



## Gedünstete Feigen an Granatapfelsirup und Labneh

für 2 Personen

*Feigen und Granatäpfel haben etwas vom Luxus vergangener Tage: Dieses persisch inspirierte Rezept kombiniert die beiden – und bleibt so auch lange nach dem Frühstück noch im Kopf.*

Blutorangensaft, Zucker, Rosenwasser und Anis in einem Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen. Gelegentlich umrühren und kochen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat. Die Feigen waschen und halbieren. Sobald die Flüssigkeit aufkocht, die Feigen dazugeben. Die Hitze reduzieren und die Feigen vorsichtig für 8–10 Minuten in der köchelnden Flüssigkeit dünsten. Sobald sie weich geworden sind, vorsichtig aus dem Sud nehmen und zur Seite stellen.

Die Temperatur wieder höherdrehen und den Saft für ca. 20 Minuten auf ein Drittel einkochen und danach abkühlen lassen.

Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Beides mit den restlichen Zutaten in einen großen Topf (ohne Deckel) geben und bei mittlerer Temperatur erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Sobald die Flüssigkeit anfängt zu kochen, die Temperatur runterschalten und für ca. 60–70 Minuten köcheln lassen, bis der Saft auf ein Drittel zu eingedicktem Sirup eingekocht ist. Die Vanillestange entfernen und den Sirup abkühlen lassen, danach in eine sterile Flasche füllen. Wenn der Sirup kühl gelagert wird, hält er sich ca. 6 Monate.

Den Ricotta oder Labneh (Rezept siehe Folgeseite) in zwei Schalen füllen, behutsam die Feigen daraufschichten und die Blutorangenreduktion um die Feigen herum verteilen. Mit Granatapfelsirup und -kernen anrichten.

**TIPP** Der Zuckeranteil kann je nach Geschmack angepasst werden.

*Fortsetzung auf der folgenden Seite*

### ZUTATEN

#### GEDÜNSTETE FEIGEN

Saft von 4 Blutorangen  
100 g Rohrzucker  
1–2 EL Rosenwasser  
2 Sternanis  
5 frische Feigen  
250 g Ricotta oder selbst gemachter Labneh

#### GRANATAPFELSIRUP

1 Vanilleschote  
Saft einer Zitrone  
300 g Rohrzucker  
1 l frischer oder unbehandelter Granatapfelsaft  
2 EL Granatapfelkerne zum Garnieren