



## SKRIPT

SEKTOR: **GASTRONOMIE IN ZYPERN UND GRIECHENLAND**

THEMA: **LERNE DIE WICHTIGSTEN TRADITIONELLEN  
GERICHTE ZYPERNS UND GRIECHENLANDS KENNEN**



Willkommen auf der wunderschönen Insel Zypern.

**Kasolorisate!**

Was musst Du über die Zubereitung der wichtigsten traditionellen Gerichte wissen?



**Kalimera!**

Das bedeutet guten Morgen. Probiere es selbst aus und wiederholen es!

**Kalimera!**



**Halloumi**

Hier siehst Du, wie echter **Halloumi**-Käse in seinem Geburtsland Zypern aussieht. Das ist der traditionelle zyprische Halloumi-Käse. Er wird hauptsächlich aus Ziegen-, Schafs- oder Kuhmilch, Salz und trockener Minze hergestellt.

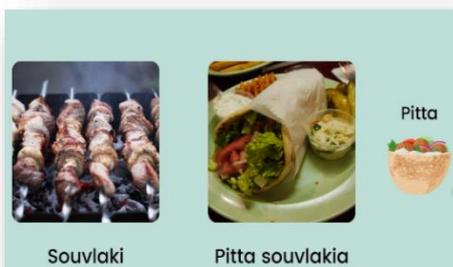
Du kannst **Halloumi** frisch in einem Sandwich essen, oder Sie können ihn braten oder grillen.



Im Sommer wird er kalt mit frisch geschnittener Wassermelone serviert. - [karpouzi me halloumi](#).



[Koupepia](#) ist die zypriotische Version der griechischen [Dolma](#), für die Hackfleisch, Reis, Tomaten und eine Kräutermischung verwendet werden. Diese Füllung wird dann in frische Traubenblätter - [Ampelofylla](#) - eingewickelt. Dieses Gericht steht bei jeder zypriotischen Großmutter auf dem Speiseplan! [Gemista](#) hat die gleiche Füllung wie [Koupepia](#), aber statt der Traubenblätter werden Gemüse wie Paprika, Tomaten und Zwiebeln gefüllt.



Die zypriotische Variante - [Souvlaki](#) - besteht aus kleinen, über Holzkohle gegrillten Fleischstücken am Spieß und einer großen Menge frischem Salat. Viele Einheimische treffen sich bei einer [Pitta-Souvlakia](#).

Das verwendete Pitabrot ist dünner und größer als die griechische oder arabische Variante.



Das Fleisch besteht in der Regel aus Schweine- oder Hühnerfleisch und kann von [Sheftalia](#) begleitet werden. Dabei handelt es sich um eine gewürzte Wurst - [Loukaniko](#) mit Kräutern, Schweine- oder Lammhackfleisch, die gegrillt wird (es gibt auch vegetarische Versionen mit Pilzen oder Halloumi).



**Souvla** sieht ähnlich aus wie **Souvlaki**, hat aber einen anderen Geschmack. Es besteht aus großen Fleischstücken, die auf einem großen Spieß über einem Holzkohlegrill langsam gegart werden, auf Griechisch **foukou** genannt.

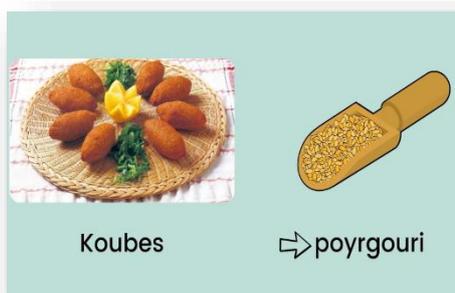
Dieses Gericht gilt in der zyprischen Küche als König der Fleischgerichte, denn es ist üblich, dass sich eine Gruppe von Freunden oder Familienmitgliedern zum Kochen von **Souvla** oder **Souvlakia** versammelt, während sie Bier trinken, essen und sich unterhalten. Es ist ein sehr beliebtes Fleischgericht, vor allem nach Fastenzeiten, und kann mit einer Reihe anderer Gerichte, meist Kartoffeln oder Salat, kombiniert werden.



**Kleftiko** wird heute in einem traditionellen runden, weißen Ofen viele Stunden lang gegart und mit Lorbeerblättern, Oregano und Rotwein gewürzt. Dazu gibt es weiche Ofenkartoffeln - **patates touournou** - und eine Portion Joghurt.



