

TZATZIKI

* * *

CHORIATIKI SALATA

* * *

KOLOKYTHAIA VARKOULES

mit Bratkartoffeln

* * *

MELONE mit ZITRONENSORBE

* * *

TZATZIKI

250 g Naturjogurt
1 mittelgrosse Salatgurke
4 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
etwas Zitronensaft
Salz

Die Gurke schälen und entkernen.
Auf einer groben Reibe auf eine
Serviette reiben damit der aus-
tretende Saft aufgesogen wird.
Das Joghurt in eine Schüssel geben
und die geriebene Gurke und den
zerdrückten Knoblauch dazugeben und
gut verrühren. Dann das Oel, etwas
Salz und etwas Zitronensaft zuge-
ben und nochmals gut umrühren.
Dann noch eine weile in den Kühl-
schrank stellen.
Mit frischem Weissbrot servieren.

CHORIATIKI SALATA

2 reife Tomaten
 $\frac{1}{2}$ frische Gurke
1 mittelgrosse Zwiebel
2 grüne Peperoni
einige schwarze Oliven
120 Feta (Schafskäse)
 $\frac{1}{2}$ Tasse Olivenoil
3 EL Essig
etwas Oregano
Salz

Man schneide die Tomaten, die Gurke
und die Zwiebel in Scheiben und die
Peperoni in Streifen. In eine
Schüssel geben und mit Salz und
Oregano bestreuen. Die Oliven dazu-
geben und den gewürfelten Feta
auch. Das Olivenöl und den Essig
gut verrühren und über den Salat
geben.
Mit frischem Weissbrot servieren.

KOLOKYTHAIA VARKOULES

4 Zucchini
2 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
200g Rinderhack
 $\frac{1}{2}$ Tasse Reibkäse
4 EL Olivenöl
2 gehackte Tomaten
Salz, Pfeffer

Die Tomaten in heissem Wasser 2-3 Min. wellen. Heuten und endkernen, das Fruchtfleisch in sehr kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und im Oel anbraten. Das Rinderhack dazugeben und 10 Min. braten. In der zwischenzeit die Zucchini der länge nach halbieren und mit einem kleine Löffel aushöhlen. Die gewürfeltern Tomaten zum Fleisch geben und bei mässiger Hitze 30 Min. schmoren lassen. Die Zucchini in eine ausgebutterte Feuerfeste legen und mit dem Rinderhack füllen. Mit Reibkäse bestreuen und im Backofen zusammen mit den Kartoffeln bei 180 Grad gratinieren. Ca 30. Min.

BRATKARTOFFELN

1 kg Kartoffel
Olivenöl
Salz
(event. Kümmel)

Die Kartoffeln, möglichst kleine oder sonst in Mundgerechte Stücke schneiden. Mit Olivenöl einstreichen salzen und auf einer ausgeölter Form zusammen mit den Zucchini in den Ofen geben.
(wer es mag streut etwas Kümmel darüber)

MELONE mit ZITRONENSORBE

4 Kugeln Zitronensorbe
Melone nach belieben

Eine Sorbetkugel in die mitte eines Dessertteller legen, dann die in Schnitze geschnittene Melone in Sonnenblumenform um die Sorbetkugel legen.

En Guete.