

Shakshuka – Israelisches Nationalgericht



als Beilage Weißbrot
4 Zehen Knoblauch
6 EL Olivenöl
1/2 Schote Chili
4 Peperoni
1/2 Bund Frühlingszwiebel(n)
1 EL Paprikamark
2 Dosen Dosentomaten

Gewürze:
4 TL (edelsüß) Paprikapulver
1/2 Stange Zimt
1 EL Meersalz
1 TL Kardamom
1 TL Kreuzkümmel (Cumin)
1 TL Koriander
1 TL Brauner Zucker
1 TL Schwarzkümmel

Zum Schluss:
6 Eier
1 Bunde (gehackt) Petersilie

Schneide die Chilischote und die Peperoni in Ringe, die Frühlingszwiebel und den Knoblauch in Scheiben und hack die Petersilie.

Erhitze eine schwere gusseiserne Pfanne (ich nehme immer meinen Wok), gib drei Esslöffel Olivenöl hinein und schwitze zunächst die in Streifen geschnittene Chili und den Knoblauch etwas an.

Gib dann rasch Peperoni und Frühlingszwiebeln in Scheiben geschnitten dazu und rühre weiter. Nachdem etwa 3 Minuten bei mittlerer bis starker Hitze vergangen sind, lösche mit Paprikapaste ab und röste diese unter Rühren kurz an.

Gib nun die Tomaten dazu. Dr. Shakshuka nimmt übrigens nur frische, was ich in Israel natürlich auch tun würde. Im deutschen Winter empfehle ich dir aber auf Dosentomaten zurückzugreifen. Die sind dann einfach deutlich aromatischer. Wenn du im Sommer gute frische Tomaten kriegst, ist das natürlich das Mittel der Wahl.

Lass deine Shakshuka nun 6 bis 7 Minuten bei größerer Hitze köcheln und sich etwas reduzieren. Rühre immer wieder etwas um.

Jetzt ist auch der Zeitpunkt noch das restliche Olivenöl dazu zugeben.

Nachdem deine Shakshuka schön eingekocht ist, füge das Meersalz, Paprika edelsüß, eine Zimtstange, Cumin, braunen Zucker, Schwarzkümmel, Kardamom und Koriander hinzu. Diese Geschmacksexplosion macht das Gericht so besonders. Rühre sofort gut um und lass alles noch 2 Minuten ziehen.

Jetzt kommt der spannende Teil. Versuche je nach Konsistenz deiner Shakshuka Mulden für die Eier zu bilden.

Jetzt kommt die richtig große Hitze. Heize deine Pfanne gut ein, dass alles schön blubbert. Schlag die Eier auf und gib sie in die Mulden. Fahre nun mit dem Stiel eines Löffels in das Eiweiß um es schön zu verteilen, Das Eigelb bleibt ganz.

Lass die Eier stocken, nimm immer ein Ei mit Tomatensoße je Portion aus der Pfanne streu die gehackte Petersilie drüber und serviere sofort.