

Tempura-Gemüse mit Ajvar – einer Spezialität aus Mazedonien



Ajvar ist das zur Paste eingekochte Fruchtfleisch von roter Paprika mit Auberginen. Kalt dient es als Brotaufstrich, wird aber auch gerne zu Fleisch serviert oder als Würzmittel verwendet. Bei der traditionellen Herstellung werden die Paprikaschoten gehäutet, entkernt, angeröstet und unter ständigem Rühren mit etwas Öl so lange bei mittlerer Hitze gebraten, bis sie sich zu einer Art Paste aufgelöst haben, was mehrere Stunden dauern kann. Gewürzt wird nur mit Salz und Pfeffer. Luftdicht verschlossen ist dieser Ajvar über längere Zeit haltbar. Bei modernen Varianten werden häufig weitere Zutaten verwendet und alles wesentlich kürzer gegart.

Ajvar ist in ganz Südosteuropa verbreitet und auch darüber hinaus bekannt. Bei uns ist diese Paste in milder oder scharfer Variante erhältlich. Sie regt den Appetit an und ist harntreibend – also ein feiner und gesunder Genuss!

Das braucht es für 4 Personen:

- 65 g Mehl
- 65 g Maizena
- 1 Eigelb
- 1,25 dl Eiswasser
- ½ TL Korianderblätter, fein gehackt
- 750 g Rüebli, in Stücke geschnitten
- 1 Stange Sellerie, in Stücke geschnitten
- 2-3 Knoblauchzehen, je nach Belieben und Grösse
- 1 Peperoni, entkernt und geviertelt
- 5 EL Olivenöl
- 1 Bund Thymian, nur die Blättchen verwenden
- 200 g Sauerrahm
- 250 g Magerquark
- 1 EL Zitronensaft
- 3 EL Ajvar
- Salz & Pfeffer nach Belieben



So wird es gekocht:

(Vorbereitung ca. 35 Min. / Garzeit ca. 20 Min.)

1. Für den Tempura-Teig das Eiswasser in einer Schüssel mit Mehl, Maizena, Eigelb und Salz gut zu einem Teig vermischen, anschliessend den Koriander beifügen.
2. Nun den Knoblauch schälen und in dünne Scheibchen schneiden.
3. Jetzt das vorher vorbereitete Gemüse mit dem Knoblauch auf ein Backblech legen, mit 2 EL Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.
4. Die Mischung nun im auf 200°C vorgeheizten Ofen ca. 5 Min. backen, dann den Thymian über das Gemüse streuen und alles weitere 5 Minuten backen.
5. In der Zwischenzeit für den Dip Sauerrahm, Quark, Zitronensaft und Ajvar gut vermischen und nach Belieben würzen.
6. Das Gemüse nun einzeln durch den Tempura-Teig ziehen und in dem Rest vom Olivenöl knusprig ausbraten und zusammen mit dem Dip sofort servieren.



Tipp:

Wer mag, kann neben dem Gemüse auch anderes Gemüse und (japanische Variante) geschälte Crevetten oder grätenlose Fischstücke im Tempura-Teig gewendet anbraten und unter das Gemüse gemischt servieren.

Das passt dazu:

Wer es nicht vegetarisch oder mit Fisch geniessen möchte, kann das Tempura-Gemüse auch als Beilage zu grillierter Pouletbrust oder Trutenschnitzel servieren.

Die Weinkellerei Rahm empfiehlt:

Hallauer Sauvignon blanc, Réserve du Patron, 2008 Hallau AOC: Im würzigen Duft und Aroma finden sich Früchte wie Melonen, Mango, Cassis und Stachelbeeren. Die feine Säurestruktur wird durch einen einzigartigen Mineralton unterstützt. Ideal als Apéro, zu Fisch und Meeresfrüchten, hellem Fleisch und immer zum Anstossen. Bestellen können Sie ihn direkt [hier](#), aber er ist auch erhältlich bei Prodega/Growa und im Wein- und Getränkehandel.

„En Guete“ wünscht Ihnen Doris

