



# Förderverein Taunus-Tiflis e.V.

Verein zur Hilfe für das 2. Georgische  
Gymnasium ● Begegnungen ● Kulturaustausch

## Georgische Rezepte

Willkommen
Aktuell
Archiv 2004
Archiv 2005
Archiv 2007
Archiv 2008
Archiv 2009
Kinderlieder-CD
<b>Georgische Rezepte</b>
Geschichte
Ziele
Patenschule
Aktivitäten
Download
Kontakt
Links

### Populäre Gerichte

- [Chatschapuri](#)
- [Chinkali](#)
- [Matsoni-Suppe](#)
- [Kikliko](#)
- [Eier-Satsivi](#)
- [Gebratene Zwiebeln mit Nuss-Dip](#)
- [Rote Beete mit Nüssen](#)
- [Kakab](#)
- [Fisch mit Walnusssoße](#)
- [Tomaten mit Nusssoße](#)
- [Grüne Tomaten mit Walnüssen](#)
- [Weißkohlsalat mit Walnüssen](#)
- [Satsivi](#)
- [Gupta](#)
- [Tschachochbili](#)
- [Tschnachi](#)
- [Auberginen mit Nüssen](#)
- [Auberginen-Tschnachi](#)
- [Phlawi \(Süßspeise\)](#)

Letzte Aktualisierung:  
2.2.2010



### Chatschapuri

Das georgische „Käsebröt“ gehört zu jedem geselligen Essen und wird in der Regel als erstes serviert.

#### Zutaten:

1 Kg Weizenmehl  
30-50 Gramm Hefe  
0,5 Liter Wasser  
3-4 Eßlöffel Fett  
4 Eier  
1 Kg Hartkäse, gerieben (evtl. gemischt mit Feta und Mozzarella oder Hüttenkäse, siehe Anmerkung unten).



Das Mehl in eine Schüssel geben, die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen, zwei Eier, zerlassene Butter (etwas abgekühlt) und Salz zugeben. Den Teig kneten, bis er sich von der Schüssel löst. Den Teig mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort „gehen“ lassen.

#### Weitere Zubereitung:

Käse in einer Schüssel zerkrümeln und Eier dazugeben.

Ein Stück vom Teig nehmen, ausrollen, ihm eine runde Form geben und etwas Käsefüllung darauf legen. Den Teig nach und nach oben oben verschließen. Das fertige Käsebroten ein wenig ausrollen und in die Pfanne legen. Wenn eine Seite gebraten ist, umdrehen und von der anderen Seite braten. Anschließend mit dem Fett anstreichen.

Das Chatschapuri kann auch im Backofen gebacken werden.

Darüber hinaus gibt es die verschiedensten Abwandlungen. Manche bereiten den Teig auch ohne Hefe zu, und zwar mit Mehl, Fett, Ei, Yoghurt und Backpulver. Auch bei der Füllung kann die verwendete Käsesorte variieren, manche nehmen nur geriebenen Emmentaler oder ähnlichen Hartkäse, andere verwenden ausschließlich Fetakäse.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Chinkali

### Zutaten

1 kg Hackfleisch (Lamm- oder Hammelfleisch, es geht aber auch mit Rinder- oder Misch-Hack)  
 1 kg Mehl  
 3-4 Zwiebeln  
 1 Ei  
 2-3 Knoblauchzehen  
 50 g Butter  
 Petersilie, Koriander, Thymian, Salz, Pfeffer

### Zubereitung

Teig: Das Mehl mit 0,5l Wasser, Salz und Ei zu einem festen Teig verkneten; mit der Nudelrolle dünn ausrollen und mit einem Glas ausstechen. Die ausgeschnittenen Teile nochmals auf ca. 6 bis 8 cm Durchmesser ausrollen.

Füllung: das Hackfleisch mit gehackten Zwiebeln und Knoblauch, Salz, Pfeffer, Kräutern und ungefähr 1 Glas warmem Wasser gut durchmischen.

