

Albanischer Gemüseauflauf namens Fërgesë - Albańska zapiekanka warzywna Fërgesë – Albánská zapečená zelenina zvaná Fërgesë

In Albanien, dem kleinen Land am Mittelmeer, steht dieses Nationalgericht auf jeder Speisekarte. Die Zubereitung dieser Spezialität ist recht unkompliziert und das Gericht kann sowohl warm als auch kalt gegessen werden.

Aus einem erlebnisreichen Albanien-Urlaub mit in die Heimat gebracht, habe ich Fërgesë bereits sehr oft zubereitet und damit Familie und Freunde beglückt. Und ich verbinde mit diesem Essen schöne Urlaubserinnerungen in einem sonnigen Land.

Gutes Gelingen!

Zubereitungszeit: 20 Minuten
Backzeit: 20 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach



Zutaten für 4 Personen:

- 1 Zwiebel
- etwas Olivenöl
- 4 Stck. Spitzpaprika oder normale Paprikaschoten (am besten rot)
- 4-5 Tomaten
- 200 g Fetakäse (klein zerbröseln)
- Salz, Pfeffer und ggf. etwas Chili



Zubereitung:

1. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, (Spitz-)Paprika entkernen und in Würfel schneiden, Tomaten in kleine Würfel zerteilen
2. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel glasig anschwitzen. Die Paprikastücke hinzugeben und einige Minuten (mit geschlossenem Deckel) bei leicht reduzierter Hitze garen lassen. Die Tomatenstücke hinzugeben und einige Zeit mitgaren.
3. Sollte sich zu viel Flüssigkeit bilden, kann die Gemüsemasse kurz ohne Deckel geköchelt werden, damit die Flüssigkeit verdampft. Sobald das Ganze schön durchgegart ist, wird der zerbröselte Feta untergehoben.
4. Mit Salz, Pfeffer und evtl. etwas Chili abschmecken.
5. Die Gemüse-Fetamasse in eine oder mehrere kleine Auflaufformen geben und für ca. 15-20 Minuten bei 200 °C im Ofen backen.
6. Aus dem Ofen nehmen, mit Petersilie oder anderen Kräutern bestreuen und servieren.

Geheimtipps:

Der Auflauf kann, als Mitbringsel für die Gartenparty oder den Besuch bei Freunden, gut vorbereitet und auch kalt gegessen werden. Wer mag, gibt noch 1-2 Knoblauchzehen dazu. Zu Fërgesë gibt es traditionell frisches Fladenbrot.

Für die Sommerwortschatztruhe:

		<i>Aussprache</i>		<i>Aussprache</i>
Gemüse	Warzywa	Waschiwa	Zelenina	Seleniena
Zwiebel	Cebula	Zebula	Cibule	Tsibule
Paprika	Papryka	Papryka	Paprika	Paprika
Tomate	Pomidor	Pomidor	Rajče	Raitsche
Urlaub	Urlop	Urlop	Dovolená	Dowolena
Messer	Nóż	Nusch	Nůž	Nuus

Guten Appetit – Smacznego – Dobrou chuť