



START
Salzburg

KOCHBUCH



Sehr geehrte Patinnen und Paten, liebe Freundinnen und Freunde des START-Stipendienprogramms!

10 Jahre START-Salzburg ist ein Anlass zum Feiern! Wir jubeln, dass wir seit 10 Jahren engagierte und talentierte junge Menschen mit Migrationsgeschichte im Bundesland Salzburg auf dem Weg zur Matura begleiten dürfen. In diesem Zeitraum können wir auf eine stolze Zahl von **66 erfolgreichen Absolvent_innen** des START-Programmes verweisen, die ihre **Wurzeln in 21 verschiedenen Ländern** haben. Wie ließe sich Vielfalt besser darstellen als mit einem Kochbuch, haben wir uns gedacht und für unser Jubiläum zum dritten Mal ein START-Kochbuch mit den Lieblingsrezepten unserer Jugendlichen aufgelegt - **„Vielfalt zum Mitnehmen und Nachkochen“** sozusagen. Holen sie sich die Welt auf den Teller! Wir wünschen Ihnen schon jetzt viel Vergnügen und Guten Appetit! Ohne die **Anhaltende Unterstützung unserer Förderinnen und Förderer** wäre es nicht möglich gewesen, so viele talentierte junge Menschen auf ihrem Bildungsweg zu fördern, ihre Talente mit Seminaren und individueller Beratung zu stärken und gemeinsam Perspektiven für ihre Zukunft zu entwickeln. Dafür möchten wir mit diesem Kochbuch auch ganz herzlich Danke sagen!

**Das START-Salzburg Team
mit allen Stipendiat_innen**

Vorspeisen:

- Mahdi Rezai – Kaspessknödel
- Jia Cheng (Toni) Zhou – Tomaten Omelette nach Mamas Art
- Ali Reza Noori - Jachnisuppe (Hühnersuppe)
- Rasia Nabizada – Afghanisches Fladenbrot
- Sahar Qaderi - Bolani

Hauptspeisen:

- Ioana Iordache - Sarmale (Krautrouladen)
- Qodratullah Miakhel - Qorme Kofta
- Saira Shaukat - Biryani mit Huhn
- Mahdi Ahmadi – Qabili Palau
- Ali Akbar Zamani - Qorme Sabzi
- Mohammad Akhlas Ahmadi – Kufte
- Umair Hussain – Chicken Tikka
- Mohammad Haidari – Mantu
- Rokesstan Issa – Pizza
- Mihi Uddin – Mishti Lau Bazi (Kürbisgericht)

Desserts:

- Omaima Mahmoud – Baklava
- Afra Zaitova - Aladiki (Pancakes)
- Eishah Mustafa - Gajar ka Halwa
- Ioana Iordache – Papansi
- Zaynab Hussaini – Ferni (afghanischer Pudding)
- Rohullah Muhammadi – Kardinalschnitte
- Hana Nazari Salari – Scholeh Zard (Reispudding mit Safran)
- Kher Mohammad Jusufzai – Gebackene Mäuse

VORSPEISEN



Steckbrief: Mahdi Rezaei



Alter: 20 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Farsi, Dari, Deutsch, Englisch, Italienisch, Latein, Altgriechisch
Schule: Herz-Jesu-Gymnasium Salzburg
START-Stipendiat seit: 2017
Patenschaft: Katharina Turnauer Privatstiftung
Soziales Engagement: Mentorenprojekt in der Schule
Hobbys/Interessen: Sport, Mathe, Sprachenlernen

So beschreibe ich mich selbst: zielstrebig, kameradschaftlich

Mein START-Moment: Besonders in Erinnerung sind mir die mehrtägigen Veranstaltungen, wie zum Beispiel die Seminare im Bildungshaus Puchberg (z.B. Rhetorikseminar) und das Jahrestreffen im Nationalpark Hohe Tauern.

Kaspressknödel

Als ich das erste Mal mit meiner österreichischen Patenfamilie im Lungau war, gab es „Kaspressknödel“ zum Mittagessen. Ich hatte keine Ahnung was das ist und wie das schmeckte, merkte aber gleich, dass es ein sehr schmackhaftes und nahrhaftes Essen ist. Es ist eine typische Speise im Salzburger Land, speziell im Lungau und Pinzgau. Hier das Rezept, wie es meine österreichische Pflegemutter von ihrer Schwiegermutter überliefert bekam.

Zutaten:

400 g Knödelbrot (= Semmelwürfel)
100 g Tiroler Bergkäse
100 g Graukäse
100 g Gorgonzola
2 Stk. Schlierbacher Schlosskäse
(es sind zwei Stück zusammen abgepackt,
à ca. 62,5 gr.)
3 große Eier
ca. 20 g Salz
ca. ¼ l warme Milch
ca. 250 g Mehl glatt
Öl zum Backen

Zubereitung für 6 Personen:

Knödelbrot mit der warmen Milch übergießen und aufweichen lassen.
Käse in kleine Würfel schneiden.

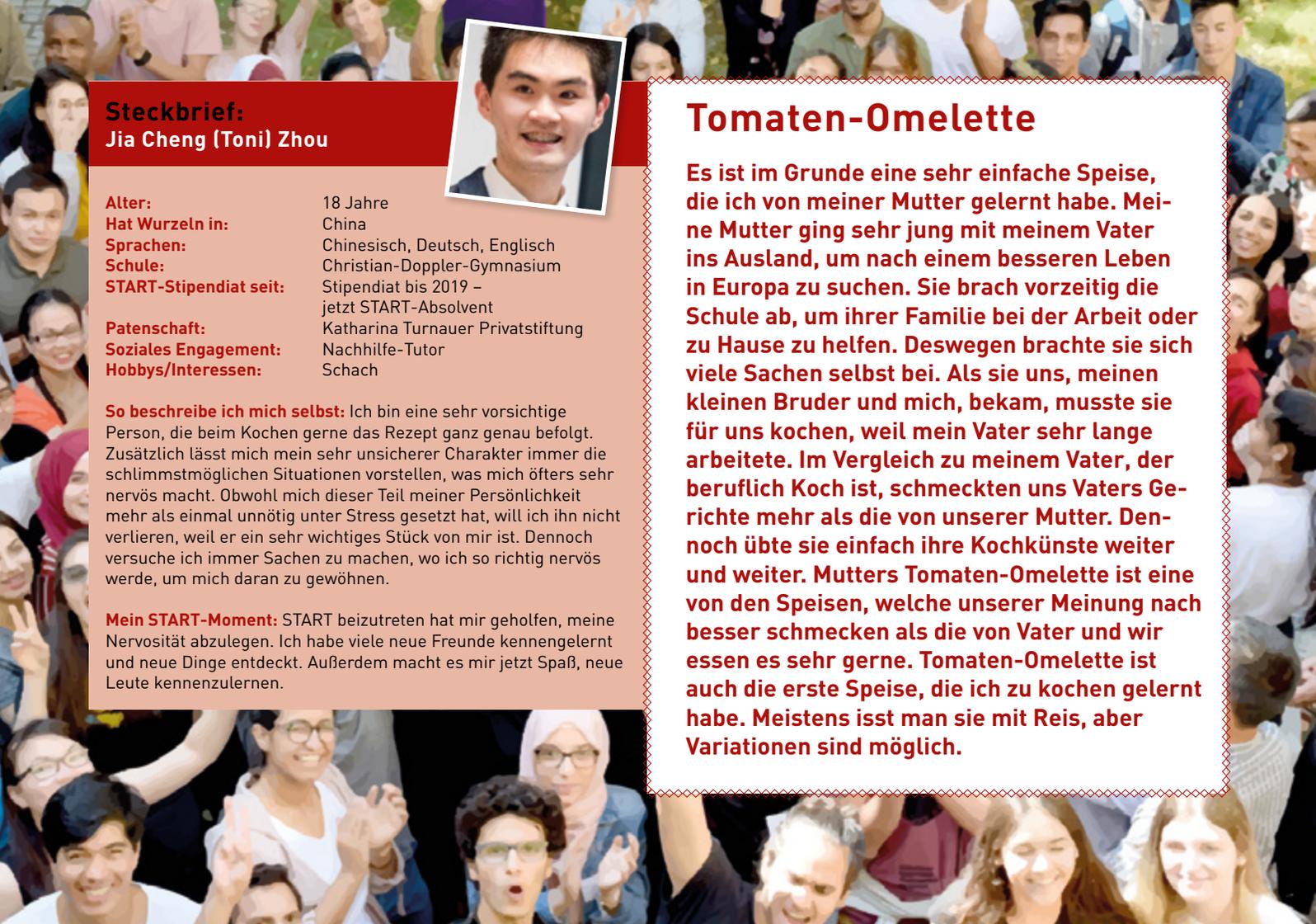
Eier, Salz, Käse, Mehl nun daruntermischen. Es muss ein ziemlich
fester Teig werden. Ev. noch etwas Mehl dazu geben.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Teig nun portionsweise zu Knödel
formen und diese flach drücken. Im heißen Öl links und rechts
backen. Auf Küchenpapier abtropfen und auskühlen lassen.

Es werden je nach Größe ca. 12 – 16 Stück Knödel.

Tipp: Die Kaspressknödel werden traditionell in heißer Suppe
serviert. Dafür die flachen Knödel in kochendes Salzwasser legen
und kurz aufwallen lassen. Zwiebel goldbraun rösten und zur
Suppe geben. Mit Schnittlauch servieren.





Steckbrief: Jia Cheng (Toni) Zhou

Alter:	18 Jahre
Hat Wurzeln in:	China
Sprachen:	Chinesisch, Deutsch, Englisch
Schule:	Christian-Doppler-Gymnasium
START-Stipendiat seit:	Stipendiat bis 2019 – jetzt START-Absolvent
Patenschaft:	Katharina Turnauer Privatstiftung
Soziales Engagement:	Nachhilfe-Tutor
Hobbys/Interessen:	Schach

So beschreibe ich mich selbst: Ich bin eine sehr vorsichtige Person, die beim Kochen gerne das Rezept ganz genau befolgt. Zusätzlich lässt mich mein sehr unsicherer Charakter immer die schlimmstmöglichen Situationen vorstellen, was mich öfters sehr nervös macht. Obwohl mich dieser Teil meiner Persönlichkeit mehr als einmal unnötig unter Stress gesetzt hat, will ich ihn nicht verlieren, weil er ein sehr wichtiges Stück von mir ist. Dennoch versuche ich immer Sachen zu machen, wo ich so richtig nervös werde, um mich daran zu gewöhnen.

Mein START-Moment: START beizutreten hat mir geholfen, meine Nervosität abulegen. Ich habe viele neue Freunde kennengelernt und neue Dinge entdeckt. Außerdem macht es mir jetzt Spaß, neue Leute kennenzulernen.

