

# KOCHBUCH

ARABISCH - SCHWÄBISCH

SCHWÄBISCH - ARABISCH



DENN--

VÖLKERVERSTÄNDIGUNG GOT DURCH DR MAGA!



# FALAFEL MIT SALAT

## ZUATATA

500 g getrocknete Kichererbsa (it aus dr Dos)

Wassr zom Eiwoicha

1 Zwiebel

1/2 Knolle Knoblauch

3 TL Salz

1 TL Koreandrpulvr 1 TL Kimmlpulvr

3/4 TL rosascharfs Paprikapulver

1 TL getrocknetr Pfeffrminz

A Muggaseggale Chilipulver

1/2 Tüt Backpulvr

1 EL Mäl n. B. El (Sonnabloama- oder Rapsel) zom Frittiera

## ZUBEREITUNG

D'Kichererbsa ibrd Nacht em Wassr eiwoicha. Am nägschda Dag abtropfa lau ond en dr Kuchamasche zamma mit de Zwiebel on dem Knoblauch zu ma feina brei hacka. Donoch d'restliche Zuatata (außerm El nadirlich) guat metm Doig vermenga. Vom Doig kloine Kigala (wia Floschkiachla) forma. D'Kiagala ens hoiße Fett lega ond frittiera bis se goldbraun ond knuschrig send. Dozua ka ma Knoblauchsoß, Aioli odr Tahina zom Dippra roicha.

## فَلافل

يتم نقع الحمّص في المياه لمدة يوم كامل  
ثم يتم طحنه بشكل ناعم مع اضافة الثوم والبقدونس  
و البصل مع ال قليل من البهارات ، ملح ، سماق و البهار الابيض  
و نقوم بوضع الخلطة في قالب خاص  
و نقوم بقلبه في ال زيت ال ساخن

## سَلْطَة خُضار

نقوم بتحضير المكونات و التي هي  
خس ، خيار ، بندورة ، توم ، ليمون اصفر  
نعنع ، زيت و ملح  
ثم نقوم بخلطهم مع بعض و اضافة الزيت قبل الاكل

# KICHERERBSEN HUMMUS

## ZUATATA

1 Dos Kichererbsa (400 - 500 g)  
2 EL Sesampaste (Tahina)  
4 durchpresste Knoblauchzehen  
1 Bund Petersilie fird Deko  
2 EL Zitronasaft von ra Zitron  
1 Neutrales, it bitterliches El  
1 EL Kreizkimmelpulvr (Cumin), vielleicht au meh  
Scharfe, trocknete, fei ghackte Chilischote  
Currypulvr  
Salz und weißr Pfaffr evtl. Rosascharfes Paprikapulvr  
Türkischs oder arabischs Fladabrot

## ZUBEREITUNG

Nadirlich ka ma au frische Kichererbsa namma, des dauert dann halt lenger wegam Eiwoicha ond Kocha. Wenn ma d'Kichererbsa aus dr Dos nimmt, abseiha ond d'Flüssigkeit auffanga.

D'Kichererbsa mit dr Tahina, m'Knoblauch ond a bissle Zitronasaft (it älls auf amol, liaber nochwürza), dr Chilischote, m'Curry, a weng a Salz ond 2 EL Cumin in dr Mixr gea. Als ersches a Glas von dr aufganga Flüssigkeit ond 3-4 EL El dozuagea ond mixa.

Wennd Konsistenz no z'dick isch, dann emmr a wenig von dr Kichererbsaflüssigkeit dozualeara, bis d'Konsistenz cremig isch. Mit weißem Pfaffr, Salz, Cumin ond Zitronasaft abschmecka.

Mit Frischhaltefolie abdeckqa ond mindeschtens zwoi stund ruha lassa. De isch wichtig!

Noch ra Weile auf a tiefe Platta giaßa ond mit Petersilie dekoriera. Wenn ma will, kam a vorm Serviera noch a Muggaseggale Rospaprika mit El vrmischa ond des driaber treifla. Sieht guat aus, schmeckt au guat. Am Beschda ischs mit frischam Fladabrot.

