

Gefüllte Weinblätter

Vor- und zubereiten: ca. 90 Min.
ergibt ca. 20 Stück

Dolmadakia

20 **eingelegte Weinblätter** aus dem Glas (ca. 80 g), abgetropft
voneinander lösen, ca. 20 Min. in kaltes Wasser legen, dieses ca. 2-mal wechseln

Füllung

- 2 Esslöffel **Olivener Öl** in einer Pfanne warm werden lassen
andämpfen
- 1 **Zwiebel**, fein gehackt
- 3 Esslöffel **glattblättrige Petersilie**, fein gehackt
- 5 **Pfefferminzblätter**, fein geschnitten
- 1/4 Teelöffel **Zimt** alles kurz mitdämpfen
- 200 g **Risottoreis**, z. B. Arborio, Vialone unter Rühren dünsten, bis er glasig ist
unter häufigem Rühren nach und nach dazugiessen, so dass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Köcheln, bis der Reis *al dente* ist (ca. 20 Min.)
- ca. 6 dl **Gemüsebouillon**, heiss
- 5 Esslöffel **Pinienkerne**, geröstet
- 4 Esslöffel **Korinthen** oder Weinbeeren
- 1/2 **Limette**, abgeriebene Schale und Saft alles darunter mischen
- nach Bedarf **Salz und Pfeffer** würzen, auskühlen
- 1 **unbehandelte Zitrone oder Limette**, in Schnitzen zum Garnieren

Formen: die Blätter mit der gerippten Seite nach oben auf die Arbeitsfläche legen. Je ca. 2 Esslöffel Füllung auf die Mitte der Blätter verteilen, Seiten einschlagen, satt aufrollen. Gefüllte Weinblätter sehr dicht und in mehreren Lagen in die Pfanne schichten, ca. 3 dl heisses Wasser dazugiessen, mit einem Teller beschweren. Knapp unter dem Siedepunkt ca. 50 Min. ziehen lassen. Warm oder kalt mit Zitronenschnitzen servieren.

Dazu passt: Tzatziki



Die andere Idee: statt Weinblätter Chinakohl, Lattich oder Mangold, verwenden. Blätter kurz blanchieren.

Warenkunde

(Griechenland)

Weinblätter

griech. *dolmadakia*, sind die jungen, unbehaarten, ungespritzten Blätter des Rebstocks.

Verwendung: zum Füllen.

Haltbarkeit: Verfalldatum beachten, einmal geöffnet, ca. 4 Tage im Salzwasser, im Kühlschrank.

Ersatz: Chinakohl, Lattich, Mangold.

Korinthen

Getrocknete, kleine, rötlichblaue bis schwarzviolette, kernlose Traubenbeeren. Sind säuerlich bis herb im Aroma und werden meist ungeschwefelt angeboten.

Verwendung: zum Verfeinern von süssen und pikanten Gerichten.

Haltbarkeit: ca. 6 Monate.

Weinbeeren

sind grosse, getrocknete Traubenbeeren von blauer bis brauner Farbe, sehr aromatisch und haben als typisches Merkmal Kerne.

Verwendung: zum Verfeinern von pikanten und süssen Gerichten.

Haltbarkeit: ca. 6 Monate.

Limetten

gehören zu den Zitrusfrüchten, sind kleiner und milder als Zitronen und sehr saftig, mit würzigem Aroma und wenig Kernen. Sind sehr kälteempfindlich.

Verwendung: für kalte und warme Gerichte, pikant und süss.

Haltbarkeit: ca. 2 Wochen.

Pinienkerne

werden aus drei Jahre alten Zapfen der Parasol-Pinie gewonnen. Diese werden getrocknet, bis sie aufspringen und die Kerne zum Vorschein kommen. Sie kommen geschält in den Handel.

Verwendung: für kalte und warme Gerichte, süss und pikant. Geröstet wird der Geschmack intensiver.

Haltbarkeit: wegen ihres hohen Fettgehaltes verderben sie schnell, deshalb kühl aufbewahren, am besten im Kühlschrank, rasch geniessen oder tiefkühlen.



Tipps und Tricks

(Weinblätter)



1) 5 Esslöffel Pinienkerne auf Haushaltspapier im Mikrowellengerät rösten: offen **6 Min./850 W**, nach der Halbzeit hin- und herbewegen.



2) Schneller gehts: Zitrone an der «Wunder-Reibe» reiben. Achtung: nicht den weissen Teil der Schale reiben, er ist bitter.



3) Weinblätter füllen: Blätter mit gerippter Seite nach oben auslegen, Füllung darauf verteilen, Seiten einschlagen, satt aufrollen.