Tomaten-Omelette

Es ist im Grunde eine sehr einfache Speise, die ich von meiner Mutter gelernt habe. Meine Mutter ging sehr jung mit meinem Vater ins Ausland, um nach einem besseren Leben in Europa zu suchen. Sie brach vorzeitig die Schule ab, um ihrer Familie bei der Arbeit oder zu Hause zu helfen. Deswegen brachte sie sich viele Sachen selbst bei. Als sie uns, meinen kleinen Bruder und mich, bekam, musste sie für uns kochen, weil mein Vater sehr lange arbeitete. Im Vergleich zu meinem Vater, der beruflich Koch ist, schmeckten uns Vaters Gerichte mehr als die von unserer Mutter. Dennoch übte sie einfach ihre Kochkünste weiter und weiter. Mutters Tomaten-Omelette ist eine von den Speisen, welche unserer Meinung nach besser schmecken als die von Vater und wir essen es sehr gerne. Tomaten-Omelette ist auch die erste Speise, die ich zu kochen gelernt habe. Meistens isst man sie mit Reis, aber Variationen sind möglich.

Zutaten:

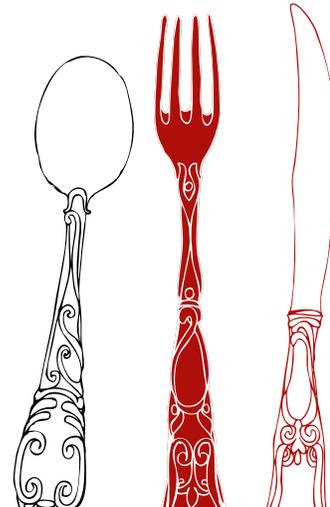
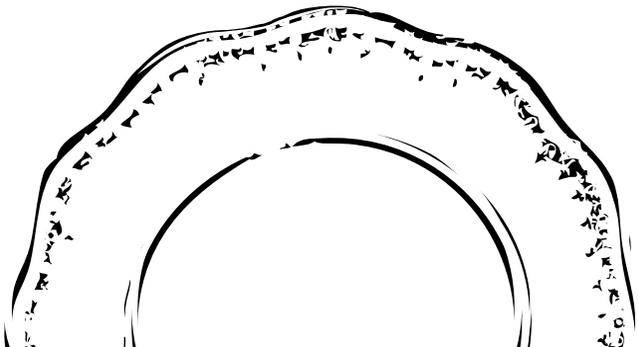
4 Eier
2 Tomaten
Salz
Öl
Jungzwiebel
(Reis)

Zubereitung für 2 Personen:

Reis kochen. Danach Tomaten würfeln und in sehr kleine Stücke schneiden. Dann die Jungzwiebel zerkleinern und die Eier schlagen. Zwiebel und einen Teelöffel Salz zu den verquirlten Eiern geben.

Jetzt das Öl in der Pfanne auf hohe Temperatur erhitzen und die geschlagenen Eier in die Pfanne geben. Wenn die Eier gestockt sind, die Tomaten dazu geben. Eier und Tomaten gut vermischen (mittlere Temperatur) ca. 10 Minuten (oder bis sie braun werden).

Die Eier sollen den Tomatensaft aufsaugen. Anschließend auf einem Teller mit Reis servieren.



Steckbrief: Ali Reza Noori



Alter: 17 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Dari, Persisch, Deutsch und Englisch
Schule: HTBL u VA Salzburg
(Abteilung: Elektrotechnik)
START-Stipendiat seit: 2018
Patenschaft: SOLE Fund
Soziales Engagement: MitschülerInnen und Burschen vom Pier47 helfe ich gerne in Mathematik (und natürlich allen andere, die es brauchen)
Hobbys/Interessen: Tischtennis, mit Freunden spazieren gehen

Mein START-Moment: Durch START habe ich viele liebe Schülerinnen kennengelernt und ich freue mich immer sehr, wenn wir miteinander etwas machen. Durch START bekomme Nachhilfe in Deutsch, was sehr hilfreich ist.

Jachnisuppe (Hühnersuppe)

Hühnersuppe schmeckt toll, wärmt und wirkt gegen Erkältung. Frisch zubereitet, weckt sie neue Kräfte und tut gut. Diese Suppe habe ich einmal für meine Patenfamilie als Vorspeise gekocht und es hat ihnen super geschmeckt. Es kann auch als Hauptspeise gegessen werden.



Zutaten für 5 Personen:

1/2kg Hühnerfleisch (Hühnerbrust -oder Schenkel)
2 mittelgroße Zwiebeln
5 Zehen Knoblauch
2 mittelgroße Karotten
50 g Petersilie und Koriander - feingeschnitten
1 TL schwarz Pfeffer
TL Kurkuma
TL Salz - (nach Geschmack)
5 EL Öl
6 Tassen Wasser

Zubereitung:

In einem Suppentopf das Öl erhitzen. Zwiebel und Karotten hinzufügen und leicht bräunen. Gewürze hinzufügen und zwei Minuten anrösten. Nun das Hühnerfleisch hinzufügen und bräunen, bis es gleichmäßig gefärbt ist. Salz und Wasser begeben und aufkochen lassen. Sobald es zu kochen beginnt, die Hitze verringern und bei geschlossenem Deckel 50 Minuten köcheln. Danach die Suppe vom Herd nehmen und noch weitere 20 Minuten ruhen lassen, danach abschmecken. Hühnerfleisch herausnehmen und in einer Servierschale zerkleinern. Die heiße Brühe in die Schüssel zum Fleisch geben, servieren.



Steckbrief: Rasia Nabizada



Alter: 17 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Persisch, Deutsch, Englisch, Kroatisch
Schule: ABZ St. Josef HLW
START-Stipendiatin seit: 2019
Patenschaft: Ärztekammer Salzburg
Hobbys/Interessen: Fahrrad fahren, Musik hören, Spazieren gehen, mit Freundinnen treffen

So beschreibe ich mich selbst:
freundlich, offen, hilfsbereit, tolerant

Mein START-Moment: Schulische Unterstützung, lernen und dabei Spaß haben, mein Deutsch verbessern, neue und nette Freunde kennenlernen bzw. finden

Afghanisches Fladenbrot

In meiner Heimat ist das Brot das wichtigste Grundnahrungsmittel. Häufig bildet es zusammen mit Tee eine komplette Mahlzeit. Wir essen es aber auch als Beilage zu Hauptgerichten. In Afghanistan haben wir das Brot beim Bäcker gekauft, man hat es jederzeit frisch bekommen. Hier in Österreich bäckt meine Mama das Brot immer selbst, es ist ein wichtiger Teil unserer Kultur.

Zutaten: Zubereitung für 4 Portionen:

½ kg Weizenmehl

1 Ei

eine Tasse (150 ml) Milch

1 EL Salz

1 EL Trockengerm

2 EL Öl

Wasser lauwarm, nach Bedarf

Backpapier, Blech, Teigkarte

Alle Zutaten miteinander vermengen, zuletzt etwas Wasser dazugeben. Vorsicht: nicht zu viel, dass der Teig nicht zu weich wird. Mit der Hand so lange kneten bis sich der Teig von der Schüssel ablöst. Den Teig an einem warmen Ort gehen lassen, bis er die doppelte Größe erreicht hat. Backrohr auf 250 Grad vorheizen. Teig auf dem Blech ausbreiten. Mit Teigkarte Schachbrettmuster einstechen, ev. mit Sesam bestreuen. Bei 200 Grad goldgelb backen.

Laut meiner Mama wird das Brot nicht so gut, wenn man den Teig mit der Knetmaschine knetet.



Steckbrief: Sahar Qaderi



Alter: 16 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Persisch (Muttersprache), Englisch, Deutsch und ein bisschen Spanisch
Schule: MORG Grödig
START-Stipendiatin seit: 2019
Patenschaft: BMEIA
Hobbys: Filme schauen, Freunde treffen

Mein START- Moment: Ich bin neu bei START. Ich habe sehr nette Leute kennengelernt und freue mich sehr, dass ich dabei sein darf.

Persönliche Sätze zum Rezept: Bolani ist ein typisches Gericht aus Afghanistan, das ich sehr gerne esse. Die Bolani werden im Ofen super knusprig und sind auch fettärmer als in der Pfanne zubereitet. Dazu isst man Naturjoghurt.

Bolani

Bolani ist ein typisches Gericht aus Afghanistan, das ich sehr gerne esse.

Die Bolani werden im Ofen super knusprig und sind auch fettärmer als in der Pfanne zubereitet. Dazu isst man Naturjoghurt.



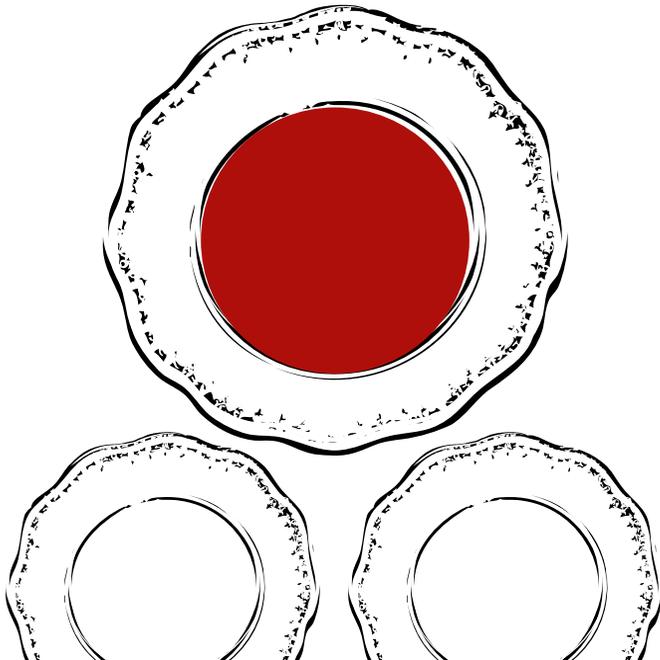
Zutaten: Zubereitung:

