

Fastenzeit in Serbien

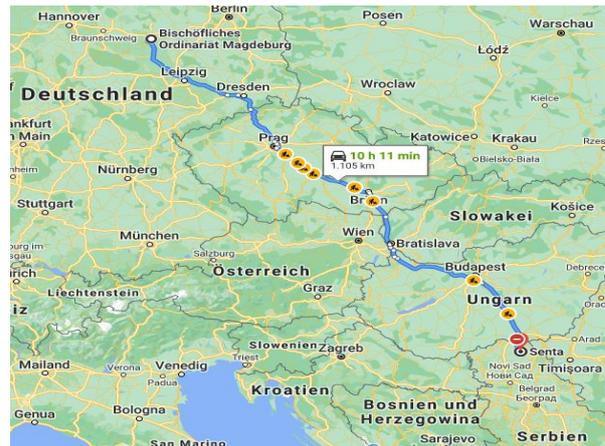


Diese Fastenspeise hat uns die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Caritas Subotica in Serbien herzlichst empfohlen.

Seit Jahren arbeitet die Partnerschaftsaktion Ost mit dem Caritas Subotica zusammen. Wir finanzieren eine Suppenküche in der Ortschaft Senta mit. Dadurch können sozial schwache, insbesondere ältere, Menschen eine warme Mahlzeit am Tag erhalten.



Suppenküche im Ort Senta, Serbien
(Bild: Caritas Subotica, Serbien)



Entfernung vom Bistum Magdeburg bis nach Senta, Serbien

Quinoa Laibchen



(Bild: www.gutekueche.de)

Zutaten (für 4 Personen):

1 Tasse Quinoa
2 Tassen Wasser
1 Zucchini
1 Karotte
Eine halbe Lauchstange
2 EL ÖL
2 Eier
1 Tasse Brösel
1 Prise Pfeffer
1 Prise Salz

Zubereitung:

1. Für Quinoa Laibchen zuerst Quinoa in einem Topf mit Wasser vermengen und kurz aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und quellen lassen. Anschließend gut abkühlen lassen.
2. In der Zwischenzeit, die Karotte und Zucchini waschen, putzen und fein reiben. Lauch waschen, putzen und fein hacken. Nun das Gemüse in etwas Öl andünsten. Aus der Pfanne heben und mit Quinoa in einer Schüssel vermengen. Ei, Salz und Pfeffer untermischen und gut abschmecken.
3. Aus der Masse Laibchen formen und in den Brösel wälzen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Laibchen beidseitig knusprig braten.

Добар anemum! = Guten Appetit!