

Tomate, Rote-Bete-Gurken-Raita, Zwiebeln, Pfannenbrot

Für zwei Personen

Für das Pfannenbrot:

100 g Joghurt 3,5%	20 g Butter	150 g Mehl
$\frac{1}{2}$ TL Backpulver	$\frac{1}{2}$ TL Olivenöl	1 TL Zatar
$\frac{1}{2}$ TL Meersalz	Pflanzenöl	

Für die gegrillten Tomaten:

600 g bunte Kirschtomaten Salz

Für die Rote-Bete-Gurke-Raita:

1 Salatgurke	300 g frische Rote Bete	500 g Joghurt, 10%
3 EL Weißweinessig	4 Zweige Minze	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
12 frische Curryblätter	Salz	80 ml Eiswasser

Für die gerösteten Zwiebeln:

2 kleine Zwiebeln	12 Curryblätter	2 EL Erdnussöl
-------------------	-----------------	----------------

Für das Pfannenbrot:

Den Backofen auf 200 Grad Grillfunktion vorheizen.

Joghurt mit Mehl, Backpulver, Salz und Olivenöl miteinander vermengen und zu einem glatten Teig verrühren. Etwa 10 Minuten ruhen lassen.

Dann vier Teigfladen formen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Fladen von beiden Seiten darin ausbacken. In einer anderen Pfanne Butter schmelzen und mit Zatar aromatisieren. Butter-Gewürzmischung vor dem Servieren auf Fladen streichen und mit Meersalz bestreuen.

Für die gegrillten Tomaten:

Tomaten waschen und halbieren. Mit der Schnittseite nach oben auf ein Backblech mit Papier legen und mit Salz bestreuen. Im Ofen grillen, bis die Ränder braun werden.

Für die Rote-Bete-Gurke-Raita:

Gurke schälen, längs halbieren, Kerngehäuse entfernen und dann grob in ein Sieb raspeln. Mit Salz bestreuen und Wasser ziehen lassen. Joghurt mit Eiswasser aufschlagen und kaltstellen. Rote Bete schälen und raspeln. Petersilien- und Minzblätter abzupfen und fein hacken. Beides mit Essig unter Rote Bete mischen. Gurke ausdrücken und mit Roter Bete unter Joghurt rühren. Mit Salz abschmecken.

Für die gerösteten Zwiebeln:

Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. In einer Pfanne mit Erdnussöl anbraten bis sie braun sind. Curryblätter dazugeben und mitbraten bis sie sich kräuseln. Beides auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Katinka Weidler am 10. Oktober 2023