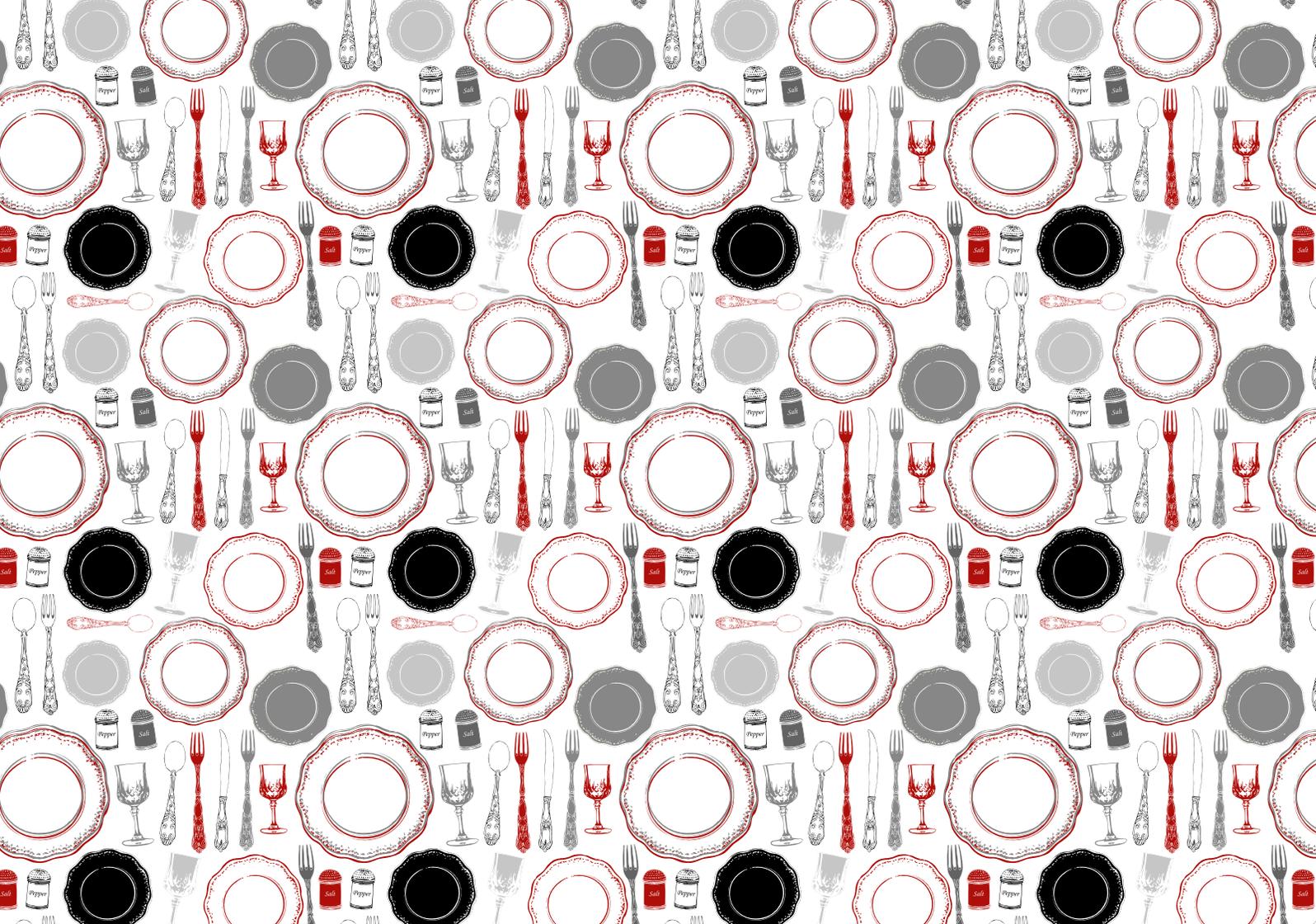
4 mittelgroße Kartoffeln
1 Bund Frühlingszwiebeln
etwas Milch
etwas Salz

1 Packung Teigblätter für Frühlingsrollen (TK)
etwas Öl

Die Kartoffeln schälen und vierteln und in Salzwasser gar kochen. Abgießen und mit etwas Milch zu Püree verarbeiten. Mit Salz abschmecken. Die Frühlingszwiebeln klein hacken, in etwas Öl anbraten und mit dem Kartoffelpüree vermischen.

Jeweils zwei Teigblätter übereinander legen und jeweils 2 Teelöffel von dem Püree darauf geben. Die Taschen wie einen Brief falten, die Spitze mit etwas lauwarmem Wasser befeuchten und andrücken. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit etwas Öl einpinseln und ca. 30 Minuten bei 180 Grad Heißluft backen.
Nusch dshan!





HAUPT**S**PEISEN



Steckbrief: Ioana Iordache



Alter: 18 Jahre
Sprachen: Rumänisch, Deutsch, Englisch und Spanisch
Schule: Lehre mit Matura
START-Stipendiatin seit: September 2018
Patenschaft: TEAMCO Foundation
Soziales Engagement: in der Rumänisch-Orthodoxen Kirche mithelfen
Hobbys/Interessen: Handball spielen, Bücher lesen und reisen

So beschreibe ich mich selbst:
hilfsbereit, verantwortungsbewusst, aktiv

Mein START-Moment: Seit ich START Stipendiatin bin, war ich bei vielen Workshops dabei. Der Besuch bei Landesrätin Andrea Klambauer hat mir zum Beispiel sehr gut gefallen und der Deutschkurs in den Semesterferien hat mir sehr geholfen. Aber am meisten freue ich mich auf die mehrtägigen Seminare. Da sind alle Stipendiatinnen und Stipendiaten dabei und haben echt die schönste Zeit zusammen.

Sarmale (Kohlroulade)

„Sarmale“ ist ein typisch rumänisches Essen. Es wird gerne zu Ostern, Weinachten oder für Hochzeiten vorbereitet. Wenn wir Familienmitglieder oder Freunde treffen, kochen wir diese Speise gerne. Es ist ein sehr typisches Essen und meine Uroma kocht Sarmale oft für mich, wenn ich nach Rumänien fahre. Ich kann einen Teil des Gerichts zubereiten aber meine Mutter hilft mir dabei.

Zutaten:

- 1 Stück sauer eingelegten Weißkraut oder Weißkraut frisch
- 500 g Faschiertes gemischt
- 300 g Bauchspeck oder geräucherten Kassler
- 200 Sauerrahm
- 1 große Zwiebel
- 2 Stück Knoblauchzehen
- 4 Esslöffel Reis
- 1 Ei
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Esslöffel Senf
- 1 Teelöffel Pfeffer aus der Mühle
- 1 Teelöffel Paprika edelsüß
- 3 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Teelöffel Thymian
- 2 Stück Lorbeerblatt

Zubereitung für 4 Personen:

Den Strunk aus dem Kohl herausschneiden. Vorsichtig 12-16 Stück der großen Blätter ablösen und den harten Teil des Blattes weg-schneiden, ohne das Blatt zu beschädigen. Den Rest klein schneiden.

Füllung: Die Zwiebel und den Knoblauch klein hacken. In einer Schüssel das Faschierte, die Zwiebel, den Knoblauch, den ungekochten Reis, das Ei, den Senf, Paprika, Salz und Pfeffer zu einer gleichmäßigen Masse vermischen.

Krautbett: Den Bauchspeck oder den Kassler in kleine Würfel schneiden. Den Boden eines großen Topfs mit einer Lage des geschnittenen Krauts bedecken. Darauf den Thymian, die Lorbeerblät-ter und den Bauchspeck oder Kassler verteilen.

Füllen: Je 1 Esslöffel von der Masse auf ein Krautblatt geben. Nun das Blatt erst Rollen und dann an den Enden einfallen. Nicht zu fest einrollen da der Reis beim Kochen noch etwas Platz braucht.

Kochen: Auf dem Krautbett nun die kleinen Sarmale eng anein-anderliegend verteilen. Darauf nun nochmal eine Lage geschnittenes Kraut. Falls noch Sarmale übrig sind, diese darauf verteilen und nochmal geschnittenes Kraut darüber. Zum Schluss das Tomaten-mark darauf verteilen und alles mit Wasser bedecken. Das ganze nun für etwa 1,5 Std. bei geringer Hitzezufuhr köcheln. Bei Bedarf nochmals etwas Wasser zugeben.

Sauce: Nach dem Kochen einen Teil des Wassers auffangen und den Sauerrahm einrühren. Wer mag kann diese auch direkt auf die Sarmale geben.

Und statt Brot essen wir Polenta dazu. Es schmeckt perfekt!

Viel Spaß beim Kochen! ☺





Steckbrief: Qodratullah Miakhel



Alter: 20 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Paschto, Dari (Persisch),
Deutsch, Englisch, Urdu
Schule: HTL Salzburg
START-Stipendiat seit: September 2018
Patenschaft: Industriellenvereinigung Salzburg
Hobbys/Interessen: Fußball spielen, Cricket spielen,
Rad fahren, Programmiersprachen
lernen

So beschreibe ich mich selbst: Ich bin sehr freundlich und hilfsbereit. Ich bin auch sehr zielstrebig.

Mein START-Moment: START hat mein soziales Leben verändert. Ich habe viele neue Freunde kennengelernt. Und natürlich hat START mir geholfen, mich in der Schule zu verbessern.

Qorme Kofta

Qorme Kofta ist das berühmteste Gericht in Afghanistan. Öfter kocht es meine Mutter, aber ich kann es auch selbst kochen.

Qorme Kofta wird oft bei Hochzeiten gekocht, aber es ist auch ein sehr beliebtes Familiengericht.

Zutaten:

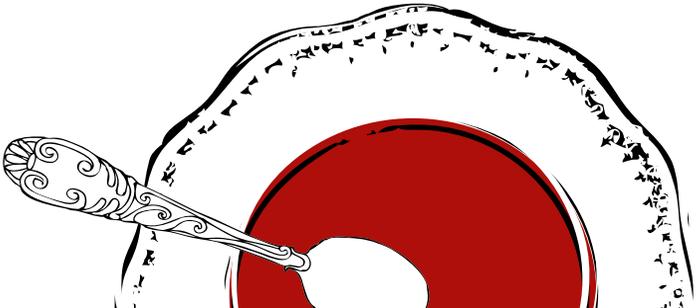
500 g Faschiertes
1 Chili
5 Zwiebeln
1/2 TL Salz
2-3 EL Tomatenmark
1/2 TL Korianderpulver
350 ml Wasser
Cayennepfeffer
3 EL Öl
Pfeffer (frisch gemahlen)
2 Knoblauchzehen

Zubereitung für 3-4 Personen:

3 Zwiebeln schälen, waschen und vierteln. Zusammen mit der Knoblauchzehe und der Peperoni in den Zerkleinerer geben. Faschiertes mit dem Zwiebel-Mix in eine Schüssel geben und die Gewürze untermischen. Die Masse kräftig durchkneten bis alles vermengt ist, anschließend mit den Händen feste Hackfleischklöße formen. (Fest, da sind sonst beim Kochen aufgehen würden.)

Die beiden übrigen Zwiebeln schälen, waschen, fein würfeln und in einem großen Topf mit Öl anbraten. Mit Wasser ablöschen und die Brühe kochen lassen.

Nun die Klöße in die Brühe geben und sobald das Wasser leicht verdampft ist, Tomatenmark vorsichtig unterrühren, gepresste Knoblauchzehe hinzufügen und eventuell mit Salz, Pfeffer und Korianderpulver nachwürzen. Nach ca. 40 Minuten Garzeit, ist das Qorme Kofta servierfertig.



Steckbrief: Saira Shaukat



Alter: 18 Jahre
Hat Wurzeln in: Pakistan
Sprachen: Urdu, Deutsch
Schule: HAK Oberndorf
START-Stipendiatin: bis 2019 Stipendiatin –
jetzt START-Absolventin –
BMEIA
Patenschaft:
Hobbys/Interessen: Lesen, Zeichnen

So beschreibe ich mich selbst: wissbegierig, selbstbewusst

Mein START-Moment: Die Seminare und die Workshops haben mir bei den Schularbeiten geholfen und wie ich mich besser konzentrieren kann.

Biryani mit Huhn

Das esse ich schon seitdem ich denken kann und ich könnte es immer essen. Meine Mama kocht es immer, wenn Gäste bei uns sind.

Es ist mein Lieblingsessen und meine Mutter kann es am besten zubereiten. Ich habe es auch schon woanders gegessen, aber nirgends schmeckt es so gut wie zu Hause.



