

„Ich habe gepflanzt, ... aber Gott ließ wachsen.“ (1 Korinther 3,6)

Die Erzählungen der Bibel setzen mit einem Essen ein: Adam und Eva probieren die verbotene Frucht im Garten Eden. Und durch die ganze Bibel hindurch spielen Nahrungsmittel eine wesentliche Rolle.

Die Bibel, die uns geistige Inspiration schenkt, kann ebenso eine Inspiration für unsere Küchen und Esszimmer sein.

Sie backten ungesäuerte Brotfladen (Exodus 12,39)

Als die Israeliten Ägypten verließen, hatten sie keine Zeit, ihr Brot durch Sauerteig aufgehen zu lassen.

2 Tassen reines Weizenmehl

$\frac{3}{4}$ Tasse kaltes Wasser

2 Esslöffel Olivenöl

1 Teelöffel Salz

Biblische Gewürze können hinzugefügt werden: Ysop, Zwiebel, Knoblauch, Sesamsamen...

Mehl, Olivenöl, Salz und Wasser vermengen, einen Teig formen und 3 Minuten kneten. Den Teig in 8 Bälle teilen, mit einer Gabel zu runden Fladen drücken, und entweder in einem Wok, auf einem heißen Backstein oder auf einem eingefetteten Backpapier im Backofen backen (250°C). Backzeit ca. 10 Minuten.

Hast du mich nicht wie Käse gerinnen lassen? (Hiob 10,10)

Käsedipp

200 g Fetakäse

2 Tassen dicken Joghurt

2 Esslöffel gehackten Dill

2 Esslöffel gehackte Petersilie

2 Esslöffel gehackte Minze

Fetakäse zerdrücken und gut mit dem Joghurt vermischen. Kräuter hinzufügen. Als Käsedipp mit biblischem Brot servieren, dazu auch Möhren, Sellerie und Gurken in Stücken

Wir denken an die Gurken und Melonen, an die Zwiebeln und den Knoblauch (Numeri 11,5)

Die Israeliten ziehen schon lange durch die Wüste und ernähren sich nur von Manna. Sie fangen an zu murren und erinnern sich an das Essen in Ägypten

Gurkensalat Numeri

1 Salatgurke

1 zerquetschte Knoblauchzehe

1/2 Teelöffel Salz

1 Teelöffel frische, gehackte Minze

Die Gurke schälen und in Würfel schneiden. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen. Diese Soße passt sehr gut zu allen Fleischgerichten, eignet sich aber auch als Salat zu frischem Brot.

Jakob gab Esau Brot und Linsengemüse (Genesis 25,34)

1 ½ Tassen rote Linsen

6 Tassen Hühnerfleisch

1 klein gehackte Zwiebel

2 Stangen gehackter Sellerie

1 Lauchstange gehackt

1 Möhre gewürfelt

½ Teelöffel gemahlener Kümmel

1 Esslöffel Weinessig, Salz, schwarzer Pfeffer, Olivenöl

Die Linsen mit dem Fleisch in einem Topf zum Kochen bringen, 30 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen nicht mehr sichtbar sind. Wenn zu dick, Wasser hinzufügen.

Kümmel, Essig und Gewürze nach Geschmack zufügen und abschmecken. Die gehackte Zwiebel in Olivenöl braten und zur Suppe gebe. Heiß mit Croutons servieren.

**Wer Fleisch isst, tut es zur Ehre des Herrn
(Römerbrief 14,6)**

Ägyptischer Fleischtopf

70 g Rindfleisch in kleine Stücke geschnitten

2-3 große Zwiebeln

3 Esslöffel Öl

2 Knoblauchzehen

1 Stange Lauch

1 kleine Sellerieknolle

1 Teelöffel Kümmel und Koriander

1 Esslöffel gehackten Dill

2 Teelöffel Salz

$\frac{3}{4}$ l Wasser

Die Zwiebeln in Ringe schneiden. Das Öl erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin andünsten. Den klein geschnittenen Lauch und Sellerie dazugeben und kurz anbraten. Alles aus der Pfanne nehmen und erneut etwas Öl erhitzen. Das Fleisch darin anbraten. Gemüse und Gewürze dazugeben, Mit Wasser ablöschen und ca. 1 Stunde kochen lassen. Dazu kann man saure Sahne servieren, auf jeden Fall aber gehört frisches Brot dazu.

**Ein Land, in dem Milch und Honig fließen
(Exodus 3,8)**

Joghurt mit Honig

Pro Person :

$\frac{1}{4}$ Pfund Joghurt griechischer Art

3 Teelöffel Honig

30 Gramm geschälte und ungesalzene Pistazien

Den Joghurt in einer Schüssel schlagen, bis er breiig ist. Den Honig einrühren, dabei einem marmorähnlichen Effekt lassen. Mit Pistazien bestreuen.

**Im obersten Korb war allerlei Backwerk für die Tafel des Pharaos
(Genesis 40,17)**

Pharaos Butterkekse

300 g fein gesiebtes Weizenmehl,

100 g geriebene Mandeln

2 Eigelb

150 g Honig

200 g kalte Butter

Milch oder Eigelb zum Bestreichen.

Gehackte Pistazien und Walnusskerne zum Bestreuen.

Aus Mehl, Mandeln, Eigelb, Honig und Butter einen Mürbteig herstellen. Zugedeckt im Kühlschrank eine Stunde ruhen lassen. Ein wenig Teig ausrollen. Formen ausstechen und auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Kekse bestreichen und bestreuen. Und 10-15 min. im vor geheizten Backofen bei 180 Grad Celsius backen.

**Sie hatte ihren Sitz unter der Dattelpalme
(Buch der Richter 4,5)**

Tamar oder Tamara ist das hebräische Wort für Dattelpalme. In der Bibel tragen viele Frauen diesen Namen

Gefüllte Datteln für Tamar

250 g Datteln

100 g Marzipan

halbe Walnusskerne

Datteln aufschneiden und entsteinen. Das Marzipan in dattelsteingroße Röllchen formen.

Je ein Röllchen in eine Dattel stecken. In jede Dattel einen halben Walnusskern geben und so weit wie möglich wieder verschließen.

**Hundert Traubenkuchen, hundert frische Früchte, ein Schlauch Wein
(2 Samuel 16,1)**

½ Pfund getrocknete Feigen

1/3 Tasse gehackte Walnüsse

1 Tasse trockenen Rotwein

¼ Tasse Honig

Am Stielende jeder Feige ein Loch machen und mit Walnüssen ausstopfen. Die Feigen in ein Backgefäß legen. Wein und Honig mischen und über die Feigen gießen. Bedeckt 30 Minuten backen. Bei Raumtemperatur servieren.

Bibelkuchen:

1,5 Tassen Deuteronomium 32,14a

6 Stück Jeremia 17,11

2 Tassen Richter 14,18a

4,5 Tassen 1 Könige 5,2

2 Tassen 1 Samuel 30,12a

0,75 Tasse 1 Korinther 3,2

2 Tassen Nahum 3,12

1 Tasse Numeri 17,23b

1 Prise Levitikus 2,13

3-4 Teelöffel Jeremia 6,20

1 Päckchen Backpulver

Man befolge den Spruch Salomons: Sprichwörter 23,14

Der Teig ist ziemlich flüssig. Backzeit: etwa 1 Stunde und 30 Minuten.

**Und beim Kuchenessen gilt:
Lukas 14,12-14.**