



Was is(s)t die Mission –

ist ein Missionskochbuch mit Rezepten aus der weiten Welt. Inzwischen in mehreren Teilen erhältlich, finden Sie hier Rezepte auch für Gemeindeveranstaltungen.

Weitere Infos unter
www.missionskochbuch.de

Beispiele für Rezepte aus Sibirien:

Bliny

Das wahrscheinlich älteste russische Gericht

Über Geschmack streitet man nicht, besonders wenn's ums Essen geht, aber selten kann jemand einem russischem Bliny widerstehen.

Die Herkunft dieses wahrscheinlich ältesten russischen Gerichtes hat eine Verbindung zu einem alten Volksfest "Abschied vom Winter" und "Masleniza" (Fastnachtswoche).

Der runde, gelbe und heiße Bliny ist das Symbol der Frühlingssonne, auf die man sich besonders nach dem langen und kalten Winter freut.

2-4 Eier | 1 l Milch 150-250 g Mehl
• Salz
• Backpulver
1 EL Öl (z.B. Sonnenblumenöl)

Die Eier schaumig schlagen und mit 1/2 l Milch verrühren.

Mehl mit Backpulver und Salz mischen, unter ständigem Rühren (Klößchen vermeiden) in die Flüssigkeit geben.

Auf niedrigster Stufe zu einem Teig rühren, den Rest Milch dazugeben (je weniger Mehl, desto flüssiger der Teig und desto dünner der Bliny).

Zum Schluss das Öl hinzufügen, alles gut umrühren und in einer mit Teflon beschichteten Pfanne backen.

Die Pfanne heiß werden lassen und mit einer Kelle so viel Teig in die Pfanne geben, dass der Boden bedeckt ist. Am besten fängt man am Rand an und bewegt die Pfanne so, dass der Teig gut auseinander fließt und den ganzen Boden gleichmäßig bedeckt.

Man kann die gebackenen Blinys übereinander legen oder jeden einzeln zusammenrollen. Zu den Blinys reicht man Honig, Marmelade oder Zucker. Die Blinys kann man auch füllen, z. B. mit Quark - süß mit Rosinen oder scharf mit Schnittlauch, Hackfleisch gedünstet mit Zwiebeln oder Pilzen und auch mit Kaviar.

Ev.-luth. Missionswerk in Niedersachsen (ELM)

Georg-Haccius-Str.9 • 29320 Hermannsburg

Tel. (0 50 52) 69-211, Fax (0 50 52) 69-222

projektberatung@elm-mission.net • www.kollekten.elm-mission.net



Was is(s)t die Mission –

ist ein Missionskochbuch mit Rezepten aus der weiten Welt. Inzwischen in mehreren Teilen erhältlich, finden Sie hier Rezepte auch für Gemeindeveranstaltungen.

Weitere Infos unter
www.missionskochbuch.de

Beispiele für Rezepte aus Sibirien:

Borschtsch

Deftiger Eintopf aus Sibirien

500 g Schweinefleisch
2 Zwiebeln
4 Knoblauchzehen

Alles würfeln, in Fett anbraten, mit Salz & Pfeffer würzen.

400 g fein geschnittenen Weißkohl
1-2 in Würfel geschnittene Rote Bete
300-400 g in Scheiben geschnittene Mohrrüben
1,5-2 l Gemüsebrühe

Das Gemüse hinzugeben und mitdünsten. Mit Brühe auffüllen und zum Kochen bringen.
3-4 kleingeschnittene Tomaten hinzufügen.

500 g in Würfel geschnittene Kartoffeln

Die Kartoffeln erst nach ca. 30 Minuten dazugeben und ca. 15 Minuten gar kochen.

- Salz & Pfeffer zum Würzen
- ordentlich Petersilie, Schnittlauch und Dill drüberstreuen.

Die Suppe heiß und mit Brot und Schmand servieren.

Prijatnowo Appetita

Ev.-luth. Missionswerk in Niedersachsen (ELM)

Georg-Haccius-Str.9 • 29320 Hermannsburg
Tel. (0 50 52) 69-211, Fax (0 50 52) 69-222

projektberatung@elm-mission.net • www.kollekten.elm-mission.net