

Internationales Weihnachtsmenü

Herzliche Einladung zur kulinarischen Weltreise! Drei Münchner Initiativen haben für euch ein interkulturelles Weihnachtsmenü zusammengestellt. An Guadn!

Vorspeise: Frittierte Kochbananen

Wir kennen das Gericht aus Sierra Leone. Es wird aber auch in anderen afrikanischen Ländern gegessen, z. B. im Senegal.

Beitrag von [JUNO](#)

Zutaten:

- sehr, sehr braune, für „deutsche“ Verhältnisse überreife Kochbananen (pro Person 2-3 Stück)
- Brat- oder Frittieröl
- Salz

Zubereitung:

Die Kochbananen in etwa 1-2 cm Stücke schneiden.

Diese in Bratöl schön braun frittieren.

Etwas salzen und frisch servieren.

Hauptspeise: Shorba mit Kartoffeln, Fladenbrot und Salat

Wir kennen dieses gericht aus Afghanistan

Beitrag von [Culture Kitchen](#), vorgeschlagen von Masuma mit Anoush und Mohammed

Achtung: das Rezept ist für ca. 15 Personen

Zutaten Shorba:

- 5 Zwiebeln
- 1 Knolle Knoblauch (5-6 Zehen)
- 8 Tomaten
- 3 grüne Peperonischoten
- 3 kg Rindergulasch (wahlweise auch Lammfleisch)
- 1 Glas passierte Tomaten
- Tomatenmark
- 2 Orangen
- 1 TL Zimt

- 1 TL Kurkuma
- Paprikapulver
- 1 TL Pfeffer
- Salz
- Saft von einer Zitrone
- Öl
- 10 große Kartoffeln

Für das Fladenbrot:

- 500g Mehl
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 TL Salz
- 1 EL Olivenöl
- lauwarmes Wasser

Für den Salat, Menge je nach Geschmack:

- grüner Salat
- Tomate
- Gurke
- Peperoni
- Zwiebel

Zubereitung Shorba:

Zwiebeln und Knoblauch klein hacken; Zwiebeln in reichlich Öl anbraten, bis sie glasig sind und Knoblauch hinzufügen und mit anbraten. Kleingeschnittene Tomaten und Peperoni hinzufügen. Mit 3 EL Salz, 1 TL Pfeffer und 1 TL Kurkuma würzen und mit 2 Gläsern Wasser aufgießen. Fleisch und 1 TL Zimt hinzufügen und auf kleiner Flamme köcheln lassen. 2 Orangen schälen, in kleine Stücke schneiden und hinzufügen. 3-4 Liter Wasser aufgießen, 5 EL passierte Tomaten und halbe Tube Tomatenmark hinzufügen. Ca. 1 Stunde köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist. Mit dem Saft einer Zitrone abschmecken.

Zubereitung Kartoffel-Beilage:

Die 10 großen Kartoffeln schälen und in dicke Scheiben schneiden. Ins Kochwasser 1 TL Kurkuma, Pfeffer und Salz hinzufügen. Für ca. 20 min kochen.

Zubereitung Fladenbrot:

Zutaten zu flachen Teigfladen verarbeiten (ordentlich durchkneten, bis der Teig vor Masumas Augen um Gnade findet!) und 30 Minuten gehen lassen. Ca. 15 Min. bei 230 Grad auf geöltem Backblech backen bis es leicht gebräunt ist.

Es ist angerichtet:

Die Kartoffeln werden separat auf einen Teller gegeben und dazu das Fleisch aus der Suppe. Die reine Suppe wird in einer extra Schale serviert. Dazu werden Fladenbrot und Salat gereicht.

Nachspeise: Knafeh

Ein Nachtisch, der weit über den arabischsprachigen Raum beliebt ist

Beitrag von [ClubIn](#), zubereitet von Schemis aus Syrien, Salaam aus Palästina, Samia aus Eritrea und Olivia aus Uganda

Achtung: das Rezept ist für ca. 15 Personen.

Die Mengenangaben sind grob geschätzt, da unsere Teilnehmerinnen nach Gefühl, nicht nach Gewichts- und Maßeinheiten kochen ;)

Zutaten:

- 1 Packung Engelshaar-Teigfäden (500g) (im arabischen oder türkischen Supermarkt erhältlich unter dem Namen: Kadayif)
- 500 g Mozzarella
- 250 g Butter

Für den Sirup:

- 200 g Zucker
- 120 ml Wasser
- Optional etwas Zitronensaft und ein Schuss Rosenwasser

Zubereitung:

Backofen auf 200°C vorheizen

Eine Auflaufform mit Butter einfetten

Teigfäden auseinanderzupfen

Butter zerlassen

Zerlassene Butter über die Teigfäden gießen und mischen, sodass die Teigfäden mit Butter durchzogen sind

Mozzarella ebenfalls in kleine Stückchen rupfen

Eine Schicht Teigfäden in die Auflaufform legen

Gezupften Mozzarella darüber streuen und mit den Händen festdrücken

Anschließend eine weitere Schicht Teigfäden auf den Mozzarella geben und erneut festdrücken

Die Auflaufform in den Backofen schieben und bei 200°C Umluft etwa 30-40 Minuten backen, bis die Teigfäden goldbraun sind

Währenddessen den Sirup zubereiten: 120 ml Wasser mit 200 g Zucker (optional verfeinert mit etwas Zitronensaft und einem Schuss Rosenwasser) zum Kochen bringen, Temperatur reduzieren und bei mittlerer Hitze solange köcheln lassen, bis ein Sirup entsteht.

Die Auflaufform aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Schließlich den Sirup über die Teigfäden-Käse-Mischung geben. Fertig! Schmeckt warm am besten!

Tipp: Kann auch mit gehackten Pistazien verfeinert werden

Lasst's euch schmecken!

[JUNO](#), [Culture Kitchen](#), [ClubIn](#) und das Willkommens-Team wünschen euch viel Freude beim Nachkochen und viel Vergnügen beim interkulturellen Gaumenschmaus :)

Falls du Interesse hast, regelmäßig mit anderen zu kochen, kannst du dich gerne an die Initiativen wenden. WIR FREUEN UNS AUF DICH!