



Am Global Village am 24. September in der Unitobler tischen Botschaften verschiedener Länder traditionelle Gerichte auf. Der interkulturelle Event lädt dazu ein, kulinarische Vielfalt auszuprobieren. Dabei erhalten Studierende und andere Interessierte Einblicke in die Arbeit des hiesigen Komitees der AIESEC*, welches das Food Festival veranstaltet. Zum gluschtig machen publizieren wir im BÄNR!BLOG eine Woche lang täglich ein neues, einfaches Rezept von Berner Studierenden aus aller Welt.

ÄGYPTEN / Hana

Kushari / Koshary / Kochary

Zutate:

Ris, Linse, Nudle, Zibele und Kichererbse. Für d Sosse: Zibele, Chnoblouch, Tomatesauce, Peperoni, Sauz, Chili und Balsamicoessig

Zuebereitung:

1 Esslöffu Öl im Topf erhize, der Ris irühre. 3 Tasse Wasser und 1 Teelöffu Sauz derzue gä. Aues la ufchoche und abschliessend uf nidriger Hitz la choche bis der Ris gar isch. E grosse Topf mit liecht gsauztem Wasser zum choche bringe dene d Nudle unterrühre und la choche bis sie fertig si und denn abdecke und warm haute. D'Linse für 30min iweiche la, abschliessend abtropf und abspühle. 2 Tasse Wasser im Topf mit de Linse dine zum choche bringe und abschliessend uf nidriger hiz la choche bis sie zart si (ca. 15-20min). Zibele im Öl abrättele, Chnoblouch derzue gä und no chlei lawiter brättele, schliesslech ufemne touech abtupfe.

Sauce: Essig i ne Topf gä, die ghackti Tomate, z Tomatemark, schwarze Pfäffer, 2 ½ Teelöffle Sauz und Chrützchümi derzue gä. Aues zum choche bringe uf mittlerer hiz und öb 12min la choche.

Serviere: 1 Löffu Ris, denn d Nudle und Linse uf nes Täger derzue lege. Mit der Zibele/Chnoblouch Mischig bestreue und am Schluss d Tomatesauce drüber und no kochete Kichererbse drüber.