

OBA-Post – die 36.

Heute zeigen wir euch ein Rezept für eine beliebte spanische Tapa.
GUTEN APPETIT!!!

Oliven Anchovis Häppchen

Zutaten für 5 Portionen

- 115 g Mehl
- 115 g gekühlte Butter
- 115 g fein geriebener Käse (Manchego, Cheddar oder Gruyère)
- 50 g Anchovis-Filets (in Öl)
- 50 g Oliven (schwarz und/oder grün, entsteint)
- 1/2 TL Cayennepfeffer oder Chilipulver
- Meersalz

Schon gewusst?

Eine Tapa (deutsch: Deckel, Abdeckung) ist ein kleines Appetithäppchen, das in Tapas-Bars meistens zu alkoholischen Getränken gereicht wird. Tapas entsprechen den im östlichen Mittelmeerraum und im Nahen Osten servierten Mezedes.

Tapas werden in Spanien überwiegend in Tapas-Bars und Bodegas serviert und dort im Stehen verzehrt. Jede Tapas-Bar besitzt dabei eine individuelle Auswahl an verschiedenen Tapas. Tapas im engeren Sinne sind kostenlose Beilagen zum Getränk. Müssen sie zusätzlich bestellt werden, sind die Übergänge von einer Tapa zu einer Ración (größere Menge) oder zu einem Pincho (baskische Tapavariante mit aufwändigerer Zubereitung) fließend.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde 30 Minuten

Die Anchovis abtropfen lassen und grob hacken, die Oliven abtropfen lassen und ebenfalls grob hacken.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem festen Teig verarbeiten. Diesen locker in Küchenfolie hüllen und für 20 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Danach den Teig dünn ausrollen und in etwa fünf Zentimeter breite Streifen schneiden. Dann jeden Streifen wechselseitig so einschneiden, dass Dreiecke entstehen. Diese auf ein Backblech setzen. Im auf 200 °C (Gas Stufe 6) vorgeheizten Ofen in 8-10 Minuten goldgelb backen. Auf einem Küchengitter abkühlen lassen.

Vor dem Servieren mit Meersalz bestreuen.

Diese herzhaften Bissen lassen sich gut aufheben: Man kann sie bis zu drei Monate einfrieren oder bis 14 Tage luftdicht verpackt aufbewahren. Meistens halten sie aber nicht so lange! ;-)



Informations- und Beratungsstelle
der Offenen Behinderten-Arbeit



Mensch
sein
für Menschen

www.caritas-wm-sog.de