**Kolokasi** ist ein Gemüse, das auf Zypern wächst. Der Verzehr von **Kolokasi** in seiner rohen Form kann giftig sein. Dennoch ist es auf der Insel vor allem im Winter ein sehr beliebtes Essen. Schneiden Sie ihn in kleine Stücke und kochen Sie ihn in einer Tomatensoße mit Zwiebeln, Kräutern und Huhn oder Schweinefleisch. Baby-Kolokasi werden **Poulles** genannt und ähnlich wie Chips frittiert.



**Koubes** sind Kroketten, deren äußere Hülle aus Bulgur - **Poyrgouri** - besteht und eine Füllung aus Hackfleisch mit Gewürzen umschließt. Die Bissen werden mit Zitrone serviert.



Eine dicke Suppe, die auch für Vegetarier geeignet ist. [Trachanas](#) wird mit getrocknetem Weizenschrot und gesäuerter Ziegenmilch zubereitet. Es ist üblich, Stücke von Halloumi in die Suppe zu geben, sobald sie gekocht ist.

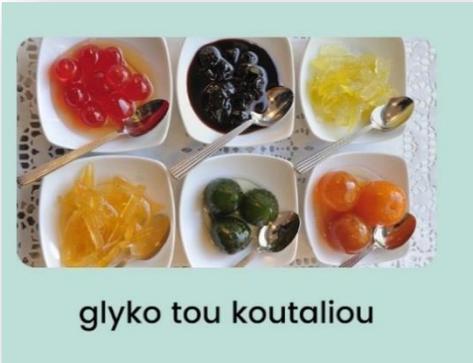


[Flaouna](#) ist ein traditionelles zypriotisches Rezept und wird in der Regel an den Osterfeiertagen im Rahmen einer großen Familienfeier zubereitet. Es ist das traditionelle Osterbrot. Es kann herzhaft (mit Käse wie Halloumi, Minze oder anderen Kräutern) oder süß (mit [Anari](#) und getrockneten Weintrauben) zubereitet werden.

\*[Anari-Käse](#) ist ein frischer, milder Molkenkäse, der auf Zypern hergestellt wird.



[Loukoumades](#) sind Teigkugeln, die frittiert und dann in Zuckersirup oder Honig getränkt werden. Sie werden oft auch als Honigkrapfen bezeichnet und haben eine leichte und schwammige Konsistenz.



Die meisten Mittagsmahlzeiten in Zypern enden mit einem **glyko tou koutaliou**, was übersetzt "Löffelbonbons" heißt, da sie die Größe eines Teelöffels haben. Diese Süßigkeiten werden aus allen Arten von Obst, Gemüse und Nüssen hergestellt, die gekocht und dann gezuckert werden, damit der Sirup entsteht, in dem sie aufbewahrt werden.



**Kolokotes** sind traditionelle zyprische Kürbispasteten. Sie sind mit Kürbis oder Kürbis, **Pourgouri** (Bulgur), Rosinen und Gewürzen gefüllt. Sie sind süß und herzhaft und eignen sich daher perfekt zum Frühstück oder als Snack. Man kann sie zum Kaffee oder zu einem Glas Wein genießen.

## WORTSCHATZLISTE

**SEKTOR:** GASTRONOMIE IN ZYPERN UND GRIECHENLAND

**THEMA:** LERNE DIE WICHTIGSTEN TRADITIONELLEN  
GERICHTE ZYPERNS UND GRIECHENLANDS KENNEN.

<b>GRIECHISCH</b>	<b>DEINE SPRACHE</b>
<i>Kalosorisate!</i>	
<i>Kalimera!</i>	
<i>halloumi</i>	
<i>karpouzi me halloumi</i>	
<i>koupepia</i>	
<i>ampelofylla</i>	
<i>gemista</i>	
<i>souvlaki</i>	
<i>pitta souvlakia</i>	
<i>pitta</i>	
<i>sheftalia</i>	
<i>loukaniko</i>	
<i>souvla</i>	
<i>foukou</i>	
<i>kleftiko</i>	
<i>patates tou fournou</i>	
<i>kolokasi</i>	
<i>poules</i>	
<i>koubes</i>	
<i>poyrgouri</i>	
<i>trachanas</i>	
<i>flaouna</i>	
<i>loukoumades</i>	
<i>glyko tou koutaliou</i>	
<i>kolokotes</i>	