersten englischen Einwanderer, die sich schlicht wegen der „praktischen Größe“ des Vogels für ihn als Festmahl entschieden. Der Tag nach Thanksgiving wird Black Friday genannt und dreht sich um die Schnäppchenjagd. Vom US-Einzelhandel erfunden ist der Shopping-Tag für Mega-Rabatte bekannt. Es folgt außerdem noch der Cyber Monday.

Thanksgiving turkey - Truthahn



Zubereitung:

Das Wichtigste zuerst: Kaufen Sie etwa 1,5 Pfund (70 dag) Truthahn pro Person. (Wenn Sie also 6 Personen bewirten, kaufen Sie einen Truthahn der mindestens 4,5 kg hat). Auf diese Weise bleibt nach dem Essen noch etwas übrig.

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Truthahn genügend Zeit zum Auftauen hat! Eine gute Faustregel ist, einen Tag lang immer die Hälfte des Truthahns (also je 2,25 kg) im Kühlschrank aufzubewahren. Legen Sie den Truthahn auf ein Backblech oder eine Pfanne, um die Flüssigkeit aufzufangen, die der Truthahn beim Auftauen im Kühlschrank abtropft.

Nehmen Sie den Truthahn aus der Verpackung, trocknen Sie ihn mit einigen Papiertüchern ab und bereiten Sie ihn dann für den Ofen vor. Alle Bakterien auf dem Truthahn werden während des Backens im heißen Ofen abgetötet.

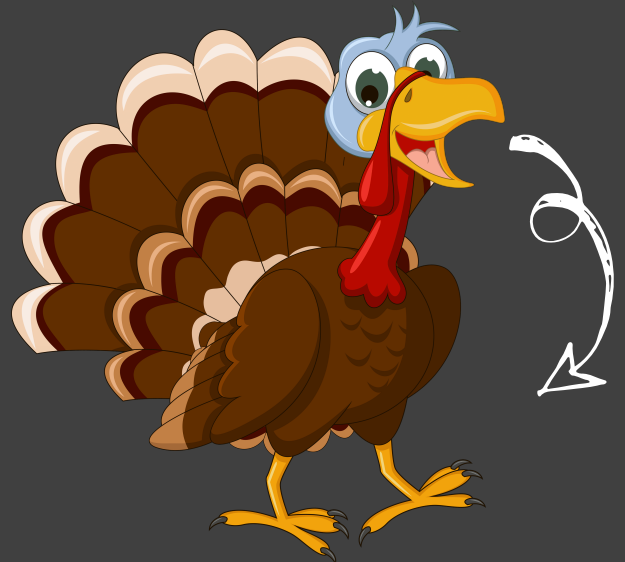
Nehmen Sie zunächst den aufgetauten Truthahn aus seiner Verpackung. Entfernen Sie den Hals und den Beutel mit Innereien. Der Truthahn muss nicht unbedingt in Salz eingelegt werden, jedoch kann man je nach Geschmack dazugeben oder eben weglassen. Würzen Sie dann die Höhle des Truthahns mit Salz und Pfeffer. Füllen Sie ihn mit der geviertelten Zitrone, der Zwiebel, dem Apfel und den Kräutern. Stecken Sie die Flügel des Truthahns unter den Truthahn und legen Sie den Truthahn auf ein Bratengestell in einer Bratpfanne (oder auf ein Bett mit gehacktem Gemüse).

Lösen und heben Sie mit den Fingern die Haut über der Brust und streichen Sie einige Esslöffel der Kräuterbutter darunter. Dann den äußeren Truthahn mit dem Rest der Kräuterbutter bestreichen.

Thanksgiving turkey - Truthahn

Messen Sie die Temperatur des Truthahns immer wieder - wenn er ca. 70 Grad Celsius erreicht, nehmt ihn heraus und zeltet ihn mit Folie ein um die zusätzlichen 5 Grad auszugleichen. Während dem Backen den Backofen nicht zu oft öffnen sonst wird der Truthahn trocken. Sie werden den Truthahn etwa nach der Hälfte der Garzeit untersuchen wollen. Benutzen Sie Ihr Ofenlicht, um zu sehen, ob die Haut golden ist, und legen Sie dann ein großes Stück Alufolie über das Brustfleisch des Truthahns, um ein Überkochen zu verhindern.

