

## Dolmades | Gefüllte Weinblätter

Rezept für 20 Stück je Sorte

### Zutaten:

1 Glas Weinblätter

### Veggie

1 Zwiebel

150 g Langkornreis

100 g Gegrillte Tomaten oder

Melanzani

50 g Pinienkerne

Getrocknete Tomaten

½ Knoblauchzehe

½ Bund Minze

Salz

Pfeffer



### Fleisch

100 g Langkornreis

100 g Faschiertes (Rind oder Lamm)

4 Trockenfrüchte (z.B. Feigen oder Marille)

½ Bund Petersilie

½ Knoblauchzehe

Salz

Pfeffer

Zum Kochen

2 Zitronen

### Zubereitung Dolmades

Die Weinblätter vorsichtig aus dem Glas nehmen, unter fließend kaltem Wasser abspülen. Sanft auseinandernehmen.

Pinienkerne ohne Öl rösten.

Zwiebel und Kräuter fein hacken, in Olivenöl glasig dünsten. Trockenfrüchte klein hacken, Knoblauch fein hacken.

Rohen Reis und alle Zutaten miteinander vermischen, salzen und pfeffern.

Eine kleine Menge (ca. 1 EL) Füllung in die Mitte des Weinblattes legen und fest anrollen.

1 Zitrone in Scheiben schneiden, die andere auspressen.

Einen Topf mit Zitronenscheiben belegen, obendrauf die Dolmades sorgfältig einschichten. Mit Zitronensaft und Olivenöl beträufeln.

Wenn alle Dolmades im Topf sind, mit ein paar Weinblättern zudecken, einen Teller darauflegen.

Die Dolmades leicht mit Wasser bedecken. Zum Kochen bringen, zudecken, auf kleiner Hitze für 45 min köcheln lassen.

Heiß oder kalt servieren.

### **Tzatziki**

500 g Griechisches Joghurt (10% Fett)

1 Gurke

½ Bund Minze

Saft von ½ Zitrone

½ Knoblauchzehe

Salz

Pfeffer

Für besonders cremiges Tzatziki das Joghurt abtropfen lassen.

Gurke mit Schale grob hobeln, mit den Händen auspressen. Minze und Knoblauchzehe fein hacken. Alle Zutaten miteinander vermischen, abschmecken.