



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

## Reisspeise (Molhata Speise)

Molhatalı Aş



1 Glas Bulgur  
1 Glas rote Linsen  
1 grosse Zwiebel  
1 KL Paprikamark  
1 KL Tomatenmark  
11 EL Öl  
1 KL geschrotete Chili  
1 KL Salz  
3 ½ Gläser Wasser

# Rote Linsen mit kaltem Wasser auswaschen und in ein Topf geben. Zwei Gläser Wasser hinzugeben und ½ Löffel geschrotete Chili und 3 Esslöffel Öl hinzugeben.

# Den Herd auf niedrige Stufe einschalten und den Topf auf den Herd stellen. Die Linsen ab und an umrühren und kochen bis sie ihre Form verlieren.

# Gewaschene Bulgur, Tomatenmark, Paprikamark, ½ Dessertlöffel geschrotete Pulver, Salz und 1 ½ Gläser warmes Wasser einfüllen. Den Deckel des Topfes schliessen und bei niedriger Stufe 20 Minuten kochen lassen.

# Währenddessen klein gehackte Zwiebel und 8 Esslöffel Öl bei mittlerer Hitze dünsten.

# Die Hälfte der Zwiebelmischung zu dem gekochten Reis hinzugeben und vermischen und 10 Minuten ruhen lassen.

# Die andere Hälfte der Zwiebelmischung während dem Servieren auf den Reis geben.

**Tipp:** Molhatalı Speise ist eine Reisart die in der Region Gaziantep zubereitet wird.