

ZOHRE SHAHI

MEINE
PERSISCHE
FAMILIEN-
KÜCHE

DIE BESTEN REZEPTE
UND GESCHICHTEN AUS
MEINER HEIMAT

GU

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München



GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Jessica Kleppel, Juliane Helf

Lektorat: Claudia Lenz

Bildredaktion: Henrike Schechter

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, München

eBook-Herstellung: Vicki Braun

ISBN 978-3-8338-8975-2

1. Auflage 2022

Bildnachweis

Coverabbildung: Julia Hoersch

Illustrationen: David Wade

Fotos: Julia Hoersch; Oliver Neugebauer; Stefan Hobmaier, München; 500 px/Mohsen Jalali; fotolia/pawopa3336; stocksy/Agha Waseem Ahmed; Getty/Ferdi Merkx; F1online/Roy Langstaff age; lookphoto/age fotostock; F1online/Keith Levit Design Pics; Getty/Paul Souders; Getty/Zahra Mandana Fard, baraneh.com

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-8975 10_2022_02

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteur*innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in Ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem Online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München



d

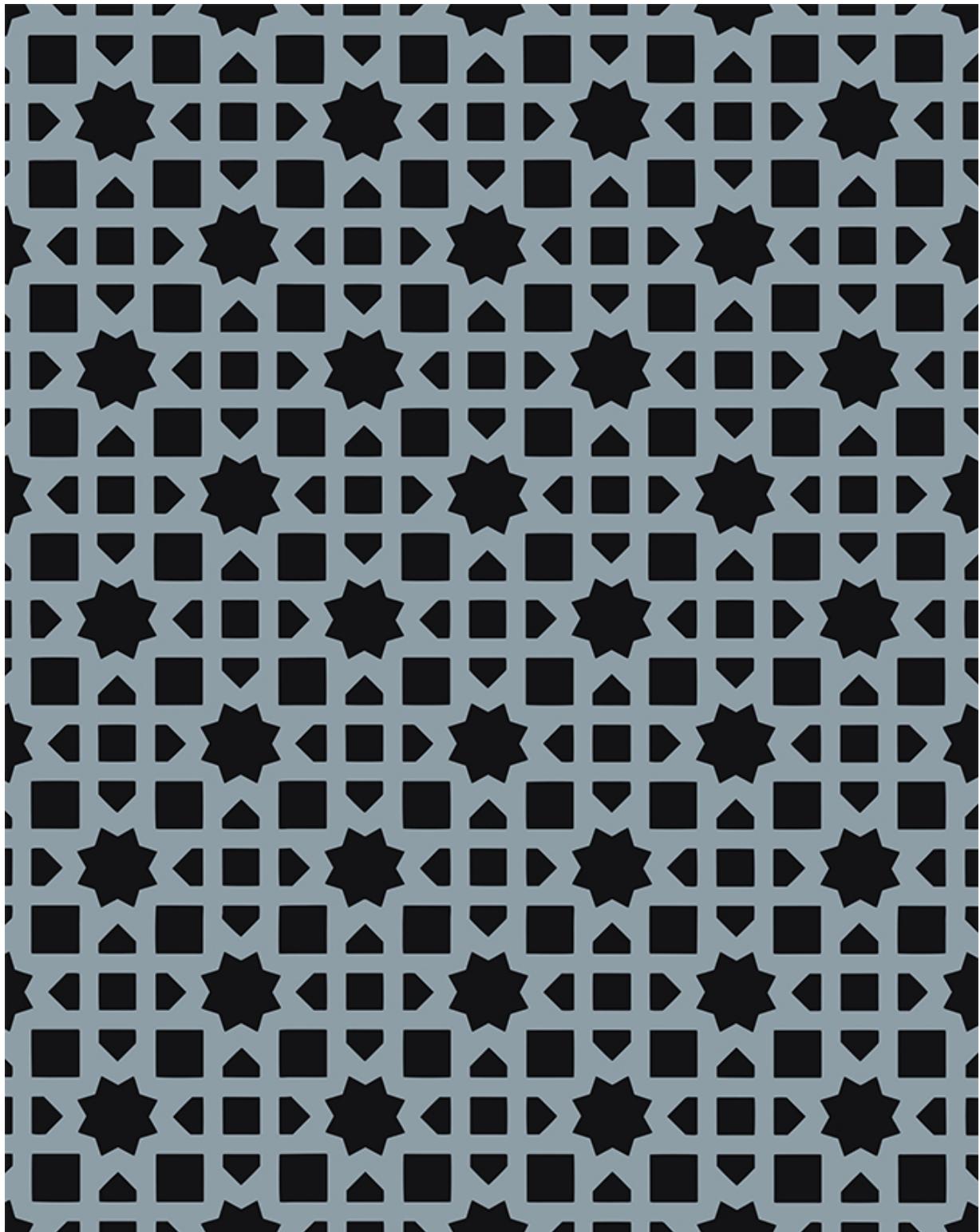
Die Liebe zum Kochen habe ich von meiner persischen Großmutter Mamanbozorg. Wenn sie am Herd stand und in den Töpfen rührte, schwebte der Duft feinster Gewürze im Raum. Oft stand ihr Küchenfenster offen, und jeder, der daran vorbeilief, schnupperte tief und nahm das würzige Aroma in sich auf. »Mamanbozorg, was hast du heute wieder Gutes gekocht!«, sagten die Leute dann und winkten ihr durchs Küchenfenster zu.