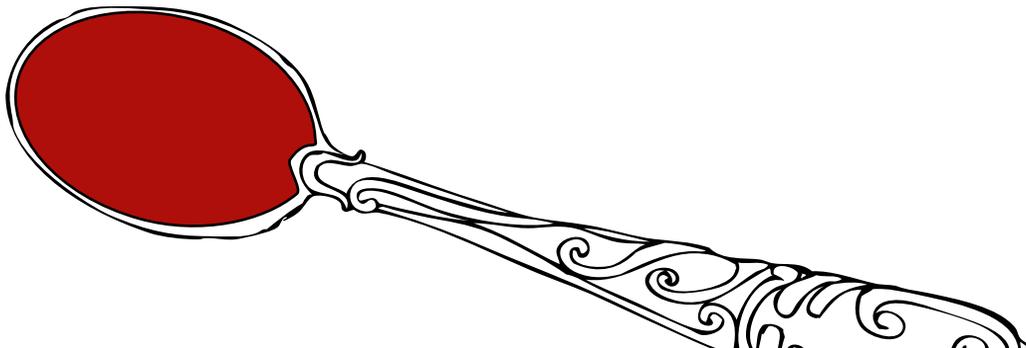
Zutaten: Zubereitung für 6 Portionen:

1/2 TL Ingwer, frisch, fein gehackt
2 Zehen Knoblauch, zerdrückt
1 TL Gewürzmischung (Garam Masala)
1 TL Chilipulver
1/2 TL Kurkuma
2 TL Salz
2 Kardamomkapseln zerstoßen
300 ml Joghurt
500 g Hühnerbrustfilets in große Stücke geschnitten
150 ml Milch
1/2 TL Safranfäden
75 g Butterschmalz (Ghee) oder Butter
2 Zwiebeln, in Ringe geschnitten
450 g Basmati Reis
1 TL Kreuzkümmel, Samen, schwarz
2 Stange/n Zimt
4 Körner Pfeffer
4 Chilischote(n), grün
4 EL Zitronensaft
Koriandergrün, frisch, fein gehackt

Ingwer, Knoblauch, Garam Masala, Chilipulver, Kurkuma, 1 TL Salz und Kardamom mit dem Joghurt vermengen und Hühnerfleisch darin einlegen. 3 Stunden zum Marinieren beiseitestellen.

Die Milch mit dem Safran aufkochen und beiseitestellen. Das Ghee (Butterschmalz) in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun braten. Die Hälfte der Zwiebeln herausnehmen und beiseitestellen. Den Reis mit Kreuzkümmel, Zimt und Pfefferkörnern in reichlich Wasser halb garkochen. Das restliche Wasser abgießen und den Reis in einer Schüssel mit dem restlichen Salz mischen.

Die Chilischoten fein hacken. Die Huhn-Joghurtmischung zu den gebratenen Zwiebeln in den Topf geben. Die Hälfte der Safranmilch, Chilischoten, Korianderblätter und des Zitronensaftes dazugeben. Danach den Reis und die restlichen Zutaten darauf verteilen. Zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde garen. Wenn das Fleisch noch nicht weich ist, weitere 15 Minuten köcheln lassen und anschließend sofort servieren.



Steckbrief: Mahdi Ahmadi



Alter: 18 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Persisch, Dari
Schule: HTL Hallein
START-Stipendiat seit: 2019
Patenschaft: SOLE Fund
Hobbys/Interessen: Sport, Radfahren, Lesen, Musik hören

So beschreibe ich mich selbst: humorvoll, zielstrebig, unkompliziert

Mein START-Moment: Ich bin ein neuer Stipendiat und auch START ist noch ganz neu für mich. Ich denke aber, dass man durch START die Möglichkeit bekommt, neue Menschen kennenzulernen und etwas Neues zu lernen.

Qabili Palau

Dieses Rezept hat Wurzeln in Afghanistan und es wird öfter für spezielle Anlässe gekocht. Wenn man jemanden zuhause einlädt, dann ist dieses Gericht eine gute Wahl. Ich persönlich kann es aber nicht kochen.

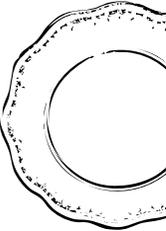
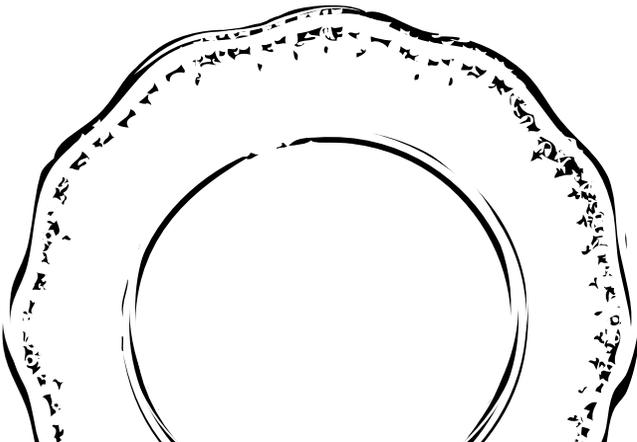
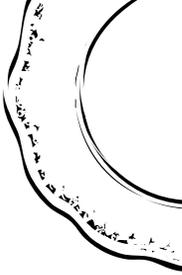




Zutaten: Zubereitung für 6 bis 8 Portionen:

600 g Lammfleisch
(ev. auch Huhn oder Rind)
2 mittelgroße Zwiebeln
7 EL neutral
schmeckendes Pflanzenöl
1 TL gemahlener
Kreuzkümmel (Cumin)
1 TL gemahlener Kardamom
½ TL gemahlener Zimt
½ TL frisch geschroteter oder
gemörsertes schwarzer Pfeffer
500 g Basmatireis
400 g Karotten
50 g Mandelstifte
50 g Rosinen
Salz

1. Lammfleisch in gulaschgroße (ca. 5 cm große) Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. 4 EL Öl in einem sehr großen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze anschwitzen.
2. Danach je die Hälfte des Fleisches zu den Zwiebeln geben und bei mittlerer Hitze rundherum braun anbraten.
3. Das Fleisch mit 2 TL Salz und den Gewürzen bestreuen und weiterbraten, bis die Gewürze anfangen zu duften. Nun 500 ml Wasser aufgießen, aufkochen und zugedeckt ca. 30 Minuten weitergaren lassen.
4. Danach das Fleisch mit einer Schaumkelle aus dem Sud heben und zugedeckt beiseite stellen. Den Sud mit Wasser auf 1 Liter auffüllen. Den Reis zu geben, salzen und aufkochen. Dann den Reis bei kleinster Hitze im geschlossenen Topf in 10 Minuten knapp garkochen. Den Backofen auf 150° C vorheizen. Einen Bräter mit Deckel bereitstellen. Das Fleisch in den Bräter geben, den fertigen Reis darüber häufen und alles 30 Minuten mit aufgelegtem Deckel im Backofen fertig garen.
5. In der Zwischenzeit die Karotten putzen, schälen und in Stiftchen schneiden. In einer Pfanne ohne Fett die Mandelstifte hellbraun anrösten, beiseitestellen. 3 EL Öl in die Pfanne geben und darin die Karottenstreifen in 3 Minuten weich dünsten. Die Rosinen dazugeben und 1 Minute mitdünsten. Beides zugedeckt beiseitestellen.
6. Fleisch auf einer Platte anrichten, Reis darüber häufen und mit der Karotten-Rosinen-Mandelmischung garnieren. Den Qabili Palau sofort servieren.



Steckbrief: Ali Akbar Zamani



Alter: 18 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Deutsch, Persisch, Dari, Englisch, Spanisch
Schule: HAK Bad Ischl
START-Stipendiat seit: September 2018
Patenschaft: Land Salzburg
Soziales Engagement: Mitglied der Young Caritas
Hobbys/Interessen: Fußball spielen, Laufen, Wandern, Freunde treffen

So beschreibe ich mich selbst: ein engagierter Junge, der sehr zielstrebig und zukunftsorientiert ist und den Fußball liebt.

Qorme Sabzi

Qorme Sabzi ist ein beliebtes aromatisches, persisches Gericht. In Qorme Sabzi gehören 7 verschiedene Kräuter, jede Familie verwendet ihre eigenen Lieblingskräuter. Ich bin ein Liebhaber dieses schmackhaften Gerichts, das am besten mit persischem Reis genossen wird.



Zutaten: Zubereitung:

1 große Zwiebel
½ kg Lammfleisch (auch Rind oder Kalb möglich)
1 TL Kurkumapulver
1 TL Pfeffer gemahlen
50 g Schnittlauch in Ringe geschnitten
150 g glatte Petersilie fein gehackt
150 g Koriander fein gehackt
150 g Dill fein gehackt
3 Stück Frühlingszwiebeln in Ringe geschnitten
2 EL Bockshornkleebblätter getrocknet
150 g frischer Spinat fein gehackt
80 g Rote Kidney Bohnen über
Nacht eingeweicht oder aus der Dose
4 Stück getrocknete Limetten
(Limo Amani, z.B.: in türkischen oder
arabischen Geschäften erhältlich)
1 TL Salz

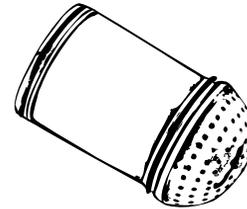
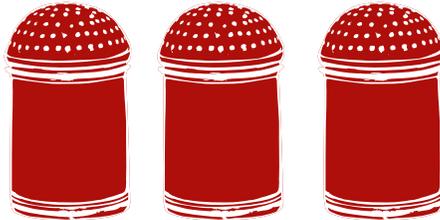
Die Roten Kidney Bohnen über Nacht einweichen oder wenn es schnell gehen soll, kann man auch rote Kidney Bohnen aus der Dose verwenden.

Zwiebel würfeln und in etwas Öl anbraten, mit Kurkuma bestreuen. Dann das Fleisch dazugeben und kräftig anbraten, gut pfeffern. Mit einem halben Liter Wasser ablöschen und bei mittlerer Hitze gut 30 Minuten schmoren.

Alle Kräuter waschen, gut abtrocknen, fein hacken und in einer Pfanne mit etwas Öl vorsichtig dünsten.

Die getrockneten Limetten entweder mehrmals mit einer Gabel einstechen oder mit einem Hammer leicht knacken. Kräuter, Rote Bohnen, getrocknete Limetten zum Fleisch geben, salzen und weitere 60 Minuten langsam dünsten.

Reis kochen und das fertige Gericht anschließend mit Reis servieren.
¡¡Que aproveche!! - Guten Appetit!





Steckbrief:

Mohammad Akhlas Ahmadi

Alter: 22 Jahre
Hat Wurzel in: Afghanistan
Sprachen: Persisch, Deutsch, Englisch, ein bisschen Italienisch
Schule: Multiaugustinum in St. Margarethen
START-Stipendiat seit: September 2018
Patenschaft: Katharina Turnauer Privatstiftung Sanitäter beim österreichischen Roten Kreuz, Mithilfe bei der Lungauer Kulturvereinigung
Soziales Engagement: Sanitäter beim österreichischen Roten Kreuz, Mithilfe bei der Lungauer Kulturvereinigung
Hobbys/Interessen: Musik hören, lesen, Filme schauen, kochen

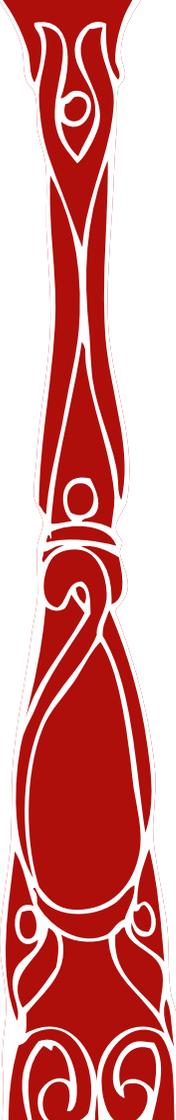
So beschreibe ich mich selbst: Ich bin sehr nett, ehrgeizig, ungeduldig, manchmal vergesslich, schüchtern und unordentlich (aber das ist ein Zeichen von Intelligenz)

Mein START-Moment: Die mehrtägigen Seminare waren für mich sehr interessant. Außerdem hat START mir finanziell sehr geholfen und ich habe sehr viel gelernt.