Nachdem Sie den Truthahn aus dem Ofen genommen haben, lassen Sie ihn mindestens 15 Min bis zu 40 Min ruhen. Wenn Sie das Bratfett für die Bratensoße verwenden, nehmen Sie den Truthahn aus der Pfanne, legen Sie ihn auf ein Schneidebrett und wickeln Sie ihn in Folie ein, während er dort ruht.



Wenn Sie das Bratfett nicht verwenden, lassen Sie den Truthahn einfach in der Pfanne und wickeln Sie ihn in Folie ein. Legen Sie ein Bündel gehacktes Gemüse auf den Boden Ihrer Pfanne oder ihre Auflaufform. Legen Sie den Truthahn direkt auf das gehackte Gemüse. Nachdem der Truthahn fertig gekocht ist, befinden sich Saft und bräunlich gegarte Stücke am Boden Ihrer Bratpfanne. Sie können auch den Resthals und die Innereien, die Sie aus dem Truthahn ziehen, wenn Sie ihn aus der Verpackung nehmen, für die Zubereitung von Truthahnsoße verwenden.

13 Nationen. Eine Klasse. Ein Kochbuch

An dieser Stelle ist es uns ein Anliegen, all jenen Leuten unseren Dank auszusprechen, die durch ihre Arbeit und Mitwirken das Gelingen dieses Buches erst möglich gemacht haben! Und das sind sehr Viele, gerade deswegen, weil durch dieses Kochbuch die kulturelle und kulinarische Vielfalt unserer Klasse 7C repräsentiert werden soll! Darum ein großes Dankeschön an alle Schüler der 7C, die eines ihrer traditionellen Rezepte und ein Stück ihrer Kultur zu diesem Buch beigesteuert haben! Ohne euch würde dieses Buch nur aus leeren Blättern und einer sehr kurzen Danksagung bestehen. Aber ihr habt es mit Rezepten und Kultur aus Jahrtausenden gefüllt und doch ist etwas Neues entstanden! Die Zusammenarbeit lief hervorragend und wir haben uns über die zahlreichen Rezepte sehr gefreut.

Weiters möchten wir uns herzlichst bei Frau Prof. Gross, unserem Projektcoach und ständigen Begleiter, bedanken! Den ein oder anderen Tipp haben Sie uns verraten und ohne Sie und ihre langjährige Erfahrung wäre dieses Projekt gar nicht zustande gekommen! Vor allem für die Unterstützung bei den Anfängen des Projektes und für die großzügige VoXmi-Spende sind wir unserer Projektauftraggeberin und unserem Klassenvorstand Frau Prof. Landgrebe dankbar.

Einen wichtigen Beitrag hat auch Frau Direktorin Holl-Blauensteiner in Repräsentanz der Feldgasse geleistet. Ihre Zustimmung für dieses Projekt war ausschlaggebend und dafür sprechen wir Ihnen unseren Dank aus. Außerdem äußern wir hiermit unsere Anerkennung für Herr Prof. Beck, dass er das Kochbuch auf die Schulwebsite hochgeladen hat. Somit haben Sie einen leichten und komfortablen Zugang für alle Interessierten und Kochfreunde gewährleistet und dafür sind wir Ihnen sehr verbunden!

Zum Schluss möchten wir uns noch selbst für eine gute Zusammenarbeit und eine freundschaftliche Atmosphäre innerhalb des Projektteams und zwischen den Autoren bescheiden bedanken!

Euer Projektteam,

Athina Stellatos, Selina Berger, Nicola Kober, Luisa König, Mathias Pfusterschmid und Sreylin Roinik aus der 7C



13 Nationen. Eine Klasse. Ein Kochbuch.

KLASSE 7C | 2020/2021

... guten Appetit :)