

Shakshuka mit Joghurt-Minz-Dip und Pfannenbrot

Für zwei Personen

Für das Shakshuka:

400 g gehackte Tomaten, Dose	1 rote Paprika, 150 g	1 Frühlingszwiebel
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	2 Eier
1 TL Tomatenmark	1 TL Harissa	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
1 TL Oregano	1 TL Koriander	1 TL Thymian
1 Prise Zucker	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Naan:

100 ml Joghurt	150 g Mehl	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver
$\frac{1}{2}$ EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für den Joghurt-Minz-Dip:

200 g Joghurt	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Minze
Salz	Pfeffer	

Für das Shakshuka:

Den Knoblauch abziehen und hacken. Paprika waschen, halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und ebenfalls in Würfel schneiden.

Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Harissa, Tomatenmark, Paprikawürfel, Knoblauchwürfel, Gewürze und $\frac{1}{2}$ TL Salz hineingeben und mit anrösten.

Bei mittlerer Hitze für 5 Minuten braten, dabei immer wieder umrühren, damit die Paprikawürfel weich werden. Gehackte Tomaten hinzugeben und für weitere 10 Minuten köcheln lassen, bis alles eingedickt ist. Bei Bedarf noch einmal mit den Gewürzen abschmecken. Zwei kleine Mulden in die Sauce drücken und die Eier vorsichtig hineinsetzen. 8-10 Minuten bei niedriger Hitze simmern lassen, bis das Eiweiß gestockt ist. Das Eigelb sollte noch flüssig sein. Frühlingszwiebel waschen, in feine Ringe schneiden und vor dem Servieren über der Shakshuka verteilen.

Für das Naan:

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren.

10 Minuten ruhen lassen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen. Teig in etwa vier Portionen teilen und diese nacheinander in etwas Öl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten ausbacken.

Für den Joghurt-Minz-Dip:

Minze abbrausen, trockenwedeln und hacken. Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse geben. Die Zugabe von etwas Salz erleichtert den Vorgang. Joghurt in einer Schüssel mit Minze und Knoblauchpaste verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Tanja Rauscher am 12. März 2025