Je einen Esslöffel Fleischfüllung auf ein Teigteil legen, den Teig von allen Seiten nach oben einschlagen und fest zusammendrehen. Die fertigen Teigtaschen in kochendes, gut gesalzenes Wasser geben (sie dürfen nicht am Topfboden ankleben). Wenn sie oben schwimmen, nur noch fünf Minuten köcheln lassen, dann die Chinkali auf einen flachen Teller legen und heiß auf den Tisch bringen; mit Pfeffer und zerlassener Butter servieren.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)



## Matsoni-Suppe

### Zutaten:

½ l Matsoni oder Sauermilch, 1 Zwiebel, 50 g Butter, 2 Teegläser Wasser, 2 Eier, 2 Esslöffel Weizenmehl, je 1 Stängel Koriander und Dill oder Estragon, Salz nach Geschmack

### Zubereitung

Matsoni oder Sauermilch, Wasser und Weizenmehl schlagen. Gehackte Zwiebel in Butter in einer Pfanne schmoren, die geschlagene Masse darüber geben und 15 Minuten unter häufigem Umrühren kochen. Dann unter Rühren die geschlagenen Eier in die Pfanne geben, vor Erreichen des Kochpunktes vom Herd nehmen, sofort

gehackten Koriander, Dill oder Estragon zugeben sowie Salz nach Geschmack.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Kikliko (Vorspeise oder Beigabe)**

### *Zutaten:*

Zwei Eier  
2 Suppenlöffel Butter  
Brot benötigt  
Salz nach Geschmack

Dill, Petersilie, Porree, Schnittlauch  
einzeln oder gemischt nach Geschmack

### *Zubereitung*

Die Eier mit Salz verquirlen, geschnittenes Weibrot wälzen, von beiden Seiten braten und das Grün darüber streuen.

Variante: Einen Teil des Grüns vorab unters Ei mengen

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Eier-Satsivi**

### *Zutaten:*

Fünf bis sechs Eier  
300 Gramm Walnusskerne  
4 bis 5 große Zwiebeln  
3 Stengel Koriander  
1 Knoblauchzehe  
Pfeffer und Salz nach Geschmack  
Zimt und Nelken nach Geschmack, je ca. 1/4 bis 1/2 Teelöffel  
Essig nach Geschmack

### *Zubereitung:*

Walnusskerne stampfen, das Öl auspressen, in einen Topf gießen und darin die feingeschnittenen Zwiebeln schmoren.

Koriander, Knoblauch, Pfeffer und Salz zusammen stampfen, gemahlene Zimt, Nelken sowie Essig hinzufügen und alles mit den gestampften Walnüssen verrühren.

Diese Zutaten in 6 Teegläsern kochendem Wasser auflösen, auf die schmorenden Zwiebeln geben und 15 Minuten durchkochen.

In diese Soße die Eier hineinschlagen. Sobald diese gar sind, den Topf vom Feuer nehmen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Gebratene Zwiebeln mit Nuss-Dip**

### *Zutaten:*

250g Zwiebeln  
30g Walnüsse  
30g Granatapfelkerne

Knoblauchzehen, Essig, Kräuter, Salz und Pfeffer nach Geschmack

### *Zubereitung*

Zwiebeln schälen, waschen, in einer Pfanne im Backofen goldbraun braten und anschließend hacken. Dill, Pfefferminz, Knoblauchzehen und Walnüsse zerstoßen, mit Weinessig verrühren, pfeffern und salzen. In einer Schüssel geschnittene Zwiebeln mit Kräuter-Dip gut vermischen und mit geschnittenen Dillblättchen und Granatapfelkernen bestreuen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Rote Beete mit Nüssen**

### *Zutaten:*

500 g Rote Beete  
100 g Walnusskerne  
eine Viertel Tasse Essig  
1 Zehe Knoblauch  
Petersilie, gehackt  
Salz und Pfeffer nach Geschmack

### *Zubereitung*

Die gewaschene Rote Beete mit Schale kochen oder im Backofen rösten. Dann abschälen und die Knollen in Scheiben schneiden. Walnusskerne, Knoblauch, Salz und Pfeffer zusammen stampfen, die Masse in Essig auflösen und mit der geschnittenen Roten Beete vermischen. Gehackte Petersilie darüber streuen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Kakab**

