



UNSER LIEBLINGSREZEPT

SHAKSHUKA

von Karin Köppendörfer (Leitung Finanzbuchhaltung)

Zutaten (für 4 Portionen)

- 1 kg Tomaten
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Paprika
- 2 EL Olivenöl
- 3 EL Tomatenmark
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 EL Paprikapulver (edelsüß)
- 1 TL Garam Masala
- 1 Prise Zimt
- Optional: Chilipulver
- Salz
- Pfeffer
- 4 Eier (Zimmertemperatur)

Dazu:

- 1 Bund frischer Koriander
- 1 Baguette
- Optional: Naturjoghurt

Außerdem:

- Ofenfeste Pfanne

Zubereitung

Tomaten waschen, am Strunk kreuzweise einritzen und in einer Schüssel mit kochendem Wasser bedecken. 5 Minuten ziehen lassen, die Tomaten abschrecken und häuten. Das Tomatenfleisch in Würfel schneiden.

Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Paprika in kurze Streifen schneiden.

Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Tomatenmark, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Garam Masala, Zimt und optional Chilipulver im heißen Öl kurz rösten. Zwiebel, Knoblauch und Paprika hinzugeben und ca. 5 Minuten dünsten.

Die Tomatenwürfel samt austretender Flüssigkeit in die Pfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut verrühren. Alles ohne Deckel für ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen. (Je länger die Shakshuka köchelt, umso dickflüssiger wird sie.) Den Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Die Pfanne vom Herd nehmen und mit einem Esslöffel vier Mulden in die Shakshuka formen. Jeweils ein Ei aufschlagen und in eine Mulde gleiten lassen. Die Pfanne mittig auf den Ofenrost stellen und im heißen Ofen für 8–10 Minuten stocken lassen. Sobald sich das Eiweiß komplett weiß verfärbt hat, die Pfanne aus dem Ofen nehmen.

Die Shakshuka mit dem Koriander und dem Baguette servieren. Auch Naturjoghurt schmeckt lecker dazu.