

# Faltenbrot mit zweierlei Dips

Juli 2021



Für 4 Personen

## Teig:

500 g	Zopfmehl
2 dl	Wasser
1 dl	Milch
50 ml	Rapsöl
1 Päckli	Trockenhefe
½ TL	Zucker
2 TL	Salz

200 g	Greyerzer gerieben
-------	--------------------

## Füllung:

100 g	Butter
2	Knoblauchzehen
100 g	frische Kräuter (Majoran, Schnittlauch, Petersilie, Basilikum, Thymian etc.)
1 Prise	Salz Schwarzer Pfeffer

## Auberginen-Dip (Baba Ganoush):

1 mittlere	Aubergine
4	Knoblauchzehen
180 g	Halbbrhmquark
1 EL	Crème fraîche
2 EL	Petersilie, gehackt
	Kräutersalz
	Pfeffer
	Öl zum Braten

## Tomaten-Dip

180 g	Halbbrhmquark
1 EL	Crème fraîche
2 EL	Tomatenpurée
6	getrocknete Tomaten
1 KL	Zitronensaft
	Kräutersalz
	Pfeffer

Mehl, Hefe, Salz und Zucker in eine Schüssel geben und gut vermischen. Wasser, Milch und Öl dazugeben und die Masse kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Zu einer Kugel formen und in der Schüssel zugedeckt 30 Minuten aufgehen lassen.

Den Teig ca. ½ cm dick zu einem Quadrat auswallen und mit der Füllung bestreichen.

5 cm breite Streifen schneiden und wie eine Handorgel falten. In eine Auflauf- oder Cakeform dicht nebeneinander legen. Den geriebenen Käse in die Falten Falten verteilen und 15 Minuten ruhen lassen.

Bei 180°C im vorgeheizten Backofen (Ober- und Unterhitze) 25 Minuten backen lassen.

Kräuter fein hacken, die Butter in einer kleinen Pfanne flüssig werden lassen. Knoblauchzehen pressen, alle Zutaten mit der flüssigen Butter gut vermengen.

Quark, Crème fraîche und Kräuter in einer Schüssel vermischen. Aubergine waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit Kräutersalz und Pfeffer würzen, würzen, zusammen mit den ganzen, geschälten Knoblauchzehen gut anbraten. Alles zusammen mit dem dem Stabmixer pürieren.

Getrocknete Tomaten klein scheiden. Die übrigen Zutaten in einer Schüssel vermengen und mit den kleingeschnittenen Tomaten vermischen.



## AUBERGINE - DIE ORIENTALISCHE SOMMERFRUCHT

Die Aubergine, auch Eierfrucht genannt, stammt ursprünglich aus den indischen Tropen. Die Araber brachten das Fruchtgemüse im 13. Jahrhundert nach Europa. Damals war sie noch nicht violett, sondern weiss. Die Aubergine gibt es in verschiedensten Formen und Farben. Hervorragend schmecken 1cm dicke Auberginenstreifen paniert und gebraten. Auberginen haben keinen starken Eigengeschmack. Sie sind leicht und schnell verdaulich.

Ab Juni sind Auberginen aus inländischem Anbau erhältlich. Am besten wachsen sie bei uns im sonnenverwöhnten Kanton Tessin und im mediterran anmutenden Klima der Genferseeregion.

Im vergangenen Jahr wurden in der Schweiz rund 9'600 t Auberginen konsumiert. Das sind über 1 kg pro Kopf Kopf und Jahr. Rund 3'500 t der Auberginen stammten aus der Schweiz, der Rest wurde importiert. Angebaut werden Auberginen in der Schweiz fast ausschliesslich im Gewächshaus.