

Arabien - ein Land wie im Märchen. Die Küche ist wohl eine der interessantesten dieser Welt.

Seefahrende Händler brachten schon vor 250 Jahren Reis von Indien auf die Arabische Halbinsel. Deshalb ist auch heute Reis noch ein wichtiger Bestandteil als Beilage oder Basis für ein Hauptgericht. Pommes Frites zogen erst mit der Ansiedlung europäischer Kulturen ins Land, sind aber heute bei vielen Speisen gern gegessene Beilage.

Nicht wundern sollte man sich, wenn man in einem arabischen Restaurant eine Platte mit Rohkostsalat, bestehend aus Tomaten, Gurken, Ruccolasalat und Minze serviert bekommt. Man isst dies ohne Dressing zu den Fleischgerichten oder verwendet es zum Dippen. Die Minze wird meist bis zum Schluß aufgehoben, denn sie neutralisiert den Geschmack .. speziell nach scharfen oder Knoblauchgewürzten Speisen.

Die Esskultur der Araber ist völlig anders, als wir sie in Europa praktizieren. Zu Zeiten der Wüstenvölker, die aus großen Familien bestanden, kochten alle Frauen verschiedene Gerichte, welche dann zu den Essenszeiten auf einem Teppich ausgebreitet wurden und alle bedienten sich. Heute noch gilt das Sprichwort „... der Tisch soll nicht zu sehen sein“ und daher ist es äußerst üblich, dass viele Speisen auf einmal bestellt werden und auch nicht immer alles aufgegessen wird.

copyright by mec travel (2024)

Alle Angaben ohne Gewähr. Für die Richtigkeit der Inhalte kann keine Haftung übernommen werden!

Bei Fragen erreichen Sie uns per WhatsApp +971 (0) 50 7561274

Shawarma

Man kann eigentlich vom Klassiker der arabischen Küche sprechen. Für Nicht-Kenner der arabischen Speisen ist es sehr einfach zu erkennen ... viele Lagen Fleisch werden an einem großen Drehspieß gegrillt und dann als kleine Stück abgeschnitten. Man kenn diese Art von den türkischen Döner Kebabs.

Die meisten Restaurants haben zwei Spiesse - einen mit Hühnchen und einen mit Lammfleisch.

Die klein geschnittenen Fleischstücke werden dann entweder "on plate" (=auf dem Teller) mit Salatgarnitur, Knoblauchsauce, Hommos und Pommes Frites gereicht oder man isst es auch gerne als Sandwich im Fladenbrot eingewickelt.

Shawarma trifft man überall an, ob auf der Straße an kleinen Ständen, in den Restaurants der Food courts in den Shoppingcentern oder auch in den besten Lokalitäten

Shish Tawook

Zarte am Holzkohlegrill zubereitete Hähnchenbruststücke. Die Raffinesse an diesen Fleischstückchen ist die Marinade aus Joghurt und Gewürzen, in welcher das Fleisch viele Stunden eingelegt wird. Deshalb ist es auch außerordentlich zart.

Shish Tawook sollte unbedingt mal probiert werden - es schmeckt sehr lecker!

Tahina

Ist eine ölige Paste aus gemahlenden Sesam und wird sehr oft als Grundlage für verschiedene Dips verwendet.

Pocket Guide



Kleine Reise durch die arabische Küche

Noch heute ist der Hauptbestandteil der arabischen Speisen auf die Beduinen- und Nomadentradition zurückzuführen. Als Fleisch wird Hühnchen oder Lamm verwendet, das von den Einheimischen nur als "essbar" angesehen wird, wenn es am selben Tag geschlachtet wurde. Somit ist es auch nicht verwunderlich, dass alle Fleischgerichte frisch und frisch zubereitet angeboten werden.

Die Garmethode ist auch heute noch überwiegend das Grillen auf dem offenen Holzkohlegrill, was neben den Kräutern und Gewürzen das Aroma bringt.

