



Menemen - Türkisches Rührei

Zwar kein sehr dekoratives, aber umso köstlicheres Gericht, das fast immer passt: In der Türkei wird es auch zum Frühstück gegessen, es ist eine gute Hauptmahlzeit, aber auch eine feine Zwischenmahlzeit oder eine gute Beilage zu Fleischgerichten. Je nach dem werden die Zutaten variiert und das Gericht kräftiger oder milder gewürzt. Zwiebel, Peperoni und Tomate gehören aber immer dazu. Bei der Zubereitung muss darauf geachtet werden, dass das Ei nur leicht stockt, so bleibt der Menemen schön saftig.

Zutaten (2 kleinere Portionen)

120g	Peperoni
5	Datteltomaten (klein)
1	Zwiebel
3	Eier
60g	Pecoretta (Feta)
1/2Tl	Paprika süß
1Tl	getrocknete Kräuter
	Salz und Pfeffer

<i>Feta stammt natürlich aus Griechenland. In der Türkei wird der auf gleiche Weise produzierte Salzlakenkäse "beyaz peynir" genannt. Der Pecoretta wird von der Schafmilchkäserei Koster im Faltigberg (Wald ZH) produziert.</i>

Zubereitung

Zwiebel längs zu den Schalen vierteln und quer in Streifen schneiden. Im Olivenöl ca. 3 Minuten sanft dünsten.

Peperoni in 2-3cm breite Streifen schneiden, diese zu schmalen Streifen schneiden und zu den Zwiebeln geben, Temperatur erhöhen und die Peperoni 15 Minuten mitschmoren, dabei ab und zu wenden. Die Peperonistreifen sollten noch leicht knackig

sein.

Temperatur wieder etwas reduzieren. Tomaten halbieren und grob von den Kernen befreien, zu den Peperoni geben, mit Kräutern, Salz und Pfeffer würzen und 2-3 Minuten mitdünsten. Eier über dem Gemüse aufschlagen und untermischen. Dabei nicht zu stark verrühren, die Eier sollten nur gut verteilt werden. Etwa 2 Minuten leicht köcheln lassen. Schafkäse würfeln und über der Menemen verteilen. Zugedeckt weitere 5 Minuten leicht köcheln lassen.

Anrichten und mit etwas frischem Pfeffer bestreuen. Mit Brot servieren.





