

Chanukka – das Lichterfest

Anlässlich Chanukkas ein besonderer Gruß aus der Küche zur Inspiration und zum Probieren.



CHANUKKA – DAS LICHTERFEST

Chanukka ist das jüdische Fest der Lichter. Es erinnert an das Wunder, das sich im Jahr 164 v. d. Z. im Jerusalemer Tempel ereignete: Als die Makkabäer ihn zurückeroberten, fanden sie nur noch ein einziges Krüglein mit reinem Öl – genug für einen Tag. Doch es brannte **acht Tage lang**, bis neues geweihtes Öl hergestellt werden konnte.

Zur Erinnerung daran entzünden wir an acht Abenden die Lichter der **Chanukkia**, einem besonderen achtarmigen Leuchter.

Chanukka ist ein Fest der Hoffnung, des Lichts in dunklen Zeiten – und der Gemeinschaft. Traditionell werden **Ölgerichte** wie Latkes oder Sufganiot gegessen. In Israel und weltweit ist Chanukka ein Symbol für Glauben, Identität und Erneuerung.

7

Wir wünschen viel Freude beim Nachkochen und guten Appetit.

GRÜNE LATKES MIT ZUCCHINI & FETA

Vegetarisch | Frisch | Leicht & sättigend



ZUTATEN:

- 2 mittelgroße Zucchini, grob geraspelt
- 1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 Ei
- 80 g Feta, zerkrümelt
- 2 EL Mehl
- 1 EL gehackte Minze
- 1 TL Zitronenabrieb
- Salz & Pfeffer
- Oliveöl zum Braten

Diese moderne Variante des klassischen Kartoffelpuffers bringt grüne Frische auf den Teller – leicht, mediterran und voller Geschmack.

ZUBEREITUNG:

Zucchini salzen, 10 Minuten ziehen lassen, dann ausdrücken.

Mit Zwiebel, Ei, Mehl, Feta, Minze, Zitronenabrieb vermengen.

Mit Salz & Pfeffer abschmecken.

In Oliveöl bei mittlerer Hitze kleine Latkes braten, ca. 3 Min. pro Seite.

Mit Joghurt oder Tahina-Dip servieren – ein Hauch Levante auf dem Chanukka-Teller!

23

GEBACKENE SÜSSKARTOFFELN MIT LABANEH UND ZATAR-NÜSSEN

*Ein moderner Klassiker aus dem Ofen –
wärmend wie das Licht von Chanukka.*



ZUTATEN:

3 große Süßkartoffeln
3 EL Olivenöl
1 TL Honig
200 g Labaneh (alternativ:
griechischer Joghurt)
1 TL Kreuzkümmel
2 EL Tahina
Saft von ½ Zitrone
2 EL Wasser
1 Handvoll Granatapfelkerne
Frische Petersilie, grob
gehackt
Salz & Pfeffer

Diese aromatische Kombination vereint süße Röstnoten mit cremigem Frischekick. Perfekt als Vorspeise oder leichtes Abendessen in den Feiertagen.

ZUBEREITUNG:

Süßkartoffeln mit Öl, Honig, Harissa, Kreuzkümmel, Salz & Pfeffer vermengen.

Auf einem Backblech verteilen und bei 200 °C ca. 25 Minuten rösten.

Tahina mit Zitronensaft, Wasser und etwas Salz zu einer cremigen Sauce verrühren.

Süßkartoffeln auf einem Teller anrichten, mit Tahina beträufeln.

Mit Granatapfelkernen und Petersilie bestreuen – servieren und glänzen!

13

ORANGEN-OLIVENÖL-KUCHEN MIT PISTAZIEN & KARDAMOM

Vegetarisch | Feiertisch | Einfach & aromatisch



ZUTATEN:

3 Eier
120 g Zucker
100 ml mildes Olivenöl
Saft & Abrieb von 1 Orange
120 g Mehl
50 g gemahlene Mandeln
Öl zum Braten
1 TL Backpulver
½ TL gemahlener Kardamom
1 Prise Salz

TOPPING:

Puderzucker
Gehackte Pistazien

Chanukka ist das Fest des Öls – dieser leichte Olivenölkuchen mit Zitrusduft und feiner Würze ist eine moderne, orientalische Dessert-Hommage.

ZUBEREITUNG:

Eier & Zucker schaumig schlagen.

Olivenöl & Orangensaft zugeben, verrühren.

Trockene Zutaten mischen und unterheben.

In kleine Form (z. B. 18 cm) geben und bei 170 °C ca. 30–35 Min. backen.

Puderzucker mit etwas Wasser vermengen und auf den Kuchen streichen. Anschließend die Pistazien hacken und darüber streuen.

29