

Studis Tajine aus Lamm-Lachs mit Kräuter-Couscous

Für vier Personen

Tajine:

800 g Lammlachse	2 Zwiebeln	1 EL Ingwer
1 Stange Zimt	1 TL Kreuzkümmel	1 g Safranfäden
100 g Kichererbsen	2 Zweige Thymian	200 ml Rinderbrühe
200 g Dörripflaumen	1 Orange	1 EL Akazienhonig
0,5 EL Orangenblütenwasser	1 Bund Petersilie	2 EL Sesamsamen
Muskat	Pfeffer	Salz

Couscous:

150 g Couscous	200 ml Wasser	1 Zwiebel
0,25 TL Kreuzkümmel	50 g Pistazien, geschält	1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bund Rucola	0,5 Bund Petersilie	0,5 Bund Estragon
0,5 Bund Dill	0,5 Bund Pfefferminze	100 ml Olivenöl
1 Zitrone, unbehandelt	Olivenöl	Salz

Tajine::

Das Fleisch in drei Zentimeter Würfel schneiden. Mit der Hälfte der Gewürzen mischen und anbraten. Die Tajine im Ofen erhitzen. Die Zwiebel in Würfel schneiden, mit Olivenöl in der Tajine andünsten und die restlichen Gewürze dazu geben. Die Kichererbsen und Brühe dazugeben, 15 Minuten zugedeckt schmoren. Die Dörripflaumen entsteinen und dazu geben. Die Orange dünn abschälen und mit wenig Saft dazu geben, 15 Minuten weiter schmoren. Fleisch dazu geben und fünf Minuten schmoren. Dann mit Honig, Muskat, Orangenblütenwasser, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit fein gehackter Petersilie und geröstetem Sesam bestreuen, servieren.

Couscous:

Couscous mit heißem Wasser angießen, zehn Minuten ziehen lassen. Zwiebel in feine Scheiben schneiden und in Olivenöl hellbraun dünsten, Kümmel beigegeben, salzen. Pistazien grob hacken und dazu geben, anrösten. Kräuter mit Olivenöl fein pürieren. Zum Couscous geben, vorsichtig mit grob gehackter Rucola, Pistazien und Zwiebel vermengen. Mit Zitronenabrieb und Zitronensaft abrunden, salzen.

Andreas C. Studer am 20. April 2012