

Gefüllte Mini-Gurken, Dill-Minz-Bulgur, Gewürz-Joghurt

Für zwei Personen

Für den Gewürzjoghurt:

100 g Joghurt	1 Prise Zucker	Salz
1 Prise Anapurna-Currypulver	1 Prise edelsüßes Paprikapulver	1 Prise gemahlener Zimt
$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 Prise gemahlener Kreuzkümmel	

Für die gefüllten Mini-Gurken:

2 kleine Salatgurken	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
2 Kirschtomaten	35 g Bulgur	100 ml Gemüsebrühe
$1\frac{1}{2}$ EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	Einige Zweige Dill
1 Prise Cayennepfeffer	1 Prise gemahlener Koriander	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Für die Himbeer-Zwiebeln:

1 rote Zwiebel	1 EL Himbeeressig	50 ml Rote Bete-Saft
eine Prise Zucker	2 EL Butter	

Für die Füllung der Gurken die Schalotte und den Knoblauch abziehen, klein hacken und in einer Pfanne anschwitzen. Die Kirschtomaten abziehen und dazugeben. Dann den Bulgur ebenfalls hinzufügen und einen Moment mit anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und einmal aufkochen lassen. Dann mit Deckel bei geringer Hitze quellen lassen, bis der Bulgur gar ist. Den fertigen Bulgur mit einer Gabel auflockern, mit etwas Salz, Zucker, dem Cayennepfeffer und dem Koriander würzen und mit der Minze und dem Dill verfeinern.

Für die Himbeer-Zwiebeln die rote Zwiebel schälen, in Streifen schneiden und in einem Topf zusammen mit dem Himbeeressig und dem Rote Bete-Saft einkochen lassen. Ein paar Flocken Butter und etwas Zucker hinzugeben und das Ganze leicht karamellisieren lassen.

Für den Gewürzjoghurt den Joghurt in einer Schüssel mit etwas Salz, dem Zucker, dem Kreuzkümmel, dem Curry, dem Zimt, der Paprika und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Die Mini-Gurken halbieren, mit einem Teelöffel von den Kernen befreien und leicht pfeffern. Zum Anrichten die Gurken mit der fertigen Bulgurmischung befüllen und mit einigen Dillspitzen garnieren. Darauf die Himbeers Zwiebeln und den Gewürzjoghurt drapieren. Am Schluss noch etwas Olivenöl über das Ganze geben.

Ali Güngörmüs am 20. März 2015