Noch heute denke ich an sie, wenn ich am Herd stehe und persische Gerichte zubereite. Dann ertappe ich mich dabei, wie ich den Deckel hebe und zu mir sage: »Zohre, was hast Du heute wieder Gutes gekocht!« Persische Gerichte duften unvergleichlich gut. Ihr Aroma hat etwas Geheimnisvolles. Wir nennen es Jaan – Seele. Diese Seele strebt nach Harmonie. Wir garen viele Gerichte relativ langsam. Geben ihnen Zeit – so lange, bis sich alle Zutaten und Gewürze harmonisch miteinander verbunden haben.

Als ich meinen Schwiegersohn Ali kennenlernte, wurde mir bewusst, dass sich das Bild vom harmonischen Ganzen, in dem sich verschiedene Zutaten miteinander verbinden, auch auf anderes übertragen lässt. Ali ist Palästinenser aus Israel, ich komme aus dem Iran, mein Mann, meine Töchter haben persische Wurzeln – wir alle leben in Deutschland. Wenn wir zusammen kochen, stellen wir immer wieder überrascht fest, dass wir viele kulinarische Gemeinsamkeiten haben, obwohl wir aus unterschiedlichen Kulturen kommen. Wir verwenden die gleichen Zutaten.

Haben ähnliche Vorstellungen von Gastfreundschaft und Genuss.

Diese Vielfalt macht für mich die Seele einer guten Küche aus. Das Miteinander verschiedener Zutaten und Gewürze. Woher wir auch kommen, welchen kulturellen Hintergrund wir auch haben: Bei Tisch wollen wir alle das Gleiche: den Deckel heben, den Duft tief einatmen und uns freuen: Was haben wir heute wieder Gutes gekocht!



Sommerferien



AUBERGINEN MIT UNREIFEN TRAUBEN KHORESHT MOSSAMA-BADEMDJAN

PERSISCHES SCHMORGERICHT MIT HÄHNCHEN UND
KURKUMA

Ein Gaumenschmaus, der auf der Zunge zergeht: Die fruchtige Säure der Trauben, würzige Kurkuma und die zarten Auberginen und Hähnchenschenkel – das ist die perfekte Harmonie!

FÜR 4 PERSONEN

3 Zwiebeln (120 g)
1 große Knoblauchzehe
2 Tomaten (200 g)
2 Auberginen (600 g)
200 ml Öl
1 TL gemahlene Kurkuma
3 EL Tomatenmark
2 Hähnchenschenkel (500 g)
Meersalz, Pfeffer
100 g eingelegte unreife Trauben aus dem Glas, abgetropft
(orientalischer Lebensmittelladen)

Zubereitungszeit: 1 Std. 10 Min.

Pro Portion ca. 390 kcal, 20 g E, 31 g F, 8 g KH

Die Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden, Knoblauchzehe abziehen. Die Tomaten waschen, klein schneiden, dabei den Stielansatz entfernen. Die Auberginen schälen, quer in dicke Scheiben schneiden. 150 ml Öl erhitzen und Auberginenscheiben darin bei hoher Hitze von beiden Seiten anbraten, gegebenenfalls in Portionen braten. In einem Sieb abtropfen lassen.