### *Zutaten:*

1 kg Hackfleisch  
100-120g Fett  
2 Zwiebeln  
2 Eier  
1 Tasse Berberitzen  
Salz, Pfeffer nach Geschmack

### *Zubereitung:*

Hackfleisch (Hammelfleisch) mit Fett und zerdrückten Zwiebeln gut vermischen, salzen und pfeffern. Eier schlagen und dazu geben. Die Mischung mit gedrückten Berberitzen bestreuen und gut verrühren. Die Fleischmischung zu Würstchen formen, auf Bratspieße spießen und braten. Kabab in Lavash\* einwickeln, auf einer flachen Platte anrichten.

Am Tisch mit gehackten Zwiebeln und zerdrückten Berberitzen bestreuen.

\* Dieses Gericht serviert man mit Lawaschi (speziellem Brot).

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Fisch mit Walnusssoße**

### *Zubereitung:*

1 kg Forelle, Salz

für die Soße: 200 g Walnüsse, 2 Knoblauchzehen, 5 Teelöffel frischer gehackter Koriander, gemahlener scharfer roter Pfeffer, Zitrone und Salz nach Geschmack

### *Zubereitung*

Fisch waschen, säubern und in Stücke schneiden. In kochendes Salzwasser geben und 5-7 Minuten kochen. Die Fischstücke auf eine Platte legen.

Gemahlene Walnüsse und Knoblauch mit rotem Pfeffer zerdrücken, 300-400 g abgekochtes kaltes Wasser hinzufügen und verrühren.

Koriander mit Salz vermischen, den Saft ausdrücken und zur Walnusssoße geben. Zitronensaft und Salz nach Geschmack hinzufügen und die Soße über den Fisch gießen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Tomaten mit Nusssoße**

### *Zutaten:*

0,5kg Tomaten

¾ Tasse Nüsse

1-2 Knoblauchzehen

verschiedene Kräuter (je 3 Bund)

### *Zubereitung:*

Tomaten waschen, Fruchtfleisch ungefähr in 8 Scheiben schneiden.

Walnüsse, Krokus und Paprika zerstoßen und in Weinessig auflösen.

Lauchzwiebeln, Dill, Petersilie- und Korianderblättchen fein hacken und hinzufügen.

Die Soße in eine Schüssel gießen, dazu die Tomaten geben und mit Salz abschmecken. Am Tisch mit klein geschnittenen Dillblättchen bestreut servieren.

Man kann die Tomaten auch füllen, wenn man vorher das Fruchtfleisch ausschneidet und es unter die Soße gibt.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Grüne Tomaten mit Walnüssen**

### *Zutaten:*

1 kg grüne Tomaten,

1 Teelöffel Walnüsse,

je 2-3 Stängel Dill und Sellerie,

3 Knoblauchzehen,

Essig, Pfeffer und Salz nach Geschmack

### *Zubereitung:*

Grüne Tomaten waschen, in mittelgroße Stücke schneiden und in Wasser kochen.

Auskühlen lassen und mit der Hand ausdrücken. Walnüsse, Knoblauch, Dill, Sellerie und Pfeffer mahlen und mit Essig vermischen. Die Tomaten mit dieser Würzmischung füllen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Weißkohlsalat mit Walnüssen

### *Zutaten:*

Zutaten: 1 kleiner Weißkohl, 100 g Walnüsse, 1 Granatapfel, je 1 Teelöffel fein gehackten Koriander und Petersilie, 2 fein gehackte Zwiebeln, 2 ausgedrückte Knoblauchzehen, ½ Teelöffel Bockshornklee, scharfer roter Pfeffer und Salz nach Geschmack

### *Zubereitung:*

Kohl fein hacken, gemahlene Walnüsse und Granatapfelkerne hinzufügen. Fein gehackten Koriander, Petersilie und Zwiebeln mit Knoblauch, Bockshornklee, Pfeffer und Salz mischen und hinzufügen. Nach 2 Stunden servieren.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Satsivi

### Pute oder Huhn in Walnuss-Sauce

### *Zutaten*

1 Pute oder Hähnchen  
600 g Walnüsse (gemahlen)  
5 Zwiebeln  
3 Teelöffel Bockshornklee  
6 oder 7 Zehen Knoblauch  
½ Teelöffel Safran bzw. Kurkuma  
½ Teelöffel Zimt  
Essig, Koriander, Paprika und Salz nach Geschmack.