Kufte

Beide Rezepte kenne ich aus meiner Kindheit und habe sie sehr gerne gegessen. Seitdem ich hier bin, koche ich sie manchmal selbst.





Zutaten:

Ein Kilo Faschiertes vom Rind
Vier Zwiebeln
Vier Knoblauchzehen
Zwei Eier
Schwarzer Pfeffer und Salz
Knoblauchpulver
Öl
200 g Kichererbsen
Eine Tube Tomatenmark
Einen halben Liter Gemüsebrühe

500 g kleingeschnittenes Hühnerfleisch
Pfeffer
Salz
Curry - und Paprikapulver
Öl
500 g Kartoffeln
Vier große Karotten
Zwei Zwiebeln
100 ml Gemüsebrühe
Öl

Zubereitung für 4 Personen:

Zubereitung Hackfleischbällchen: Hackfleisch mit den Eiern, den zwei geriebenen Zwiebeln, zwei zerdrückten Knoblauchzehen, Pfeffer und Salz vermischen, Hackfleischbällchen formen und bei Seite stellen. Kichererbsen in Wasser weichkochen, abgießen und bei Seite stellen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen, zwei klein geschnittene Zwiebeln und die zwei klein geschnittenen Knoblauchzehen glasig braten. Mit Brühe aufgießen, Tomatenmark beifügen. Anschließend die Hackfleischbällchen hineingeben und garen. Zum Schluss die Kichererbsen hinzugeben und noch eine Weile köcheln. Vor dem Servieren evtl. abschmecken. Dieses Gericht mit Reis servieren.

Zubereitung Hühnerfleisch: Hühnerfleisch würzen und in Öl anbraten. Zur gleichen Zeit die kleingeschnittenen Zwiebeln anbraten, geschälte Kartoffelscheiben und gestiftete Karotten hinzugeben, anschließend mit Brühe aufgießen und garen. Fleisch und Gemüse auf dem Teller anrichten.

Steckbrief: Umair Hussain



Alter:	22 Jahre
Hat Wurzeln in:	Pakistan
Sprachen:	Urdu, Punjabi, Deutsch, Englisch
Schule:	Lehre mit Matura
START-Stipendiat_in seit:	2016
Patenschaft:	Wirtschaftskammer Salzburg
Soziales Engagement:	Mitglied beim Austro- Pakistanischen Kulturverein, Mithilfe beim Repair Café
Hobbys/Interessen:	Lachen, Reden, Schwimmen, Cricket

So beschreibe ich mich selbst: Was kann ich denn über mich erzählen? Also ich bin ein ehrlicher, treuer, spontaner Mensch. Ich mach so gut wie jeden Blödsinn mit. Ich bin immer für meine Freunde da, wenn sie mich brauchen.

Chicken Tikka

Ich mag dieses Rezept sehr und wir kochen es immer, wenn wir feiern. Zu Hause hat es immer meine Mutter gekocht aber jetzt koche ich entweder allein oder mit Freunden. Es ist sehr typisch für Pakistan. Meistens wird es für einen Ausflug oder ein Picknick vorbereitet.



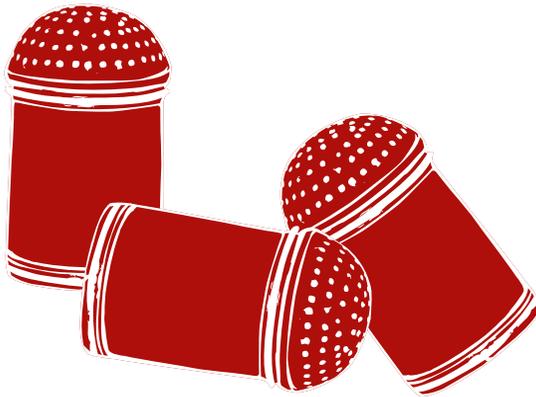
Zutaten:

Hühnerfleisch
Tikkamasala
Salz
Pfeffer
Joghurt
Zitronensaft
Ingwer
Knoblauch

Wie viele Personen? Hängt vom Hunger der Menschen ab

Zubereitung: In einer großen Schüssel Joghurt, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Ingwer, Knoblauch und Tikkamasala (spezielles Gewürz) geben. Gut umrühren, damit das eine flüssige Sauce wird. Hühnerfleisch dazugeben und 5 Stunden, am besten über Nacht, ziehen lassen.

Danach bei 160 Grad backen oder grillen.



Steckbrief: Mohammad Haidari



Alter: 19
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Dari/Persisch, Deutsch
Schule: Lehre mit Matura
START-Stipendiat seit: 2019
Lehrling: Werkzeugbautechniker
Patenschaft: Wirtschaftskammer Salzburg
Soziales Engagement: Ehrenamtlicher Rettungssanitäter beim Roten Kreuz Salzburg
Hobbys/Interessen: Fußball spielen, Schwimmen, Freunde treffen, Musik hören usw...

Mein START-Moment: Ich bin neu bei START und erwarte, dass sie mich beim Lernen unterstützen. Ich bin froh, dass ich dabei sein darf und hoffe, dass ich auch für START und meine Kolleginnen und Kollegen bei START auch was machen kann.

Mantu

Dieses Essen erinnert mich an mein Heimatland und es schmeckt mir auch sehr gut.



Zutaten:

- 250 g Mehl
- 1 Päckchen Germ
- 150 ml Wasser
- 4 TL Öl
- 1 TL Salz
- 500 g Faschiertes
- etwas Öl zum Braten
- Salz und Pfeffer
- 500 g Zwiebeln
- 500 ml Joghurt
- 1 Knoblauchzehe
- 20 g Kichererbsen
- etwas Tomatenmark
- 1 TL Paprika edelsüß
- 1 TL Kreuzkümmelpulver
- 1 TL Kurkuma
- 1 El getrocknete Minze
- 1 TL frischer Koriander

Zubereitung für 4 Personen:

Für den Teig das Mehl mit der Hefe, dem Wasser, dem Öl und dem Salz in eine Schüssel geben und mit den Händen vermischen. Bei Bedarf noch etwas Mehl hinzufügen, bis der Teig weich wird und nicht mehr an den Händen klebt. Dann 30 Minuten ruhen lassen.

Das Faschierte in etwas Öl in einer Pfanne anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einen kleinen Teil der Zwiebeln kleinschneiden und darunter mischen. Danach das Fleisch abkühlen lassen.

Den Teig rollen und in möglichst dünne kleine Vierecke schneiden.

Das Fleisch auf die Teigstücke legen und die Ecken zusammenkleben. Dann die Mantus in einem Dampfgartopf legen und mit Wasser für etwa 30 Minuten dämpfen. Wer keinen Gartopf hat, verwendet einfach einen großen Topf, der unten mit kochendem Wasser befüllt ist. Dann ein Sieb einhängen und die Mantus über dem Wasserdampf dämpfen. Wichtig: Die Teigtaschen dürfen das Wasser nicht berühren. Für den Eintopf die restlichen Zwiebeln klein hacken und mit Öl in einem weiteren Topf anbraten. Das Tomatenmark und die Gewürze hinzufügen. Kurz danach die Kichererbsen hinzugeben, den Topf mit Wasser füllen und solange kochen lassen, bis die Kichererbsen weich sind. Joghurt mit klein gehacktem Knoblauch sowie Salz verrühren und auf einen Teller geben. Die Mantus dazulegen und noch etwas Joghurt hinzugeben. Zum Schluss alles mit getrockneter Minze oder etwas Koriander garnieren.



Steckbrief: Rokesstan Issa



Alter:	15 Jahre
Hat Wurzeln in:	Syrien
Sprachen:	Kurdisch, Arabisch und Deutsch
Schule:	Christian-Doppler-Gymnasium
START-Stipendiatin seit:	2019
Patenschaft:	SOLE Fund
Hobbys/Interessen:	Eislaufen, Ski fahren, Rad fahren, Schwimmen

So beschreibe ich mich selbst: Ich lerne gerne und bin sehr zielstrebig. Außerdem betreibe ich gerne Sport.

Mein START-Moment: Ich bin neu bei START und freue mich schon auf die neuen Erfahrungen, die ich machen werde.

Pizza Margherita

Pizza ist ein italienisches Gericht. Ich habe oft mit meinen Freunden Pizza gebacken. Es macht sehr viel Spaß. Pizza wird oft als Hauptspeise gegessen. Wenn man keine Zeit hat zum Kochen, bestellt man oft eine Pizza.

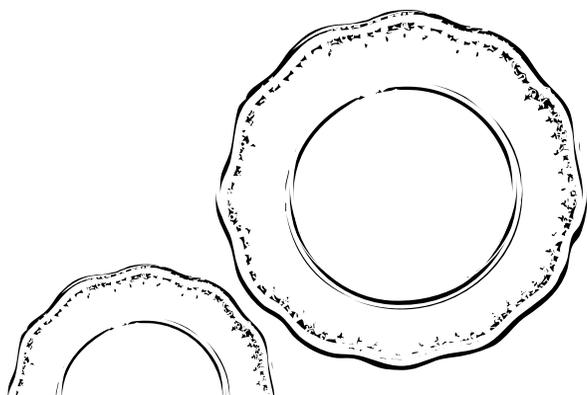




Zutaten: Zubereitung für 4 Portionen:

- 500 g Mehl
- 30 g Germ
- 1/2 TL Zucker
- Salz
- 250 g Mozzarella
- 400 g stückige Tomaten (Dose)
- 2 EL Tomatenmark
- Pfeffer
- 4 EL Parmesan, frisch gerieben
- 1 Bund Basilikum
- 6 EL Olivenöl
- Mehl für die Arbeitsfläche

1. Mehl in eine Schüssel sieben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Germ mit Zucker in 1/4 l lauwarmem Wasser auflösen, in die Mulde gießen. Zugedeckt 30 Min. gehen lassen.
2. Mehl, Dampferl und 1 TL Salz vermischen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche 10 Min. kräftig durchkneten, bis ein elastischer, glänzender Teig entsteht. Diesen zur Kugel formen, mit etwas Mehl bestreuen und zugedeckt 1 Std. 30 Min. gehen lassen.
3. Den Backofen auf 250° vorheizen. 2 Bleche mit Backpapier auslegen. Nach Belieben den Teig in 4 oder 2 Teile teilen. Daraus entweder 4 runde Pizzen (etwa 28 cm Ø) formen oder die Teighälften auf dem Blech ausrollen, dabei jeweils den Rand etwas dicker belassen. Den Mozzarella abtropfen lassen.
4. Tomaten und Tomatenmark verrühren, auf dem Teig verteilen (Rand frei lassen), salzen und pfeffern. Parmesan darüber streuen. Basilikum waschen, die Blätter abzupfen und darauf verteilen. Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und darauflegen. Mit dem Öl beträufeln. Im Backofen (Mitte, Umluft 230°) 15 Min. backen, bis der Käse zerläuft und leicht braun wird.



