

Türkischer Eintopf



Leckerer Eintopf mit Fleisch, Kartoffeln und Gemüse

Bei diesem türkischen Eintopf braucht man sich um die Zubereitung überhaupt nicht zu kümmern. Er besteht aus Gulasch, Kartoffeln, Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch.

Es werden einfach in einen großen Topf zuerst das Gulasch, dann kleingeschnittene Kartoffeln, in Scheiben geschnittene Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch übereinander geschichtet. Dann wird mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer gewürzt. Anschließend kommt etwas Butter darauf. Der Topf wird mit Deckel auf eine Herdplatte gestellt und der Inhalt erhitzt. Die Butter schmilzt, das Gulasch kann darin anbraten. Die Tomaten geben Flüssigkeit ab, so dass der Inhalt des Topfes in Wasser bzw. Wasserdampf gart. Das Ganze lässt man bei mittlerer Temperatur einfach eine halbe Stunde garen. Eventuell kann man ab und zu umrühren. Fertig ist der Eintopf.

Ich garniere den Eintopf noch mit Petersilie.

Zutaten für 1 Person:

- 250 g Gulasch (Rind)
- 5 Kartoffeln
- 2 Tomaten
- 3 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Petersilie
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 30 Min.

Schalotten, Knoblauchzehen und Kartoffeln schälen. Schalotten und Knoblauch quer in Scheiben schneiden. Kartoffeln in grobe Stücke schneiden. Strunk der Tomaten entfernen und Tomaten in Scheiben schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Gulasch in einen Topf geben. Kartoffeln darüber schichten, dann Tomaten, schließlich Schalotten und Knoblauch. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Einen großen Klacks Butter darauf geben. Topf zugedeckt auf eine Herdplatte stellen und Eintopf 30 Minuten bei mittlerer Temperatur garen lassen. Eventuell ab und zu umrühren.

Eintopf in einen tiefen Teller geben, mit Petersilie garnieren und servieren.

Döner



Döner – Variation I

Auf Anregung einer Kollegin nehme ich nun das ultimative Fastfood- und Ausländer-Gericht in das Foodblog auf: den türkischen Döner. Diesmal nicht am Döner-Imbissstand gekauft, mit Döner vom Drehspieß. Sondern in der heimischen Küche nach einem Originalrezept in der Pfanne zubereitet. Eigentlich esse oder empfehle ich keinerlei Junk- oder Fastfoodgerichte, aber beim Döner kann man da immer eine Ausnahme machen, denn: Er wird frisch aus frischen Zutaten wie Salat/Gemüse, Fleisch und Sauce/Gewürzen zubereitet. Das Rezept ist für einen Döner für eine Person gedacht.

Zutaten:

- 75 g Rotkohl
- 75 g Weißkohl
- 1 TL Weißweinessig
- 1 Blatt Eisbergsalat
- 1 kleine Tomate

- 100 g Hähnchenbrust- oder Putenbrustfilet
- 1 kleine Zwiebel
- 1 TL Olivenöl
- 125 g fettarmer Joghurt
- 100 g Salatgurke
- 50 g Fetakäse
- 1 Knoblauchzehe
- eventuell Zitronensaft
- 1 EL frische Kräuter
- Salz und Pfeffer
- Gyrosgewürz (Gewürzmischung)
- Curry
- Pul biber (türkischer, gebrochener, scharfer Paprika)
- 1 kleines Fladenbrot

Zubereitung:



Döner – Variation II

Kohl in Streifen schneiden. Essig dazugeben. Das Blatt Eisbergsalat und die Tomate klein schneiden. Alles zusammen durchkneten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zwiebeln in Scheiben und Hähnchenbrust-/Putenbrustfilet in kleine Streifen schneiden, dann Fleisch und Zwiebeln mit Gyrosgewürz, Curry, Pul Biber und Öl mit den Händen gut vermischen.

Gemüse/Salat und Fleisch jeweils ca. 1 Std. kalt stellen.

Gurke halbieren, eine Hälfte in dünne Scheiben schneiden, die andere Hälfte raspeln.

Knoblauch fein hacken. Fetakäse in kleine Würfel schneiden. Joghurt, Knoblauch, Fetakäse, geraspelte Gurke, kleingeschnittene Kräuter und eventuell Zitronensaft verrühren, mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken.

Pfanne erhitzen, Öl wird keines benötigt, weil die Fleischmischung schon Öl enthält. Fleischmischung unter Wenden 4–5 Minuten braten. Fladenbrot im Toaster oder im vorgeheizten Backofen bei ca. 200° C Umluft 3 Minuten rösten.

Eine Seite des Fladenbrots aufschneiden und abwechselnd mit dem Gemüse/Salat, den Hähnchenbrust- bzw. Putenbruststreifen und der Sauce befüllen.

Zubereitungszeit: 25 Min. | **Ruhezeit:** 1 Std. | **Garzeit:** 5 Min.

Fotos: © [chefkoch.de](https://www.chefkoch.de)