

Shakshuka nach Yotam Ottolenghi

Shakshuka erfreut sich in Israel großer Beliebtheit als herzhaftes Frühstück oder kleines Mittagessen. Zutaten für etwa 2-3 Portionen:

2 El Olivenöl
½ bis 1 El Harissa
2 Tl Tomatenmark
2 große rote Paprikaschoten (etwa 300 g)
2 Knoblauchzehen
1 Tl gemahlener Kreuzkümmel
5 große, reife Tomaten oder 800 g stückige Dosentomaten
1 Tl Paprikapulver, edelsüß
6 Eier (M)
Salz, Zucker
etwas Petersilie und/oder grüner Koriander
Pitabrot

Vorbereitung:

1. Paprikaschoten waschen, Stielansätzen, Samen und Scheidewänden entfernen.
Das Fruchtfleisch in gleichmäßige, kleine Würfel (etwa ½ cm) schneiden.
2. Knoblauchzehen schälen und fein schneiden.
3. Frische Tomaten – bei den Tomaten die Haut unten mit kleinen Schnitten kreuzförmig einritzen – den Stielansatz kreisförmig herausschneiden – Tomaten in kochendem Wasser kurz blanchieren (bis sich Risse in der Haut zeigen) – herausheben und sofort in kaltem Wasser abkühlen – Tomaten häuten und samt Kernen in gleichmäßige Würfel schneiden.

Zubereitung:

1. Öl bei mittlerer Temperatur in einer großen Pfanne erhitzen.
Harrissa, Tomatenmark, Paprikawürfel, Knoblauch, Kreuzkümmel und eine gute Prise Salz zugeben.
2. Rühren und das Ganze etwa **5 bis 8 Minuten** bei mittlerer Hitze anschwitzen, bis die Paprikawürfel weich gegart sind.
3. Tomaten und Paprikapulver zugeben und die Mischung etwa weitere 10 Minuten zu einer dicklichen Sauce einköcheln lassen.

4. Sauce abschmecken, mit einem Löffelrücken sechs kleine Vertiefungen hineindrücken.
5. Eier einzeln aufschlagen und vorsichtig in die Vertiefungen gleiten lassen.
Mit einer Gabel die Eiweiße der Eier leicht mit der Sauce verquirlen.
Achtung: Die Eigelbe sollen nicht „verletzt“ werden.
6. Das Gericht 8 bis 10 Minuten köcheln lassen, bis die Eiweiße gestockt, die Eigelbe aber noch cremig sind.
Die Pfanne mit einem passenden Deckel abdecken.
7. Pfanne vom Herd nehmen und noch kurz „etwas ruhen/ziehen lassen“.
Mit fein geschnittenen oder gezupften Kräutern und Pitabrot servieren.