Steckbrief: Mihi Uddin



Alter: 16 Jahre
Hat Wurzeln in: Bangladesch
Sprachen: Bangla (Bengalisch),
Deutsch, Englisch
Schule: Christian Doppler
(Real)Gymnasium
2019
START-Stipendiatin seit:
Patenschaft: Katharina Turnauer Privatstiftung
Hobbys/Interessen: Kochen, Lesen, kreative Texte
schreiben, Zeichnen

So beschreibe ich mich selbst: Was ich über mich sagen kann, ist, dass ich sehr engagiert, motiviert, ordentlich und sehr offen bin.

Mein START-Moment: Ich hoffe, dass ich viele neue Sachen lerne und einfach Spaß dran habe.

Mishti Lau Bazi

Dieses Gericht ist eines meiner Lieblingsgerichte und meine Mutter bereitet es öfter für die ganze Familie zu. Das Gericht stammt aus Bangladesch. Es ist einfach zuzubereiten und es schmeckt herrlich. Was ich daran so großartig finde ist, dass man es mit Reis, Brot, Fladenbrot etc. essen kann oder auch einfach so als Hauptspeise. Besonders empfehle ich es denjenigen, die Kürbis gerne essen!

Zutaten:

1 Kg Kürbis
1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe oder
2 Teelöffel Knoblauchpulver
grüne Chilis (je nach Wahl,
wie scharf es sein soll)
1 Teelöffel Salz
½ Teelöffel Kurkuma Pulver
½ Teelöffel Kumin Pulver
(Kreuzkümmel)
1 Esslöffel Öl
Petersilien-Blätter
(nach Geschmack)

Zubereitung für 3-5 Personen:

Der Kürbis wird erst gewaschen und in zwei Hälften aufgeschnitten. Danach entsorgt man die Kerne und der Kürbis wird dann in kleine Stücke zerlegt – das wird dann beiseitegestellt.

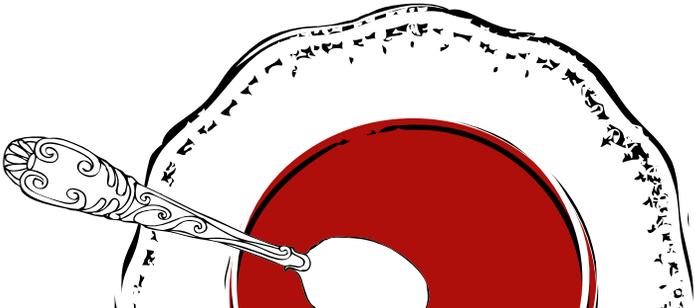
Danach werden die Zwiebel, die grünen Chilis und die Knoblauchzehe klein gehackt. Alles zusammen kommt dann in eine große Pfanne, wo schon vorher ein Esslöffel Öl vorgewärmt wurde. Nach einer kurzen Weile, wenn die Zwiebeln schön angebraten und leicht braun geworden sind, kommt der zerlegte Kürbis auch noch in die Pfanne rein. Jetzt kann man einen Deckel rauf tun, um das Ganze auf höchster Stufe am Herd garen zu lassen.

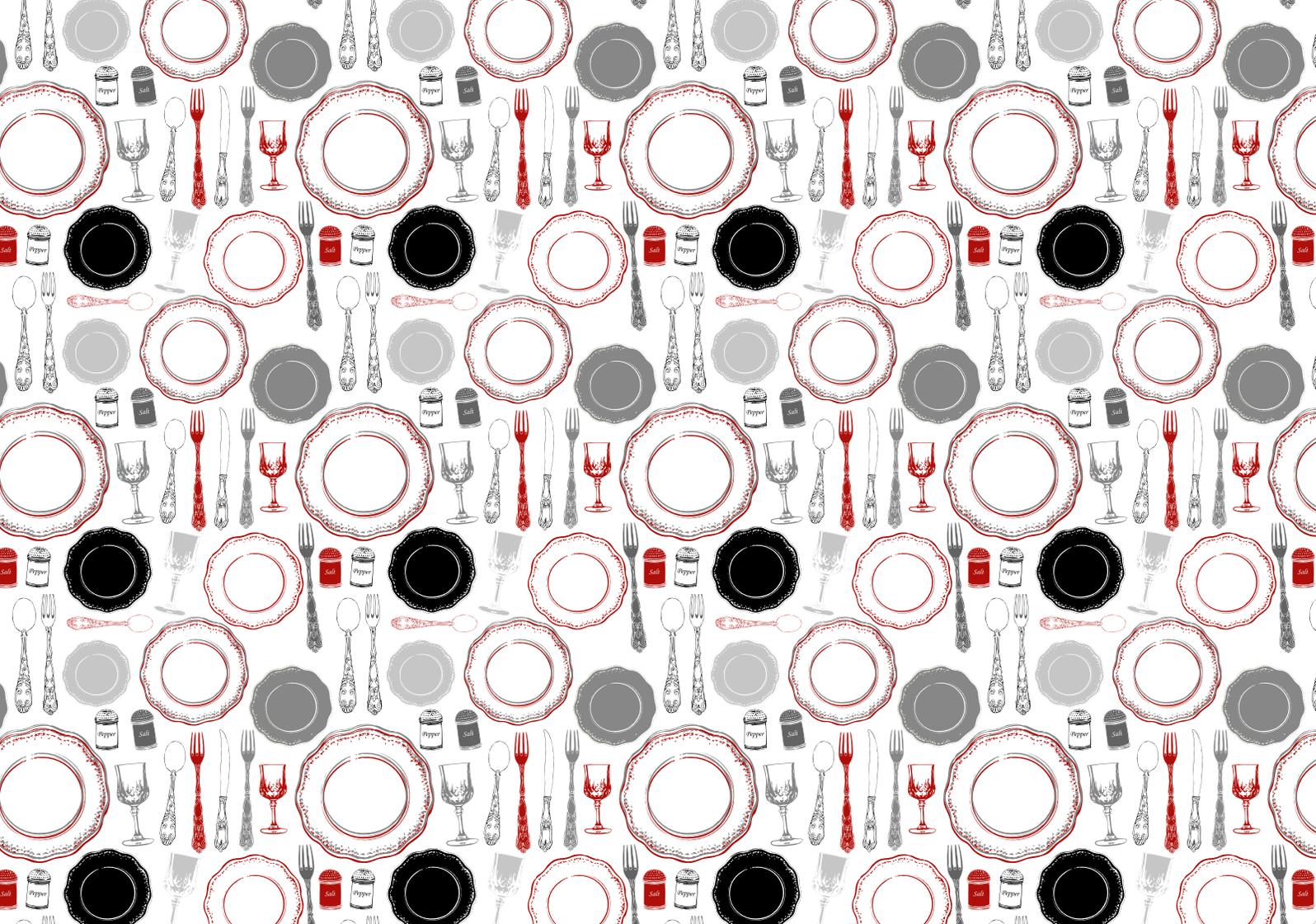
Wenn man bemerkt, dass die Kürbis-Stücke halbgekocht sind, sind die Gewürzen dran: Und zwar gibt man 1 Teelöffel Salz, ½ Teelöffel Kurkuma Pulver und ½ Teelöffel Kumin Pulver dazu.

Ein- bis zweimal mit einem Kochlöffel das Kürbisgericht schön umrühren, damit sich die Gewürze gut verteilen können und dann wieder den Deckel rauf legen und das Ganze für ein paar Minuten auf höchster Stufe fertigkochen lassen.

Zum Schluss werden für das Aroma und als Verzierung noch Petersilien-Blätter dazu gemischt.

Und fertig ist das Gericht- Mishti lau Bazi!





NACHSPEISEN



Steckbrief: Omaima Mahmoud



Alter: 18 Jahre
Hat Wurzeln in: Syrien
Sprachen: Arabisch /Deutsch
Schule: MORG Grödig
START-Stipendiat*in seit: 2018, START-Salzburg 9. Jahrgang
Patenschaft: Constantia Flexibles
Hobbys/Interessen: kochen

So beschreibe ich mich selbst: hilfsbereit und freundlich

Mein START-Moment: START hat mich finanziell unterstützt. Ich habe durch START viele neue Sachen gelernt und auch viele neue Freunde gefunden

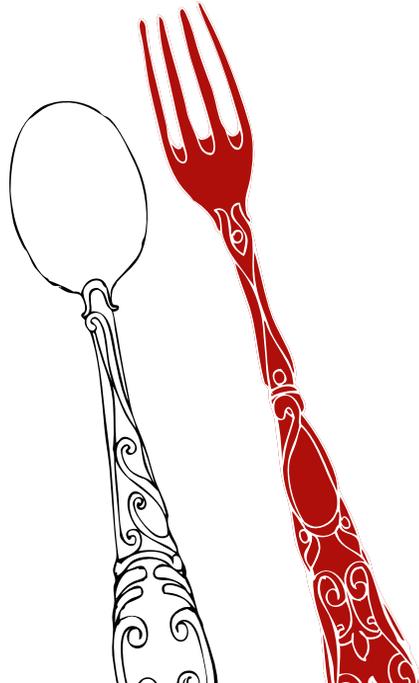
Baklava

Omaimas Backkünste durften die START-Stipendiatinnen und Stipendiaten schon einige Male erleben. Mit köstlichen Kuchen, aber vor allem mit ihrem ausgezeichnete Baklava verwöhnt sie uns und bringt uns regelrecht ins Schwärmen!



Zutaten:

1 Packung Blätterteig für Baklava
(erhältlich in türkischen Geschäften)
250 g geriebene Pistazien
250 g Margarine
2 EL Blumenwasser
(Rose oder Orange)
4 Tassen Zucker
2 Tassen Wasser
1 EL Zitronensaft



Für wieviel Personen: das kommt darauf an, wie groß das Blech ist!

Zubereitung: zuerst Wasser mit Zucker und Blumenwasser mischen und langsam vorsichtig aufkochen lassen (Achtung: es darf nicht karamellisieren!). Sobald die Mischung kocht, einen Löffel Zitronensaft hinzufügen.

Dann die Pistazien mit einem Löffel Blumenwasser mischen. Die Margarine schmelzen. Die Packung mit den Baklavablättern öffnen und die Blätter mit einem Geschirrtuch bedecken, da sie sonst austrocknen.

Jetzt das Blech mit flüssiger Margarine einstreichen und dann abwechselnd ein Teigblatt und Margarine aufschichten, bis die Hälfte der Baklavablätter verwendet wurde. Danach die Pistazienmischung darauf verteilen und die Restlichen Teigblätter und Margarine aufschichten. Danach die Ränder eindrücken und das Baklava in kleine Stücke vorschneiden.

Den Ofen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Blech auf die unterste Einschubhöhe einführen und die Oberhitze ausschalten. Beim Backen immer beobachten, ob das Baklava schon fertig ist (leicht gebräunt). Das Blech herausnehmen und sofort den Wasser-Zuckersirup darüber verteilen.

