

# Shakshuka mit Joghurt und Kichererbsen-Pfannenbrot

Für zwei Personen

**Für das Shakshuka:**

400 g gehackte Cherrytomaten	4 Eier	2 rote Paprika
1 gelbe Paprika	2 EL Tomatenmark	2 große Zwiebeln
2 Knoblauchzehen	200 g Kichererbsen	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander
$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	10 Safranfäden	1 TL Kreuzkümmelsamen
1 EL Harissa-Paste	1 EL Rohrzucker	1 kleine getrocknete Chili
2 Lorbeerblätter	2 EL Olivenöl	250 ml Frittieröl
Harissa-Tuareg	Salz	Pfeffer

**Für den Joghurt:**

50 g griech. Joghurt	$\frac{1}{4}$ Bund Minze	Salz, Pfeffer
----------------------	--------------------------	---------------

**Für die Garnitur:**

200 g Kichererbsenmehl	$\frac{1}{2}$ TL gem. Kreuzkümmel	Harissa-Tuareg
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

**Für die Garnitur:**

20 g geschälte Mandeln	20 g Haselnüsse	20 g Pistazien
100 ml Frittieröl		

**Für das Shakshuka:** Eine Pfanne ohne Fett auf hoher Stufe erhitzen und Kreuzkümmel darin ohne Fett rösten. Auf  $\frac{3}{4}$  der Hitze runter drehen und Öl dazugeben. Dann Zwiebelringe in dem Kreuzkümmel-Öl 5 Minuten anbraten. Dabei immer wieder durchrühren. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Koriander und Petersilie abbrausen, trockenwedeln, zupfen und fein hacken. Die Kichererbsen in einem Topf für 3 Minuten frittieren. Paprikastreifen und Knoblauch zugeben und anbraten. Zucker, Lorbeerblätter, Petersilie, Koriander und Safran zugeben, durchrühren und Tomatenmark unterheben.

Mit den gehackten Tomaten ablöschen. Ziel ist eine Art Eintopf-Verhältnis von Gemüse zu Flüssigkeit, die dann langsam zu einer Tomatensauce einköcheln kann, Tomaten gegen Ende ggf ein bisschen zerdrücken. Nach etwa 15 Minuten mit Salz, Pfeffer, Harissa-Tuareg und Chili würzen. Die Gemüsepfanne auf zwei Portionspfannen (gerne beschichtet) verteilen. Bei kleiner Hitze anwärmen. Mit dem Löffel zwei Mulden in die Gemüsedecke drücken. Hier jeweils ein Ei reinschlagen. Ei salzen und mit geschlossenem Deckel bei kleinster Hitze garen.

Entweder direkt aus der Pfanne servieren oder noch auf einen Teller gleiten lassen und mit der restlichen Petersilie, Koriander, Nüssen und den frittierten Kichererbsen bestreuen.

**Für den Joghurt:** Minze trockenwedeln, zupfen und grob hacken. In einer Schüssel Joghurt, Minze verrühren, mit Salz abschmecken und 10 Minuten durchziehen lassen. Gegebenenfalls nochmal mit etwas Salz abschmecken. Vor dem servieren mit ein paar Minzblättchen garnieren.

**Für die Garnitur:** Aus dem Kichererbsenmehl und den Gewürzen einen trockenen Teig erstellen. Den Teig ca. 5 Minuten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten, kurz ruhen lassen.

Kleine Kugeln formen und mit der Hand flach drücken, mit einem Nudelholz bis zur gewünschten Dicke ausrollen.

In einer vorgeheizten Pfanne mit etwas Öl ausbacken.

**Für die Garnitur:** Die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und grob hacken und in einem Topf mit Öl goldgelb backen und nochmals auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Falkenhahn am 05. Juni 2018