## مسبحة

حمص حب و نقوم ب طحنه مع اضافة القليل من الطحينة ، ملح و المياه  
عند اللزوم  
و نقوم بطحن ثلاث حبّات من الثوم و اضافته الى الخلطة  
و نقوم بلتحريك حتى يندمجو بشكل جيد مع بعضهم  
و نضعه في صحن بشكل جميل و يمكن تزيينه  
بعدة اشكل ممكنة

# KÄSSPÄTZLA MIT RÖSCHDZWIEBLA

## ZUATATA

500 g Määl  
1 EL Ei  
250 ml Wassr  
4 TL Salz  
6 Eier  
3 m.-große Zwiebla  
300 g griabaner Emmataler Käs

## ZUBEREITUNG

Fir dr Toig d'Oier, s'Mehl, s'El und gnuag Salz (ogfähr 4 Teeleffala) mitm Knethoka verriara. Je noch Greße von de Oier a Wassr dozuariara, damits en zähflüssiga Toig geit. Neabahr Salzwasser zom Kocha brenga. Dann dr Toig leffelweis in an Spätzlasdruckr gea ond ins kochende Wassr drucka. Noch ra Weile kommet d'Spätzla and Wasseroberfläche, dann ka ma se ausm Wassr fische ond in a Schissl leera.

Zu jedra Portio a bissle Käs drierberstreia, so dass es a gleichmäßige Mischung geit. Die nägschd Portio ens Wasser drucka, Vorgang wiederhola. Dabei druff gugga, dass s'Wasser gnuag Salz hot, weil d'Spätzla nemlich s'Salz mitm Wassr aufsaugat,

Emmr wiedr mol am Topfboda mitm Kochleffel kratza, weil do jo Spätzle kleaba kenntet. Zwiebla sche-la ond en Reng schneida ond braun brota. Donoch auf de Kässpätzla vrtoila. Dozua geits en greana Salat.

## الجَبْنَةُ مَعَ المَعْرُونَةِ

٥٠٠ غ طحين ، معلقة اكل زيت ، ٢٥٠ مل مياه ، ٤ معالق اكل ملح ، ٦

بييض ، ٣ بصل ، ٣٠٠ غ جبنة .

نضع البيض و الطحين ، زيت و الملح مع بعض و نقوم بخلطهم

ثم نضيف المياه حتى نلاحظ ظهور العجينة المطلوبة

نغلي المياه في وعاء كبير ثم نضع العجينة في قالب خاص حيث تقطع

الى اجزاء صغيرة و تنسلق في المياه السخنة

ثم نخرج العجينة من المياه عندما تكون جاهزة و نضعها في صحن كبير . حيث نضع الجبنة عليها

نقشر البصل و نقطعه على شكل هلال

ثم نقلبه بالزيت و في النهاية نضعه فوق الطعام



# SCHWÄBISCHER KARTOFFELSALAT

## ZUATATA

500 g Kartoffel, festkochend  
2 m.-große Ghackte Zwiebel  
1 EL Senf  
125 ml hoiße Bria  
1 Msp.  
Pfeffr  
Weißweissig  
El

## ZUBEREITUNG

Kartoffla en ra Schal kocha, donoch schela. Solang se no warm send en dünne Scheiba schneida, mit Zwiebla mischa. Donoch d'Bria dozugeaba; El, Senf, Essig neimischa ond mit Salz, Muskatnuss ond Pfeffr abschmecka. Dr Salat essa solang r no warm isch. Manche schneidet au no Gurka dazua

## سَلَاة خُضَار

نقوم بتحضير المكونات و التي هي  
خس ، خيار ، بندورة ، توم ، ليمون اصفر  
نعنع ، زيت و ملح  
ثم نقوم بخلطهم مع بعض و اضافة الزيت قبل الاكل

# VIEL SPAß BEIM NACHKOCHA!



Berufsintegrationsklasse & Toursimusklasse

Majed Albej  
Majed Hayani  
Mohammad Alsayes

Carolin Selg  
Svenja Sabatini  
David Cornes

## DENN..

VÖLKERVERSTÄNDIGUNG GOT DURCH DR MAGA!