Steckbrief: Afra Zaitova



Alter: 17 Jahre
Hat Wurzeln in: Kirgistan
Sprachen: Russisch, Deutsch, Englisch, Französisch
Schule: Musisches Gymnasium Salzburg
START-Stipendiatin seit: 2016/17
Patenschaft: Ärztekammer
Soziales Engagement: Dance Captain, Altersheimbesuche
Hobbys/Interessen: Tanzen, Singen

So beschreibe ich mich selbst: Verrückt, Offen, Freundlich

Mein START-Moment: Durch die vielfältigen Bildungsangebote kann ich nun zB viel besser präsentieren. Nicht nur von den Regionalprogrammen lernt man vieles dazu, sondern auch von den verschiedenen Stipendiaten, die man kennenlernt. Mein bis jetzt liebstes Programm war das Jahrestreffen im Lungau!

Aladiki (Pancakes)

Das Rezept hat mir meine Oma gegeben und es ist eines meiner Lieblingsessen. Es ist leicht zuzubereiten und ich mache es mir gerne am Wochenende zum Frühstück oder wenn ich noch Hunger habe nach der Hauptspeise. Meine Familie isst dann auch gerne mit, am liebsten mit Nutella und Früchten oder selbstgemachter Himbeermarmelade.



Zutaten:

225 g Mehl
225 ml Milch
3 Eier
1,5 EL Zucker
1,5 TL Backpulver
1,5 EL Butter

Zubereitung für 2-4 Personen:

1. Zuerst muss man die Eier trennen, danach das Eigelb, Mehl, Backpulver, Zucker und einen Schuss Milch in einer Schüssel zu einem zähflüssigen Teig verrühren.
2. Das Eiklar steif schlagen und unter die Teigmasse heben, sodass eine cremige Masse entsteht. Wenn der Teig zu fest ist, muss man noch ein wenig Milch hinzufügen.
3. Dann die Butter in eine Pfanne geben und heiß werden lassen. Den Teig anschließend portionsweise mit einem Suppenschöpfer in die Pfanne geben und jede Seite zwei bis drei Minuten goldbraun backen lassen.
4. Schön auf einen Teller geben und mit Nutella, Marmelade oder Ahornsirup genießen!



Steckbrief: Eishah Mustafa



Alter: 16 Jahre
Hat Wurzeln in: Pakistan
Sprachen: Urdu, Punjabi, Englisch, Deutsch, Latein
Schule: BORG Nonntal
START-Stipendiatin seit: 2017
Patenschaft: Bundesministerium für Europa, Integration und Äußeres
Soziales Engagement: Ich gebe unentgeltlich Nachhilfe in der Schule

Hobbys/Interessen: Tanzen, Federball spielen, Spazieren gehen

Mein START-Moment: Ich habe sehr vieles bei START erlebt und konnte auch viele neue Leute kennenlernen. START hat mir auch in der Schule viel geholfen und ich konnte von den Seminaren und Workshops profitieren.

Gajar ka Halwa

Gajar ka Halwa ist ein traditioneller süßer Pudding, der gerne bei besonderen Anlässen, wie Hochzeiten und Festen, vorbereitet wird. Ich kann den Pudding selbst auch zubereiten und es ist ein typischer Nachtisch in meinem Land.

Zutaten:

500 g Karotte(n), geraspelte
250 ml Milch
250 ml Schlagobers
2 EL Rosinen
50 g Mandel(n), gemahlen
50 g Rohrzucker
3 EL Ghee(Butterschmalz)
1 TL Kardamompulver
1 Msp. Zimtpulver

Arbeitszeit: ca. 15 Min.

Koch-/Backzeit: ca. 1 Std.

Zubereitung für 2-3 Personen:

Die geraspelten Karotten mit der Milch, dem Obers und den Rosinen in einem Topf aufkochen und dann die Hitze herunterschalten. Unter stetigem Rühren 45 Minuten lang köcheln lassen.

Anschließend Mandeln, Zucker und das Ghee untermischen und weitere 15 Minuten unter ständigem Rühren köcheln.

Wenn die Konsistenz dick und puddingähnlich geworden ist, den Topf vom Herd nehmen und die Gewürze untermischen.

Als Garnierung kommen noch evtl. 2 Teelöffel gehackte Pistazien über den Karottenpudding.

Am besten das Dessert lauwarm genießen.



Steckbrief: Ioana Iordache



Alter: 18 Jahre
Sprachen: Rumänisch, Deutsch, Englisch und Spanisch
Schule: Lehre mit Matura
START-Stipendiatin seit: September 2018
Patenschaft: TEAMCO Foundation
Soziales Engagement: in der Rumänisch-Orthodoxen Kirche mithelfen
Hobbys/Interessen: Handball spielen, Bücher lesen und reisen

So beschreibe ich mich selbst: hilfsbereit, verantwortungsbewusst, aktiv

Mein START-Moment: Seit ich START Stipendiatin bin, war ich bei vielen Workshops dabei. Der Besuch bei Landesrätin Andrea Klambauer hat mir zum Beispiel sehr gut gefallen und der Deutschkurs in den Semesterferien hat mir sehr geholfen. Aber am meisten freue ich mich auf die mehrtägigen Seminare. Da sind alle Stipendiatinnen und Stipendiaten dabei und haben echt die schönste Zeit zusammen.

Papanasi

Papanasi wird bei uns als Nachspeise vorbereitet. In meiner Familie kochen wir es nicht so oft, aber wenn wir Papanasi essen wollen, dann bestellen wir es oder essen es in die Stadt.



Zutaten: Zubereitung für 4 Personen:

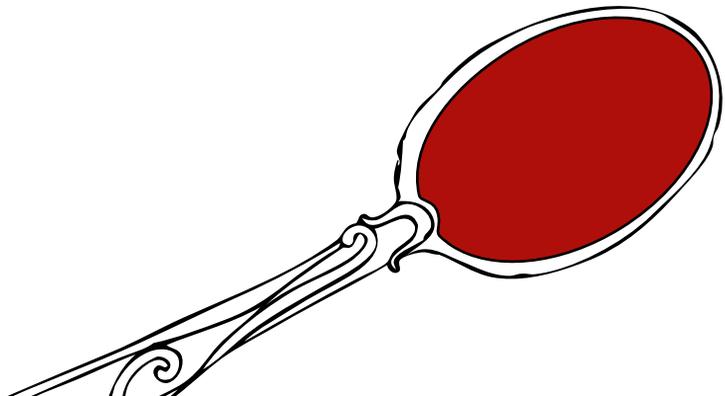
500 Topfen
2 Eier
100 g Zucker
1 Prise Salz
¼ TL Natron
200 g Mehl
Öl zum Braten

Topfen für ein paar Stunden in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Danach Topfen, Eier, Zucker, Salz und Natron in eine Schüssel geben und alles verrühren. Mehl dazugeben und unterrühren bis ein klebriger Teig entsteht.

Teig in gleichgroße Portionen teilen und jede Portion zu Kugeln formen, flach drücken und ein Loch in die Mitte formen. Dabei sollten die Hände sehr gut bemehlt sein. Dann für jeden Doughnut eine kleine Kugel formen.

In einem Topf Öl erhitzen. Wenn das Öl sehr heiß ist, Papanasi darin von jeder Seite 2-3 Minuten bei kleiner Hitze frittieren. Auf Küchenpapier legen, damit das überschüssige Öl aufgesaugt wird. Mit Sauerrahm und Konfitüre servieren. Am besten schmecken sie noch warm, aber man kann sie auch kalt servieren.

Viel Spaß!



Steckbrief: Zaynab Hussaini



Alter: 22 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Dari bzw. Persisch, Englisch und Deutsch
Schule: AbendHAK Salzburg
START-Stipendiatin seit: 2017
Patenschaft: TEAMCO Foundation
Hobbys/Interessen: Spazieren entlang der Salzach, Wandern, Lesen, Musik hören, Essen

So beschreibe ich mich selbst: zielstrebig, genau, pünktlich

Mein START-Moment: START ist für mich wie eine Familie und ich freue mich jedes Mal, wenn ich bei einer START Veranstaltung andere StipendiatInnen treffe. Die Atmosphäre ist so freundlich, dass niemand sich fremd fühlt. Ich freue mich und bin sehr dankbar, dass ich bei START dabei sein darf.

Ferni (Afghanischer Pudding)

Ferni ist eine der beliebtesten Nachspeisen in Afghanistan und im Iran. Es wird schnell gekocht und braucht nicht so viele Zutaten.

In meinem Land geben die Mütter ihren Babys ab dem 5. oder 6. Monat Ferni als Beikost neben der Muttermilch.

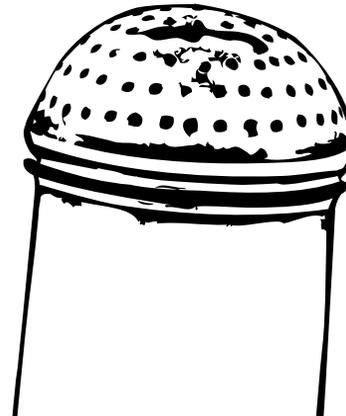
Zutaten:

2 Esslöffel
Maisstärke oder Reismehl
4 Esslöffel Zucker
½ Teelöffel gemahlener Kardamom
1 Esslöffel Rosenwasser
½ Liter Milch (3.5% Fett)
Pistazien- und Mandel-Splitter
zu Dekoration

Zubereitung für 2 Personen:

Die Hälfte der Milch mit Kardamom und Rosenwasser zusammen in einem Topf aufkochen. Die Maisstärke (Reismehl) und den Zucker mit der übrigen Milch vermischen und zu der Milch in den Topf geben.

Die Mischung auf dem Herd langsam aufkochen lassen. Sobald es kocht, die Hitze reduzieren und das ganze danach noch 15 Minuten quellen lassen bis es zähflüssig wird. Dabei aber immer wieder umrühren, damit es nicht anbrennt. Warm oder kalt servieren. Mit Pistazien- und Mandel-Splitter dekorieren.





Steckbrief: Rohullah Muhammadi

Alter: 19 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Deutsch, Englisch, Französisch, Dari (Persisch)
Schule: HLW Wolfgangsee
START-Stipendiat seit: 2017
Patenschaft: Constantia flexibles
Soziales Engagement: Ich helfe gerne meinen Freunden in der Schule und bin Sprecher der Salzburger START StipendiatInnen
Hobbys/Interessen: Fußball spielen, Tischtennis spielen, Laufen, Lesen

So beschreibe ich mich selbst: Ich bin sehr sozial, hilfsbereit, sportlich und kann gut kochen.

Mein START-Moment: Der schönste Moment beim START war letztes Jahr bei der Begrüßungsfeier, da ich moderiert habe.

Kardinalschnitte

Ich habe mir dieses Rezept ausgesucht,
weil es meine Lieblingsnachspeise ist.





