



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

---

## Sesamringspeise

### Simitaşı



2 Gläser feine Bulgur  
1 Glas Kichererbsen  
1 Teeglas Sonnenblumenöl  
1 EL Butter  
1 EL Tomatenmark  
½ EL Paprikamark  
4 Gläser Wasser oder Fleischbrühe  
1 ½ Kl Salz

- # Kichererbsen am Vorabend einweichen. Am Folgetag mit der Einweichflüssigkeit weich kochen.
- # In einem Topf Öl und Butter erhitzen und einen Glas feinen Bulgur hinzugeben und dünsten bis die Farbe sich ändert.
- # Tomaten- und Paprikamark hinzugeben und so lange dünsten bis sie mit dem Bulgur gut vermischt sind.
- # Die gekochten Kichererbsen hinzugeben und 4 Gläser Wasser oder Fleischbrühe zum Kochen bringen.
- # Nach dem es anfängt zu köcheln dann das Zweite Glas Bulgur hineinfüllen, Salz einstreuen und vermischen, den Deckel schliessen
- # Den Herd auf niedrige Stufe herunterschalten und 20 Minuten mit verschlossenem Deckel kochen.
- # Nach dieser Zeit vom Herd nehmen und zwischen Deckel und Topf ein Tuch einlegen und mindestens eine halbe Stunde ruhen lassen.
- # Vor dem Servieren mit einer Gabel umrühren, auf Wunsch kann es mit Pfeffer abgeschmeckt werden.

**Tipp:** Simit ist in Gaziantep die regionale Bezeichnung von Bulgur. Diesen Reis kann man auch ohne Tomatenmark zubereiten.