

Kritharaki mit Feta, Oliven und Gemüse

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

45
Min.

NIVEAU



Für 4 Portionen

1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
1 Aubergine
1 Zucchini
150 g Cocktailtomaten
50 g Oliven, schwarz, entsteint
50 g Oliven, grün, entsteint
2 Esslöffel Olivenöl
300 g Kritharaki
300 g Gemüsebrühe
400 ml Ajran
200 g Feta
1/2 Teelöffel Rosmarin
1/2 Teelöffel Thymian
1/2 Teelöffel Oregano
Salz, Pfeffer

Kritharaki, Risoni, Orzo... eine Zutat, die so viele Namen trägt - das kann doch nur für Vielfalt stehen! Stimmt genau! Die kleinen, griechischen Leckerbissen sehen zwar aus wie Reis, **bestehen aber aus Hartweizengrieß** und sind somit **Nudeln**. Und ebenso wie Pasta passen sie zu nahezu allem! Ob als Beilage zu Fleisch, in würziger

Tomatensauce oder sogar als bunter Auflauf: Nudelgenuss gehört nicht alleine den Italienern!

Bei uns wandern Kritharaki gemeinsam mit **Tomaten, Aubergine und Zucchini** in die Pfanne. Für noch mehr Griechenland-Feeling sorgen **würziger Feta** und das Gewürz-Trio **Rosmarin, Thymian und Oregano**.

- 1 -

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Aubergine und Zucchini in Würfel schneiden. Cocktailtomaten und Oliven halbieren.

- 2 -

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Kritharaki darin ca. 1 Minute lang anbraten. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und anschwitzen. Gemüse hinzufügen und weitere 3 Minuten anbraten.

- 3 -

Pfanneninhalt mit Gemüsebrühe und Ajran ablöschen, aufkochen lassen und bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten lang köcheln lassen, bis eine cremige Masse entsteht.

- 4 -

Feta in die Pfanne bröseln und gut untermengen. Rosmarin, Thymian und Oregano hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.