In einem weiten Topf die Zwiebelwürfel in 50 ml Öl goldbraun anbraten, die Knoblauchzehe dazupressen. Kurkuma, die Tomatenstücke und das Tomatenmark mit anschwitzen.

Die Haut und das überschüssige Fett von den Hähnchenschenkeln entfernen, jeden Schenkel im Gelenk in zwei Stücke teilen und diese in den Topf legen. 1 TL Salz und 1 TL Pfeffer zufügen, alles miteinander vermischen und 3 Min. garen. Die Hähnchenstücke wenden. 200 ml Wasser hinzufügen, unterrühren und alles bei mittlerer Hitze 30 Min. kochen lassen.

Nach dieser Zeit die angebratenen Auberginenscheiben so in den Topf legen, dass sie von der Sauce bedeckt sind. Die unreifen Trauben ohne Sud hinzufügen und alles zusammen noch 15 Min. zugedeckt weitergaren. Das Gericht mit Reis servieren, am besten mit einfachem, gedämpftem Reis (»Kateh«, s. >).

TIPP

Wunderbar erfrischend zu diesem Gericht schmeckt kühler cremiger Zucchini-Joghurt (>).



TOMATENREIS DAMI GODJEH

PERSISCHES SOMMERGERICHT, PERFEKT FÜR
VEGANER UND VEGETARIER

Diesen Reis habe ich schon als Kind gemocht. Meine Großmutter hat ihn in den Sommerferien oft für mich gekocht. Und heute? Lieben ihn meine Töchter! Reife, sonnendurchflutete Tomaten sind dafür sehr wichtig. Als traditionelle Beilage gibt's dazu kernlose Trauben.

FÜR 4 PERSONEN

6 Tomaten (600 g)
3 festkochende Kartoffeln (200 g)
1 Zwiebel (80 g)
60 g Butterschmalz
1 geh. TL gemahlene Kurkuma
2 EL Tomatenmark
2 EL Öl
350 g Basmati-Reis
Meersalz
Pfeffer

AUSSERDEM

antihhaftbeschichteter Topf

Zubereitungszeit: 50 Min.

Pro Portion ca. 545 kcal, 11 g E, 21 g F, 78 g KH

Die Tomaten waschen, halbieren, den Stielansatz entfernen und die Tomaten in einem Mixer fein pürieren oder auf einer feinen Reibe reiben. Kartoffeln schälen und klein würfeln. Die Zwiebel schälen und sehr fein schneiden.

In einer tiefen Pfanne 30 g Butterschmalz erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig anschwitzen. Kurkuma dazugeben und unter Wenden kurz mitbraten. Kartoffeln, Tomatenmark, 1 TL Pfeffer und 1 EL Öl zu den Zwiebeln geben, alles 2 Min. bei hoher Hitze unter Wenden anbraten, vom Herd nehmen.

Den Reis kurz in einem Sieb waschen, in den beschichteten Topf geben. 300 ml Wasser, 1 gehäuften TL Salz, die Kartoffeln, die pürierten Tomaten und 30 g Butterschmalz zugeben und alles bei hoher Hitze ohne Deckel zum Kochen bringen, gelegentlich umrühren.

Wenn die Hälfte des Wassers verkocht ist, den Topfdeckel in ein sauberes Geschirrtuch wickeln und auf den Topf legen, damit der Dampf nicht zurück auf den Reis gelangt und ihn matschig macht. Den Tomatenreis bei mittlerer Hitze 25 Min. kochen lassen.

Anschließend 1 EL Öl an der Innenwand des Topfes einfließen lassen, Topf zudecken, und ca. 2 Min. bei hoher Hitze garen. Den Deckel abnehmen, einen großen flachen Teller umgedreht auf den Topf legen, die Topfgriffe mit dem Teller zusammen festhalten und den Inhalt des Topfes schnell, aber vorsichtig auf den Teller stürzen. Der Reis auf dem Teller sieht nun aus wie ein Kuchen. Die Kruste, die man oben sieht, nennt man »tahdig«.

TIPP

Damit die berühmte persische Reiskruste „tahdig“ richtig schön knackig wird, verwende ich einen Topf mit Antihaftbeschichtung.

