

Fleisch im Tonkrug

Kléftiko tis stámnas

Für 8 Personen

750 g Kalbsbraten, 500 g Lamnbraten,
500 g Ziegenlammfleisch,
500 g Leber, Niere, Milz und Herz
von Lamm und Kalb (gemischt),
sehr wenig Speck, Salz,
Pfeffer, Origano, $\frac{3}{4}$ Tasse Wasser,
 $\frac{3}{4}$ Tasse Öl, $\frac{1}{2}$ Tasse Zitronensaft,
1 einfacher Tonkrug für 3 l Inhalt
(Wasserkrug mit eher engem Hals)

Fleisch, Innereien und Speck zu kleinen Bissen schneiden, salzen, pfeffern. Reichlich mit Origano bestreuen. Alles gut umrühren (= vermischen). Mischung nach und nach in den Krug geben. Dann Wasser, Öl, Zitronensaft beifügen. Den Krug gut schütteln, so daß alles gut vermischt ist. Möglichst beim Bäcker den Krug langsam backen lassen; die darauf eingestellten griechischen Bäcker lassen ihn ca. 4 Stunden im Ofen. Notfalls kann man den Krug auch im heimischen Elektroherd bei mäßiger Hitze backen. Die Öffnung des Kruges muß offen bleiben! Wenn die Bratzeit beendet ist, zerschlägt man den Krug am besten und serviert das Gericht mit Pommes frites und Salat.

Hinweis

Dieses Gericht wurde von den Frauen und Müttern der »Kléftes« (heute hießen sie Partisanen) in dem Befreiungskrieg gegen die Osmanenherrschaft (1821) erfunden. Die in den Bergen versteckten Männer mußten ja ernährt werden. So gingen die Frauen mit

zweierlei Krügen zum Wasserbrunnen, die vollen mit dem Essen, die sie an vereinbarten Verstecken beließen, und die leeren, die sie wassergefüllt nach Hause brachten.

Lammfleisch mit grünen Bohnen

Arní me fassolákia fréska

Foto

1½ kg grüne Bohnen, 1½ kg Fleisch
(Lamm, Kalb, Rind zum Braten),
Salz, Pfeffer, $\frac{3}{4}$ Tasse Pflanzenfett,
2–3 feingeriebene Zwiebeln,
2 feingehackte Knoblauchzehen,
500 g frische Tomaten oder
1–1½ El. in 1 Tasse Wasser
aufgelöstes Tomatenmark,
1 TL Zucker, 2 EL feingewiegte
Petersilie

Die Bohnen sorgfältig abziehen, durchschneiden, waschen und im Sieb abtropfen lassen. Das Fleisch in große Würfel schneiden, salzen, pfeffern und mit dem Fett anbraten. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und weiterschmoren. Die gehäuteten, zerkleinerten Tomaten (oder das Tomatenmark), Zucker und etwas Wasser hinzufügen und alles 15 Minuten weiterkochen lassen. Die Bohnen ohne Wasser 5–10 Minuten in einem anderen Topf dünsten, bis sie hellgrün werden. Das Fleisch und seine Soße und Petersilie zu den Bohnen geben. Leise kochen, bis Fleisch und Bohnen weich sind und die Flüssigkeit fast verdunstet ist.

Auch eine Lammkeule (Seite 70) läßt sich zu grünen Bohnen zubereiten.