Zutaten:

Schneemasse:
8 Eiklar
200 g Feinkristallzucker

Biskuitmasse:
2 Eier
8 Dotter
80 g Staubzucker-gesiebt
100 g Mehl griffig
20 g Backpulver

Fülle dunkel:
380 ml Schlagobers
Sahnesteif
2 Becher Kaffeejoghurt
Unterheben

Garnitur:
200 g Früchte der Saison

Zubereitung für 10 Personen:

- Eier trennen, Eiklar zu Schnee schlagen, mit Kristallzucker ausschlagen
- In Spritzsack füllen und auf ein vorbereitetes Blech 5 Streifen spritzen
- Dotter und ganze Eier mit Staubzucker dickschaumig schlagen, zuletzt Mehl einmelieren
- In Spritzsack füllen, und 4 Streifen aufspritzen
- Bei 200° OH/UH 10 min backen, dann bei 180° backen (10 min), zuletzt auf 160° weitere 10 min fertigbacken
- Fülle bereiten
- Ausgekühlt Fülle gleichmäßig draufgeben
- Kaltstellen
- Anrichten und garnieren



Steckbrief: Hana Nazari Salari



Alter: 17 Jahre
Hat Wurzeln in: Iran
Sprachen: Persisch, Deutsch, Englisch
Schule: BORG Nonntal
START-Stipendiatin seit: September 2018
Patenschaft: Katharina Turnauer Stiftung
Hobbys/Interessen: Sport (Muay Thai, Thai boxing), Instrumente (Flöte, Glockenspiel), zeichnen

So beschreibe ich mich selbst: sportlich, offen, hilfsbereit

Mein START-Moment: START hat mir sehr bei meinen Schulfächern geholfen. Ich habe hier neue Freunde gefunden und sehr viele Sachen gelernt.

Scholeh Zard (Reisbrei mit Safran)

Die Geschichte dieser wunderschönen, traditionellen Nachspeise reicht mehrere hundert Jahre zurück. Damals wurde es nur zu besonderen Anlässen, wie dem persischen Neujahr, serviert. Heutzutage kommt es im Iran häufiger auf den Tisch, aber immer noch machen es die Leute zu besonderen Anlässen und teilen es mit Freunden oder der Familie. Es mag seltsam klingen, aber im Iran ist es sehr üblich, dass Nachbarn an die Tür klopfen, um eine große Schüssel mit diesem köstlichen Dessert zu reichen. Diese Art von Spende nennt man „Nazri“.

Scholeh Zard ist ein köstliches altmodisches Dessert, das sehr zart und leicht ist, eine milde Süße hat und seine goldene Farbe vom Safran erhält. Dieses traditionelle persische Dessert wird mit Motiven aus gemahlenem Zimt und Splittern aus Pistazien oder Mandeln geschmückt. Oft werden die Namen religiöser Persönlichkeiten mit gemahlenem Zimt darauf geschrieben.

Man muss man auf die Safranmenge achten, die in diesem Dessert verwendet wird. Zu wenig Safran macht Scholeh Zard hellgelb und schwach im Duft und Geschmack, aber andererseits kann zu viel Safran überwältigen, sogar bitter sein. Guter Safran hat einen wunderbaren Duft, Geschmack und Farbe, aber mehr bedeutet nicht unbedingt besser.

Zutaten:

1 Tasse Reis (Basmati)
9 Tassen Wasser
2 Tassen Zucker
1 TL Safran
1 Tasse Rosenwasser
2 Kardamomkapseln
1/4 Tasse Mandelblättchen
Zimt & gehackte Pistazien
zum Garnieren

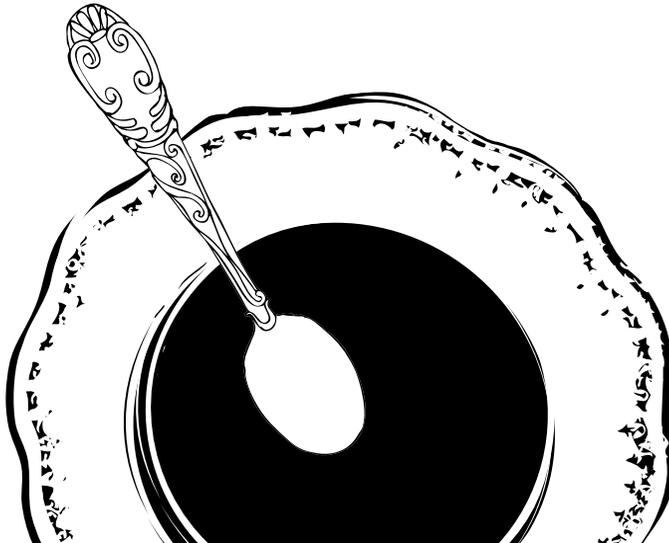
Zubereitung für 4 Personen:

Beide Kardamomhülsen leicht zerdrücken und in die Tasse Rosenwasser geben, beiseitestellen. Reis waschen, bis das Wasser klar wird. Reis nicht zugedeckt eine halbe Stunde köcheln lassen (ev. Hitze reduzieren). Safran mit einer Prise Zucker mahlen und in ein verschließbares Gefäß füllen. Drei Esslöffel heißes Wasser zum Safran-Zucker hinzufügen und gut schütteln. Ziehen lassen, während der Reis kocht.

Jetzt dem Reis den restlichen Zucker hinzufügen und noch eine halbe Stunde köcheln lassen. Den Reis in der Zwischenzeit aber immer wieder umrühren, damit er nicht am Boden haften bleibt. Safranwasser dazugeben und noch eine halbe Stunde kochen.

Zum Schluss Rosenwasser mit Kardamomhülsen und Mandeln hinzufügen. Gut mischen. Bei niedriger Temperatur solange weiterkochen, bis der Reis vollständig die Flüssigkeit aufgesogen hat, oder ihn in einem ofenfesten Topf in das Backrohr geben. Das Rohr auf 180 Grad einstellen und den Pudding 15 bis 20 Minuten darin lassen.

Kardamomhülsen entfernen. Legen Sie den Sholeh Zard in Schälchen oder in eine große flache ovale oder rechteckige Schüssel. Mit Zimt und Pistazienstreifen garnieren. Auf Raumtemperatur abkühlen lassen. Abdecken und einige Stunden in den Kühlschrank stellen. Gekühlt servieren.



Steckbrief:

Kher Mohammad Jusufzai



Alter: 18 Jahre
Hat Wurzeln in: Afghanistan
Sprachen: Farsi, Pashto, Englisch, Deutsch
Schule: bfi Salzburg, Pflichtschulabschluss
START-Stipendiat seit: 2019
Patenschaft: Land Salzburg
Soziales Engagement: helfe gerne anderen Leuten, wann immer sie mich brauchen
Hobbys/Interessen: Judo, Cricket, Schifahren

So beschreibe ich mich selbst: fleißig, freundlich, ruhig

Mein START-Moment: Ich freue mich, dass ich die anderen Stipendiaten kennengelernt habe und dass mich START unterstützt.

Gebackene Mäuse

Diese Nachspeise habe ich vor ein paar Monaten in Abersee gegessen; es erinnert mich an Afghanistan, weil meine Mutter das oft gekocht hat.



Zutaten:

400 g Mehl
80 g Zucker
2 Eier
80 g Butter
1 Packerl Trockengerm
1/4 l Milch
1 Prise Salz
Rosinen
Öl zum Frittieren

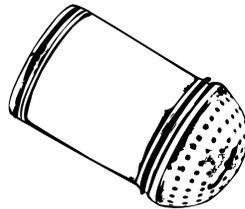
Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem nicht zu festem Teig verarbeiten und eine halbe Stunde an einem warmen Platz gehen lassen.

Fett heiß (nicht zu heiß!) machen und mit 2 Esslöffeln die Mäuse aus dem Teig formen. Die Mäuse im Fett goldbraun frittieren.

Abtropfen lassen, mit Staubzucker bestreuen und mit einem Kompott oder Marmelade deiner Wahl servieren.

Nosh jan!



Steckbrief: Maisam Taheri



Alter:	22 Jahre
Hat Wurzeln in:	Afghanistan
Sprachen:	Dari, Deutsch und Englisch
Schule:	HTL-Hallein
START-Stipendiat seit:	2017
Patenschaft:	Constantia flexibles
Soziales Engagement:	Diakonie
Hobbys/Interessen:	Fußball, Schach, Tischtennis

So beschreibe ich mich selbst: flexibel, willig, faul

„Was bedeutet das START-Stipendium für mich?“

Hier darf ich die Gelegenheit nutzen und von meinen Erlebnissen bei START erzählen. Zuerst möchte ich aber sagen, wie ich froh bin, dass ich von START profitieren darf. Viele haben mir zur Aufnahme im Stipendienprogramm gratuliert! Schnell habe ich das Gefühl bekommen, dass dieses Stipendium noch mehr bietet und einen größeren Wert hat, als ich mir am Anfang vorstellen konnte. Im Laufe der Zeit, nach den ersten gemeinsamen Workshops und Veranstaltungen, durch das immer bessere Kennenlernen der anderen Stipendiaten und Stipendiatinnen, habe ich mich sehr zuhause gefühlt. Vor allem die österreichweite Vernetzung mit Jugendlichen aus anderen Bundesländern, das gemeinsame Ziel einen guten Schulabschluss zu schaffen, aber auch Erfolge und Überwindungen mit anderen Stipendiaten zu teilen, macht wirklich eine riesige Freude. Ich kann mir nicht vorstellen, dass es etwas Vergleichbares zu START geben könnte! Gemeinsam mit Eltern, Lehrerinnen und Lehrern, Mentorinnen und Mentoren ist START ein wichtiges Element auf dem Weg in die Selbstständigkeit. Gemeinsam wollen sie uns jungen Menschen das Gehen beibringen. Mit dieser Unterstützung sind manche von uns schon richtige Marathonläuferinnen und -läufer geworden.

START ist eine Investition in die Zukunft!

Bei Investitionen ist es wichtig, dass am richtigen Ort, zur richtigen Zeit in die richtigen Personen investiert wird. Man gibt sozusagen von Linkerhand, aber nach einiger Zeit bekommt man es Rechterhand wieder zurück. Für mich ist START eine wertvolle Investition, weil man hier an mich glaubt! START gibt mir die Kraft, ist die Hoffnung, die mich lebendiger macht. Bei START sind wir einfach Menschen. Dank START haben wir eine kleine Welt für uns selbst geschaffen, wo es kein Problem ist, welche Hautfarbe und welches Stammland jemand hat, alle werden gleichbehandelt, denn wir sind tüchtig, talentiert und tatkräftig.

**Taschakur/Danke fürs Lesen
und ihr Interesse an START-Salzburg!**

Maisam Taheri

START

Stipendien für engagierte
Schülerinnen und Schüler
mit Migrationshintergrund



BILDUNG ALS INVESTITION IN DIE ZUKUNFT

Damit START möglichst viele junge Talente auf dem Weg zum Schulabschluss begleiten kann, brauchen wir Ihre Unterstützung. Alle Spenden an START können steuerlich abgesetzt werden!

Sie können START freie oder zweckgebundene Spenden zukommen lassen.

Spendenkonto:
„Verein START-Stipendien Österreich“
IBAN AT85 3400 0000 0001 1445
BIC RZ00AT2L

**Wir danken unseren Förderern und Paten und allen FreundInnen
des START-Gedankens für ihre Unterstützung!**

START-Salzburg
Mirabellplatz9/3
5020 Salzburg

**facebook [start.stipendium](https://www.facebook.com/start-stipendium)
www.start-stipendium.at**



START-Salzburg, eine Initiative von:



Mit folgenden Partnern und Paten:



KATHARINA TURNAUER
PRIVATSTIFTUNG



 Bundesministerium
Europa, Integration
und Äußeres



Mit besonderer Unterstützung von:

