

# Inhalt

<b>Porträts</b>	
Ameneh, Morteza und Elias	10
Khaled	12
Zuhour	14
Abdu	18

<b>Vorspeisen</b>	21
🍷 Hummus – Kichererbsencreme	22
🍷 Baba Ganoush – Auberginencreme	24
🍷 Khaliat al nahl – Bienenwabenbrot	26
🍷 Warak Inab – Syrische gefüllte Weinblätter	28
🍷 Tabouleh – Couscous-Salat	30
🍷 Fattoush – Arabischer Brotsalat	32
🍷 Radieschensalat	34
🍷 Aufstriche: Knoblauch- und Sesamdip	36
🍷 Brunnenkressesuppe	38
🍷 Rote-Linsen-Suppe	40
🍷 Shakshuka – Gemüse-Eier-Pfanne	42
🍷 Spinat-Walnuss-Törtchen	44
🍷 Asiatischer Gurkensalat	46

<b>Porträts</b>	
Hiriti und Fthawit	48
Mohammed	50
Nooran, Nirvana und Amir	54
Shayan	56
Anas	58

<b>Hauptspeisen</b>	61
🍷 Köfte in Tomatensoße	62
🍷 Gefüllte Paprikaschoten	64
🍷 Shish Tawook – Hähnchenspieße in Joghurtsoße	66
🍷 Shawarma mit Putenfleisch, Salat und Tomate	68
🍷 Bulgurpfanne	70
🍷 Rindfleisch mit Erdnusssoße	72
🍷 Frittiertes Hähnchen	74
🍷 Knoblauch-Zitronen-Hähnchen	76
🍷 Falafel – Frittierte Kichererbsenbällchen	78
🍷 Lamm-Biryani mit Safran	80
🍷 Makarona bil Batata – Syrische Spaghetti	82
🍷 Derek Tibs – Äthiopisches Rindfleisch	84
🍷 Qabili Palau – Reisgericht mit Lamm und Huhn	86
🍷 Hähnchen Kabsa	88
🍷 Gemüseintopf	90
🍷 Bamia – Geschmorte Okraschoten	92
🍷 Adassi – Persischer Linseneintopf	94
🍷 Kichererbsen-Kürbis-Tajine	96
🍷 Gefüllte Auberginen	98
🍷 Reis mit Kichererbsen und Korinthen	100
🍷 Safranreis mit Berberitzen und Pistazien	102

<b>Porträts</b>	
Bubacarr	104
Qamer, Mustafa, Duha und Lamis	106
Shirin	108
Torsten und Agnieszka Kleemann, Zakaria Sabbagh Sharabati	110

<b>Desserts</b>	115
Baklava mit Mandeln und Pistazien	116
Künefe – Engelshaar	118
Geschmorte Feigen mit Mandeln	120
Orientalischer Pistazien-Grießauflauf	122
Andys Schokokuchen	124

<b>Porträts</b>	
BetreuerInnen der Berufsintegrationsklassen	126
Michael, Katharina, Susanne und Christian	130
Caro und Julia	134
Markus	136

Danksagung	138
Impressum	140