SOMMERMÄRCHEN IN TEHERAN



»Es war einmal ...«, so fangen Märchen an. Auch das meiner Sommerferien bei den Großeltern in Teheran. Bis ich sechzehn Jahre alt war, verbrachte ich jeden Sommer einige Wochen bei Mamanbozorg und Agha Bozorg - so sagen wir »Oma« und »Opa« auf Persisch. Die beiden hatten ein großes Haus mit viel Platz zum Spielen. Meine Cousinen und Cousins kamen auch zu Besuch - man kann sich vorstellen, wie viel Spaß wir Kinder hatten! Laut und fröhlich ging es zu. Mein Großvater war ein Meister im Märchen- und Geschichtenerzählen. Vor dem Haus verlief eine lebhafte Straße. Ich sehe sie heute noch vor mir: Der Kiosk am Ende der Straße, die Passanten, das Bächlein, das neben der Fahrbahn verlief und der Bürgersteig, auf dem wir Ball spielten. Von Mamanbozorgs Küche aus ging ein Fenster auf die Straße hinaus. Es stand immer offen. Die herrlichsten Düfte zogen daraus von der Küche ins Freie. Mamanbozorg stammte aus Kerman, einer Stadt in der Wüste, die für ihren Kreuzkümmel bekannt ist. Sie hat wahnsinnig gerne mit Kreuzkümmel gekocht! Das roch so verführerisch, dass jeder, der am Fenster vorbei lief, stehen blieb und rief: »Mamanbozorg, was hast du heute wieder Gutes gekocht!« Ich ging auch furchtbar gern mit Mamanbozorg auf den Markt. Sie kannte sich unglaublich gut mit Kräutern und Gewürzen aus, feilschte um den besten Bockshornklee, knackigsten Lauch, frischesten Koriander. Noch heute besuche ich zweimal die Woche unseren Markt, um Kräuter zu kaufen. Aber so warmwürzig wie in Persien sind sie hier

nicht. Das liegt am Klima: Die Sommer im Iran sind sehr heiß und trocken. Deshalb sind die Schulen in dieser Zeit auch geschlossen. Dreieinhalb Monate, von Mitte Mai bis September. Ich konnte das Leben bei den Großeltern also intensiv genießen. Und seit ich erwachsen bin, merke ich, wie stark mich die Sommer bei ihnen geprägt haben. Ich habe heute noch die Märchen meines Großvaters im Ohr. Und ich liebe Kreuzkümmel genauso wie meine Großmutter! Wenn ich damit kuche, zieht das Aroma durchs ganze Treppenhaus. Und meine Nachbarin schickt mir eine Nachricht aufs Handy: »Zohre, was hast du heute wieder Märchenhaftes gekocht?«

»Jeder, der vorbei lief, blieb stehen
und rief: Was hast Du heute wieder
Gutes gekocht!«



GESCHMORTES HÄHNCHEN GHORME MORGH

**PERSISCHES GERICHT – EINFACHE ZUTATEN UND
HIMMLISCHER GESCHMACK!**

FÜR 4 PERSONEN

4 Hähnchenschenkel (1 kg)
4 Zwiebeln (350 g)

2 TL gemahlene Kurkuma
1 rote, lange Chilischote
Meersalz
20 g Butterschmalz

Zubereitungszeit: 15 Min.
Kochzeit: 40 Min.
Pro Portion ca. 395 kcal, 35 g E, 26 g F, 4 g KH

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in breite Scheiben schneiden. Diese in eine tiefe Pfanne legen, Kurkuma untermischen. Die Chilischote längs halbieren, Stielansatz und Kerne entfernen, die Hälften waschen und fein hacken, zu den Kurkuma-Zwiebeln geben.

Von den Hähnchenschenkeln die Haut abziehen, die Schenkel im Gelenk teilen und auf den Zwiebelscheiben verteilen. Mit ca. 3 TL Salz würzen, 50 ml Wasser zugießen, bei hoher Hitze zudeckt aufkochen und alles zusammen 10 Min. kochen lassen. Dann die Hitze zurückschalten und das Gericht zudeckt weitere 30 Min. köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

Anschließend die Hitze wieder höher stellen, Butterschmalz dazugeben und die Hähnchenstücke ohne Deckel in ca. 5 Min. scharf anbraten. Dabei immer wieder umrühren, damit nichts am Pfannenboden haften bleibt. Das Schmorhähnchen heiß servieren.

TIPP

Ghorme Morgh eignet sich gut als Vorspeise – und mit Kartoffeln und grünem Salat wird eine Hauptspeise daraus.



