

# Melemen mit Honig-Dinkelbrot und gemischtem Salat

**Für zwei Personen**

**Für das Melemen:**

500 g Tomaten	1 rote Paprika	1 grüne Paprika
2-3 Eier	1 Knoblauchzehe	1 Frühlingszwiebel
1-2 EL Tomatenmark	1 TL Oregano	1 TL Thymianpulver

**Für das Honig-Dinkelbrot:**

2 Scheiben Dinkel-Vollkornbrot	1 Zitrone	3 EL flüssiger Honig
natives Olivenöl	2-3 Zweigen Rosmarin	

**Für den Salat:**

50 g Rucola	2-3 Blätter Kopfsalat	50 g Feldsalat
5-6 schwarze Oliven	$\frac{1}{2}$ Gurke	2 Tomate
1 rote Zwiebel	3 EL Schmand	1 EL Essig
1 EL Olivenöl	3-4 Stängel Petersilie	1 EL Schnittlauch
1 Zitrone	Zucker, Salz, Pfeffer	

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Das heiße Wasser dann in eine Schüssel geben und die Tomaten für etwa eine Minute hineingeben. Die Tomaten herausnehmen und die Haut abziehen. Die geschälten Tomaten dann in Würfel schneiden. In einem Topf Öl anwärmen und bei niedriger Temperatur die Tomaten schmoren. Die Peperoni, die Frühlingszwiebeln und die Paprika waschen und in kleine Würfel schneiden. Zwei Knoblauchzehen abziehen und durch eine Presse geben. Ein halbes Glas heißes Wasser mit türkischem Tomatenmark (Salca) und dem gepressten Knoblauch miteinander verrühren. In einem Topf einen halben Liter Wasser kochen. Die Peperoni, die Frühlingszwiebeln und die Paprika zu den Tomaten geben und weiter schmoren lassen. In eine kleine Schüssel zwei bis drei Eier geben und diese verrühren. Wenn das Gemüse fertig angebraten ist, das heiße Wasser dazugeben und miteinander vermengen. Salz, Pfeffer, etwas Thymian und etwas Oregano dazugeben und weiter bei niedriger Temperatur ziehen lassen. Für den Salat, das Gemüse waschen und kleinschneiden. Für das Dressing in einer kleinen Schüssel Salz, Pfeffer, Zucker und Essig miteinander verrühren. Dann den Schmand dazugeben. Die Kräuter waschen, hacken und zu dem Salat geben. Zuletzt das Öl dazugeben und miteinander vermengen. Das Dinkelbrot in dünne Scheiben schneiden. Von einer Zitrone etwas Schale abreiben. Eine beschichtete Pfanne heiß machen, dann den Honig hineingeben und heiß werden lassen. Natives Olivenöl dazugeben und bei mittlerer Temperatur miteinander verrühren. Rosmarin und etwas Zitronenabrieb mit hineingeben und verrühren. Nun das Brot in die Pfanne geben und vollsaugen lassen und hin und her schwenken. Mit etwas Salz abschmecken und aus der Pfanne nehmen. Zum Schluss die Eier in das Melemen geben und ein wenig verrühren. Ein paar Minuten ziehen lassen. Das Melemen mit dem Salat und dem Dressing auf einem Teller anrichten. Das Brot auf einem kleinen Teller dazu servieren.

Sahin Caglar am 16. September 2014