

INHALT

Jamas! – Griechisch kochen und gemeinsam genießen	5	SNACKS – ZUM KNABBERN UND KNUSPERN	43
Griechische Küche	6	Griechischer Knabbermix	44
Griechisch kochen – griechisch essen	10	Kichererbsenbällchen	46
Typisch griechisch	14	Greek Nachos	50
MEZEDES – ZUM TEILEN GUT	17	Griechische Guacamole	50
Auberginenschnittchen mit Feta	18	Superfette Greek-Nachos	51
Zucchini-Krapfen mit Zitronen-Dip	20	Fladenbrotpizza mit Tomaten und Feta	52
Rote-Bete-Feta-Creme	24	Kräuter-Käse-Ecken mit frischer Minze	54
Auberginenmus – Melizanosalata	24	Kretische Bruschetta	56
Classic Zaziki	25	Kürbis-Täschchen	58
Gefüllte Paprika	26	Käse-Oliven-Törtchen mit Thymian	60
Süßkartoffel-Skordalia	30	Spinat-Pastete	62
Paprika-Feta-Dip – Tyrokafteri	30	FINGERFOOD – AUF DIE HAND	65
Linsendip – Fava	31	Bifteki-Burger	66
Hummus	31	Gemüse-Gyros	68
Zucchiniröllchen mit Kräuter-Walnuss-Creme	32	Pulled-Gyros-Pork	72
Gebackene Bohnen in Tomatensauce	34	Pulled-Gyros-Pita	73
Frittierte Zucchini	38	Halloumi-Fritter-Sandwich mit Rucola	74
Frittierte Auberginen	38	Saganaki-Burger mit Tomaten-Kräuter-Salsa	76
Joghurt-Minze-Dip	39		
Marinierter Oktopus	40		

SALATE – KNACKIG FRISCH

All-in-one-Greek-Salat mit Honig-Dressing	80
Kräuter-Salat mit Sesam-Feta	82
Scharfer Melonen-Salat mit schwarzen Oliven	84
Greek Style Coleslaw	86
Rote-Bete-Salat	88
Bohnen-Salat mit Oliven und Paprika	90
Bunter Linsensalat	92
Nudelsalat mit Walnuss-Pesto	94

VEGGIES – ÜPPIG GRÜN

Eier mit Frühlingsgemüse in Zitronensauce	98
Mangold-Gemüse mit gebratenem Halloumi	100
Veggie-Moussaka	102
Griechisches Pilz-Omelette	104
Gemüse-Auflauf mit Feta	106
Ofen-Feta im Gemüsebett mit frischer Minze	108
Smashed Greek Potatoes mit Peperoni und Oliven	110
Gefülltes Gemüse mit Tomaten-Reis	112
Zucchini-Auflauf	114

79 FISCH & FLEISCH –

ZWISCHEN BERG UND MEER 117

Frittierte Tintenfische mit Zitronen-Dip	118
Überbackener Kräuterfisch	120
Überbackene Garnelen mit Ouzo	122
Geschmorte Tintenfische	124
Ofenfisch mit Fenchel und Zitrone	126
Greek Bowl mit Puten-Gyros	128
New-Style-Souvlaki	132
Hähnchen-Souvlaki	132
Gegrillte Lammkoteletts	133
Zitronen-Huhn mit Honig-Feigen	134
Hackwürstchen in Tomatensauce	136
Lamm-Stifado mit Rotwein	138

DESSERTS –

ZUM GENIESSEN 141

Feta-Mousse mit Sirup-Feigen	142
Baklava-Frenchtoast mit Pistazienkernen	144
Griechisches Joghurt-Eis mit karamellisierten Walnüssen	146
Apfel-Filo-Strudel	148
Griechische Ekmek-Torte mit Kataifi-Teig	150
Milchkuchen – Galaktobourekó	152
Greek-Yogurt-Cheesecake	154

Register	156
Autorin	159