

ÄTHIOPIEN



Degene Kasahun (David)

Das Restaurant Fasika ist ein alteingesessenes äthiopisches Restaurant Nähe Barbarossaplatz. Degene Kasahun (David) und seine Familie kochen hier zur Freude ihrer Restaurant-Gäste, aber auch die äthiopisch-orthodoxe Gemeinde ist immer froh, wenn David das Catering für Feste organisiert. Die Kulinarik am Horn von Afrika basiert auf der Beilage Injera, einer Art Pfannkuchen, mit der die vielen verschiedenen, oft veganen Gerichte verspeist werden. Die beständige Zuwanderung aus der Diktatur Eritreas und den benachbarten Ländern Äthiopien und Sudan hat inzwischen auch in Köln eine Infrastruktur geschaffen, in der man vielerorts Injera essen kann. Wenn das so weitergeht, ist Injera bald der neue Döner! In vielen Stadtteilen kann man immer wieder Familien aus diesen Ländern an einer Injera-Küche vorfahren sehen, um sich einen ganzen Turm der Pfannkuchen zu holen – schließlich ist ihre Herstellung ziemlich aufwendig. Was meinst du: Bekommst du eine gute Injera hin? So geht es:

INJERA À LA FASIKA

Rezept für 12 Personen

Zutaten

250 g Teffmehl

250 g Weizenmehl

½ Pack Hefe, etwas Backpulver

Salz nach Gusto

etwas **warmes Wasser**, bis der Teig sich kneten lässt

Teffmehl, Weizenmehl, Hefe und Wasser kneten und mindestens einen Tag stehen lassen, mit warmem Wasser verdünnen für einen flüssig-zähen Teig, Salz und Backpulver einmischen und 40 min. ziehen lassen. In einer sauberen, dicken Pfanne ohne Fett auf einer Seite anbraten, kurz den Deckel drauflegen, dann ist deine erste Injera fertig und muss abkühlen, damit sie im Stapel nicht klebt. Falls das Kochexperiment beim ersten Mal nicht geklappt hat, schon klar – kannst du einfach bei David im Fasika essen kommen und deinen Frust mit einem Honigwein oder der gemütlichen äthiopischen Kaffeezeremonie runterspülen. Beim Kulturklügel Kochkurs Äthiopien zeigt dir David aber ganz genau, wie es geht.

Äthiopisches Restaurant **Fasika**
Luxemburger Straße 17