In Europa gibt Salz lange als Kostbarkeit, findet aber schon lange Verwendung in der Küche. In Arabien kannte man lange Zeit nur heimische und aus Indien stammende Gewürze. Zu Anfangszeiten des Abbaus von Bodenschätzen - vorwiegend in Saudi Arabien - wurde dann auch das Salz populärer. Jedoch ist es aktuell so, dass man sehr wenig Salz in der arabischen Küche verwendet, was aber bedingt durch die verschiedenen Kräuter und Gewürze sehr gut kompensiert wird. Der Einfluß aus Indien hinsichtlich von Chili setzte sich nicht durch, so dass Basisgerichte keine scharfe aufweisen.

Vielmehr wird heute aus gesundheitlichen Gründen und des "modernen" Geschmacks wegen mit Chili gekocht, jedoch immer nur als gewünschter Zusatz.

Kabab

Das sind kleine Hackfleischbällchen auf einem Spiess, die entweder aus Hähnchen oder Lamm auf dem Holzkohlegrill zubereitet werden.

Kabab wird "on plate" (= auf dem Teller) meist mit Salatgarnitur, Dipp und Pommes Frites oder im Fladenbrot als Sandwich angeboten.

Probieren Sie mal Hähnchen Kabab ... Hähnchenhackfleisch kennt man ja kaum in der europäischen Küche, ist aber ein richtiger Genuss

Kofta

Diese Hackfleischfladen sind vorwiegend aus feinem Lammfleisch zubereitet, kräftig gewürzt und auf dem Holzkohlegrill zubereitet. Wird auch mit Salatgarnitur und Dipp serviert.

Für Liebhaber von Lammfleisch ist das ein absolutes Muss

Moutabel

Moutabel ist ein Dip aus Auberginen, Tahina (Sesampaste), Olivenöl und Limettensaft.

Schmeckt sehr frisch und ist lecker zu Falafel oder einfach nur als Dip für Rohkost wie z.B. Paprika, Gurken, Ruccuola-Salat.

Muhalabiyiah

Findet man ganz oft an arabischen Nachspeisen-Bufféts. Der gelbliche Griespudding wird mit Rosenwasser und Rosinen versehen.

Das Rosenwasser gibt dem Pudding die besondere Note. Rosenwasser wird viel in der arabischen Küche für Desserts verwendet, allerdings ist dieses auch nicht jedermanns Geschmack

Arabien - ein Land wie im Märchen. Die Küche ist wohl eine der interessantesten dieser Welt.

Falafel

Frittierte Kirchererbsengewürzbällchen mit Petersilie, Kreuzkümmel und Korianderkraut und mit einem Dipp serviert.

Die Araber essen es als Snack oder Vorspeise, aber manchmal sind die Portionen so groß wie ein Hauptgericht

Fatayer

Kleine Hefeteigtaschen verschieden gefüllt ... meist nur mit Käse, Paprika und Zwiebeln oder Hackfleisch.

Diese Täschchen findet man oft in den Theken und kann sie dann einzeln kaufen. In Restaurants werden Sie entweder auch nach der Füllung bestellt oder es kommt eine kleine Platte mit einem Mix

Fattoush

Besteht aus klein geschnittenem grünen Salat, Gurken, Zwiebeln, Tomaten und mit einem Dressing aus Gewürzen, Zitronensaft und Olivenöl mariniert. Den richtigen Biss gibt das klein geschnittene, frittierte Fladenbrot.

Ein richtig leckerer und frischer Salat, den man zu alles als Vorspeise oder Beilage essen kann

Garlic Sauce

Ist eine cremige Knoblauchpaste, zumeist auf Mayonnaise-Joghurt-Basis.

Ist ein echtes Muss zu den verschiedenen Fleischgerichten

Hommos

Die Kichererbsenpaste darf bei fast keinem arabischen Gericht fehlen. Sie wird zu vielen Speisen als Dip gereicht.

Man sollte Sie probieren, denn es ist eine Geschmackssache, ob man sie hasst oder liebt