EINFACHER REIS KATEH

**KLASSISCHER PERSISCHER REIS, DER ZU VIELEN
GERICHTEN SCHMECKT**

FÜR 4 PERSONEN

500 g Basmati-Reis
Meersalz

60 g Butterschmalz
1 Prise Safranfäden (0,1 g)
2 EL Öl

AUSSERDEM

antihhaftbeschichteter Topf
Mörser

Zubereitungszeit: 35 Min.
Pro Portion ca. 620 kcal, 11 g E, 21 g F, 95 g KH

Den Reis in einem Sieb waschen und in den beschichteten Topf geben. 650 ml Wasser, 2 TL Salz und das Butterschmalz zufügen, alles bei hoher Hitze ohne Deckel zum Kochen bringen, gelegentlich umrühren. Nach 3 Min. Garzeit den Topfdeckel in ein sauberes Geschirrtuch wickeln und auf den Topf legen, damit der Dampf nicht zurück auf den Reis gelangt und ihn matschig macht. Den Reis bei niedriger Hitze 30 Min. garen.

Inzwischen die Safranfäden im Mörser zerreiben. 2 EL heißes Wasser zugeben. Nach 30 Min. Garzeit für den Reis 2 EL Öl an der Innenwand des Topfes einfließen lassen, den Reis bei hoher Hitze in ca. 3 Min. fertig garen. 4 EL gekochten Reis in das Safranwasser einrühren.

Einen großen flachen Teller umgedreht auf den Reistopf legen, die Topfgriffe mit dem Teller zusammen festhalten und den Inhalt des Topfes schnell, aber vorsichtig auf den Teller stürzen. Die Kruste oben auf dem Reis nennt man »tahdig«. Beim Anrichten des Reises die Portionen mit dem Safranreis garnieren.



GEGRILLTE HACKSPIESSE KABAB KUBIDEH

TYPISCH PERSISCHES KABAB, SEHR BELIEBT IN
ALLEN REGIONEN DES IRANS

Dieses Rezept stammt von meinem Vater – dem König des Kabab Kubidehs! Die Spieße werden traditionell über Holzkohle gegrillt. Und mein Vater ist einer der wenigen, die die Kunst beherrschen, dass das Fleisch dabei saftig bleibt und sich beim Braten nicht vom Grillspieß löst.

FÜR 7 KEBABSPIESSE

4 Tomaten
4 grüne Spitzpaprika
4 Zwiebeln (220 g)
300 g Lammhackfleisch (mittelfett, zweimal durchgedreht)
300 g Rinderhackfleisch (mittelfett, zweimal durchgedreht)
Meersalz, Pfeffer
1 geh. TL Backpulver
2 geh. EL Sumach (orientalischer Lebensmittelladen)

AUSSERDEM

Hochleistungsmixer
7 breite Metallspieße (Kebab-Spieße)
Fladenbrot (Rezept >, ersatzweise 1 türkisches Fladenbrot)
Holzkohlegrill

Zubereitungszeit: 1 Std. 15 Min.

Pro Spieß ca. 395 kcal, 25 g E, 15 g F, 41 g KH

Den Holzkohlengrill anheizen. Tomaten und Paprika waschen. Tomaten halbieren, Stielansatz entfernen, Paprika halbieren und die Kerne entfernen. 2 Zwiebeln schälen, grob zerkleinern und im Mixer mit 1 ½ EL Wasser sehr fein pürieren.

Beide Sorten Hackfleisch in eine Pfanne geben, bei niedrigster Hitze ca. 6 Min. mit der Hand durchkneten, bis das Fleisch klebrig ist und die Hand eine leichte Wärme spürt. Je 1 TL Salz und Pfeffer, das Backpulver und das Zwiebelpüree hinzufügen. Die Hackmasse weitere 2 Min. durchkneten.

Das Hackfleisch in sieben gleich große Portionen teilen. Jede Portion mit angefeuchteten Händen zur Kugel formen, dann - wieder mit angefeuchteten Händen - um den Spieß drehen und entlang des Spießes gleichmäßig platt drücken, sodass der Fleischteig zusammenhält. Jede Portion ist dann ca. 20 cm lang und ca. 3 cm breit. Mit angefeuchtetem Daumen und Zeigefinger quer in Abständen mehrere Einbuchtungen hineindrücken.

Tomaten- und Paprikastücke über der heißen Holzkohlenglut auf dem Rost unter gelegentlichem Wenden grillen. Inzwischen die 2 übrigen Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Fleischspieße 7-8 Min. grillen, dabei alle 30 Sek. wenden. Fladenbrot portionieren und quer aufschneiden.

Das fertig gegrillte Kabab vorsichtig vom Spieß entfernen, auf Fladenbrot legen, mit etwas Sumach bestreuen und mit Zwiebelstreifen sowie den gegrillten Tomaten und Paprika genießen.

TIPP

Ich drehe das Fleisch zweimal durch den Wolf, damit es schön zart wird. Und der Fleischteig bleibt dann beim Grillen besser am Spieß haften.



REIS MIT MUNGOHNEN MASH POLO

**PERSISCHES SOMMERGERICHT – UND
LIEBLINGSREZEPT MEINER BESTEN FREUNDIN**

FÜR 4 PERSONEN

300 g Mungbohnen (Bioladen)
Meersalz

2 Zwiebeln (120 g)
2 Tomaten (200 g)
6 EL Öl
1 geh. TL gemahlene Kurkuma
Pfeffer
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL Zimtpulver
300 g Basmati-Reis
60 g Butterschmalz

AUSSERDEM

antihhaftbeschichteter Topf

Zubereitungszeit: 1 Std.

Pro Portion ca. 810 kcal, 26 g E, 32 g F, 107 g KH

Bohnen waschen, in einem Topf mit 400 ml Wasser und 1 TL Salz zugedeckt aufkochen, 20 Min. köcheln lassen. Zwiebeln schälen, klein würfeln. Tomaten waschen, ohne Stielansätze klein würfeln. Im beschichteten Topf 5 EL Öl erhitzen, Zwiebeln darin goldbraun anbraten, Kurkuma einrühren. Tomaten hinzufügen und weich dünsten. Mit 1 TL Salz, 1 TL Pfeffer, Kreuzkümmel und Zimt würzen. 100 ml Wasser zugießen, nach 3 Min. den Herd ausschalten, den Topf darauf stehen lassen.

Den Reis in einem Sieb waschen, mit 350 ml Wasser und 1 TL Salz zur Zwiebel-Tomaten-Mischung geben. Die fertig gegarten Bohnen in einem Sieb abtropfen lassen, zum Reis geben. Alles ohne Deckel bei hoher Hitze zum Kochen bringen. 60 g Butterschmalz unterziehen. Den Topfdeckel in ein sauberes Geschirrtuch wickeln und auflegen. Das Gericht bei mittlerer Hitze 30 Min. kochen lassen.

1 EL Öl an der Innenwand des Topfes einfließen lassen und die Hitze für ca. 2 Min. hoch stellen. Den Deckel abnehmen, einen großen Teller umgedreht auf den Topf legen, mit den Topfgriffen festhalten und den Mungbohnen-Reis auf den Teller stürzen.

TIPP

Die perfekte Beilage zu diesem Gericht ist Zucchini-Joghurt (s. >).



REIS MIT LINSEN MUJADDARA

**PALÄSTINENSISCHES GERICHT, DAS IM GESAMTEN
NAHEN OSTEN BELIEBT IST**

FÜR 4 PERSONEN

3 Zwiebeln (220 g)
100 ml Olivenöl

300 g Tellerlinsen
200 g Basmati-Reis
Meersalz, Pfeffer
400 g Joghurt zum Servieren

Zubereitungszeit: 50 Min.

Pro Portion ca. 715 kcal, 28 g E, 30 g F, 75 g KH

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun anbraten. Die Linsen kurz in einem Sieb waschen und mit 700 ml Wasser in einem Topf bei hoher Hitze zugeschlagen zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und die Linsen 10 Min. zugeschlagen köcheln lassen.

Danach den Reis kurz in einem Sieb waschen, mit 1 gehäuften TL Salz und 1 TL Pfeffer in den Topf geben und alles sanft vermischen. Die Hälfte der Zwiebeln unter die Reis-Linsen-Mischung heben. Alles zugeschlagen 20-25 Min. bei mittlerer Hitze kochen lassen, bis der Reis und die Linsen weich sind.

Zum Servieren die Reis-Linsen-Mischung mit den restlichen Zwiebeln bestreuen und mit Joghurt als Beilage genießen.

MEIN SCHWIEGERSOHN SAGT

Das Gericht ist so populär, dass es dafür bei uns ein Sprichwort gibt: »Ein hungriger Mann wäre bereit, seine Seele für ein Mujaddara zu verkaufen«.