

Baniza – bulgarischer Strudel

Die bulgarische Baniza wird nicht nur als Dessert gegessen, sondern kann auch als Frühstück oder als Zwischenmahlzeit genascht werden – eigentlich den ganzen Tag lang. Sie kann verschiedene Füllungen enthalten. Sehr verbreitet ist eine Füllung aus Salzlakenkäse (Сирене Sirene) mit oder ohne Spinat. Baniza muss man unbedingt nachmachen! Auf Deutsch würden wir es wahrscheinlich als "Schafskäse-Strudel" bezeichnen.

Der Kuchen wird oft als Frühstücksgericht mit Joghurt oder Boza serviert. Boza ist ein leicht alkoholisches, süßlich-prickelndes Bier (ursprünglich aus Hirse).

Zutaten für 4 Portionen:

- 200 g Schafskäse
- 2 EL Joghurt
- 1 TL Natron
- 4 Eier
- 250 g Magerquark
- 2 Päckchen Strudelteig oder Yufka (türkischer Blätterteig)
- 100 g Öl
- 1 Prise Salz



Zubereitung:

Den Schafskäse klein schneiden und mit einer Gabel zerdrücken.

Das Natron mit dem Joghurt verrühren. Die Eier schaumig schlagen (1 Eigelb aufbewahren, damit wird die Baniza am Schluss bestrichen).

In die Eiermasse wird nun der Schafskäse mit dem Quark, einer Prise Salz und dem Natron-Joghurt gegeben. Alles gut durchrühren. Die Backform mit Öl bestreichen.

Jedes Strudelblatt ebenfalls mit Öl bestreichen und etwa 2 EL der Käse-Ei-Masse darauf verteilen. Nun die einzelnen Strudelblätter locker aufrollen und spiralförmig oder auch in einzelnen Kreisen in die Backform geben.

Das Eigelb mit etwas Öl und Wasser vermischen und die Baniza damit gelb bestreichen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 30-35 Minuten goldbraun backen.

Hinweise: Dazu kann Joghurt oder Kefir gereicht werden. Besonders beliebt sind diese Kuchen mit Gemüsefüllung, z.B. Spinat, Brennesseln, Ringelblume, Petersilie und Kohl.



Praznik wird aus Lauch hergestellt, während Luchnik eine Art Baniza ist, die mit Zwiebeln gefüllt ist.

Es gibt zudem auch süße Versionen von Baniza, z.B. Tikvenik, hergestellt aus Kürbissen, Shtrudel, mit Äpfeln gefüllt, oder Mlecna Baniza, hergestellt durch Einweichen von Gebäckblättern mit einer Mischung aus Milch, Eiern, Zucker und Vanille.

Bulgaren füllen Baniza manchmal mit Glücksbringern, Münzen oder Zetteln, auf denen Wünsche stehen, eine Praxis, die besonders

während der festlichen Wintersaison beliebt ist.

Viel Spaß beim Ausprobieren und gutes Gelingen!