### *Zubereitung*

Pute oder Huhn ohne Haut gründlich waschen und in Stücke schneiden, in Kasserolle legen. Mit Wasser füllen, bis das Fleisch bedeckt ist und kochen. Entstehenden Schaum und überschüssiges Fett schon beim Kochen abschöpfen. Wenn das Puten- oder Hühnerfleisch gar ist, aus der Brühe nehmen und im Backofen warm stellen. Die feingehackten Zwiebeln in einem separaten Topf dünsten. Zwischendurch werden die gemahlene Walnüsse mit Bockshornklee, Knoblauch, Koriander, Paprika, Safran bzw. Kurkuma, Zimt und Essig gemischt. Diese Masse mit einem Teil der Brühe aufgießen und etwa zehn Minuten lang kochen. Danach zusammen mit den gedünsteten Zwiebeln und der restlichen Brühe vermischen – fertig. Geflügelstücke in die Sauce legen und servieren.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Gupta

### *Zutaten:*

500 g Hackfleisch  
2 Eier  
100 - 200 g Reis  
1 Dose Pizzatomen  
Petersilie, Salz - je nach Geschmack

## Zubereitung

Hackfleisch und Eier mischen. Reis waschen und zugeben. Aus dieser Füllung kleine Bällchen machen. Zwiebeln in einem Topf andünsten, Tomaten und noch etwas Wasser hinzugeben. Fleischbällchen darin gar kochen, anschließend mit Salz, Paprika und Petersilie würzen. Am besten mit Brot essen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Tschachochbili

### Zutaten:

Zutaten: 1 Huhn, ½ Teeglas Butter, 500 g Tomaten, 400 g Zwiebeln, 2 Lorbeerblätter, je 1 Bund Koriander und Basilikum, Pfeffer und Salz nach Geschmack

### Zubereitung:

Ein gründlich ausgenommenes und gewaschenes Huhn in Stücke schneiden, in eine Pfanne geben und auf kleiner Flamme bei geschlossenem Deckel schmoren. Fein zerkleinerte Zwiebeln und Butter hinzufügen und braten. Lorbeerblätter hinzugeben. Von Zeit zu Zeit mit einem Löffel umrühren, bis das Fleisch seine Farbe ändert. Mit einem Glas gekochten Wassers über gießen und getrennt geschmorte Tomaten zugeben. Kochen bis das Hühnerfleisch gar ist. Dann gemahlene Pfeffer, fein zerkleinerten Koriander und Basilikum und Salz nach Geschmack zufügen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Tschnachi

### Zutaten:

Zutaten: 800 g Hammelfleisch, 200 g Zwiebeln, 6 Auberginen, 2-3 Tomaten, 2 Kartoffeln, 1 Knoblauchzehe, ½ Bund Petersilie, ½ Bund Basilikum, Salz nach Geschmack

### Zubereitung:

Tschanachi wird in einem Tontopf zubereitet, am besten jede Portion in einem eigenen Töpfchen. Eine Schicht dünn geschnittenes Fleisch in den Topf legen, eine Schicht Auberginen, gefüllt mit leicht gesalzenem Knoblauch, fein gehackten Zwiebeln, Petersilie und Basilikum. Darauf gehäutete Tomaten und längs halbierte Kartoffeln legen. Mit Salz bestreuen und in den Ofen stellen. Erst bei geschlossenem Deckel kochen, später den Deckel entfernen. Tschanachi ist in anderthalb Stunden fertig.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## Auberginen mit Nüssen

### Zutaten:

1 Kg Auberginen  
1 - 2 Zwiebeln  
300 g gemahlene Walnüsse



Ein Löffel Essig  
3 Knoblauchzehen  
Salz, Paprika - je nach Geschmack



### *Zubereitung*

Auberginen längs schneiden, mit Salz bestreuen und ungefähr 30 - 40 Minuten stehen lassen. Dann zusammenpressen, in eine Pfanne legen und von beiden Seiten braten. Inzwischen die Nuß-Gewürzmischung zubereiten: zerdrückten Knoblauch, Koriander, gehackte Nüsse, Safran und ein wenig Salz in einer Schüssel mischen. Zwiebeln zerkleinern, ein Löffel Essig und frische Petersilie, eventuell auch Granatapfelkörner zugeben.

Gebratene Aubergine aus der Pfanne nehmen, von beiden Seiten mit der Gewürzmischung bestreichen.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Auberginen-Tschnachi**

### *Zutaten:*

Zutaten: 500 g Kartoffeln, 500 g Auberginen, 500 g Tomaten, 3 Knoblauchzehen, 3 kleine Zwiebeln, je ein Bund Koriander, Petersilie und Sellerie, Salz und Pfeffer nach Geschmack

### *Zubereitung:*

Auberginen waschen, längs vierteln und jedes Viertel halbieren. Stücke in eine Schüssel geben, mit Salz bestreuen und ½ Stunde stehen lassen. Danach die Stücke etwas ausdrücken, ohne sie zu zerstören.

Zwiebeln in Scheiben schneiden, mit geriebenem Knoblauch, Koriander, Petersilie und Sellerie bestreuen und vermischen.

Etwas Butter in eine Pfanne geben, dann eine Schicht Kartoffeln, Auberginen und die gepfefferte Zwiebel-Kräuter-Mischung, dann wieder eine Schicht Kartoffeln, Auberginen usw. Jede Schicht salzen. Schließlich ganze Tomaten obenauf legen und etwas Butter zugeben. Die Pfanne bei niedriger Flamme erhitzen und schmoren, bis die Kartoffeln gar sind.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

## **Phlawi (Süßspeise) mit Rosinen, Mandeln und Backpflaumen**

### *Zutaten*

Für Reis: 500 g Reis, 200 g Butter, 3 Eier, etwas Salz

Für süße Masse: 200 g geschälte Mandeln, 200 g Rosinen, 200 g Backpflaumen, je ein halbes Teeglas Wasser, Butter und Zucker; Honig nach Geschmack.

### *Zubereitung*

Gewaschenen Reis in Salzwasser so lange kochen, dass der innere Kern noch hart bleibt (also halbe Kochzeit); den Reis auf ein Sieb schütten und mit kaltem Wasser übergießen. Den größten Teil der Butter in einen möglichst breiten Topf geben und erhitzen; sobald sie geschmolzen ist, drei verquirlte Eier hinein gießen und nach einer Minute den abgetropften Reis hinzu geben; etwas Butter zufügen und den Topf gut zudecken, damit kein Dampf entweichen kann. Wenn der Reis aufquillt, ist er fertig.

Jetzt die – enthäuteten – Mandeln in Wasser (halbes Teeglas) geben und 15 Minuten lang kochen, dann gewaschene Rosinen, steinlose Backpflaumen sowie Zucker, Butter und Honig hinzufügen, gut mischen und 20 bis 25 Minuten weiterkochen. Danach den Reis in eine Schüssel geben und mit der süßen Masse übergießen.

Falls die Eier auf dem Topfboden zu scharf gebraten sind, verwenden wir sie nicht! Statt dessen braten wir in einer Pfanne die gleiche Menge Eier mit Butter – wie ein feines Omelett, zerschneiden dieses in feine Scheiben und legen sie um den Reis.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

[\[Willkommen\]](#) [\[Aktuell\]](#) [\[Geschichte\]](#) [\[Ziele\]](#) [\[Patenschule\]](#) [\[Aktivitäten\]](#)  
[\[Download\]](#) [\[Kontakt\]](#) [\[Links\]](#)