

# Shakshuka

## Für 4 Personen

### Couscous:

50 g Couscous, libanesisch	1 Lorbeerblatt	50 ml Gemüsebrühe
1 TL Couscousgewürz	1 EL Olivenöl, mild	Salz

### Shakshuka:

2 Zwiebeln	1 Schote Paprika, rot	1 Schote Paprika, gelb
0,5 Zucchini, gelb	0,5 Zucchini, grün	6 Tomaten, vollreif
150 ml Gemüsebrühe	150 g Tomaten, stückig (Dose)	0,5 Orange, unbehandelt
0,5 Zitrone, unbehandelt	2 Zehen Knoblauch	2 Scheiben Ingwer
1 EL Baharat	1 Zweig Petersilie	0,5 TL Dillspitzen, frisch
1 – 2 EL Olivenöl, mild	Salz	

### Spiegeleier:

12 Wachteleier	1 – 2 TL Butter	Salz
----------------	-----------------	------

### Anrichten:

150 g Schafskäse

**Couscous:** Den Couscous mit dem Lorbeerblatt in Salzwasser circa 45 Minuten weich kochen, auf einem Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen. Die Brühe mit Couscousgewürz erwärmen, den gekochten Couscous dazu geben, erhitzen und das Olivenöl dazu geben.

**Shakshuka:** Die Zwiebeln schälen und in eineinhalb Zentimeter große Rauten schneiden. Die Paprikaschoten entstrunken, entkernen, mit einem Sparschäler schälen und in eineinhalb Zentimeter große Rauten schneiden. Die Zucchini waschen, trocken tupfen, längs vierteln und die Kerne heraus schneiden. Die Zucchini viertel schräg in Rauten schneiden. Die Tomaten entstrunken, an der Oberseite über Kreuz einritzen, 20 Sekunden in kochendes Wasser tauchen, abschrecken, enthäuten, vierteln, entkernen und die Tomatenfilets vierteln. Die Kerne mit einem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb passieren, die Kerne entfernen. Jeweils einen halben Teelöffel Schale der Orange und der Zitrone abreiben. Die Knoblauchzehen in Scheiben schneiden. Paprika und Zwiebeln in 50 Milliliter Gemüsebrühe fünf Minuten bei milder Hitze andünsten, bis das Gemüse fast weich ist. Dabei gegebenenfalls noch etwas Brühe nachgießen. Die Zucchini rauten dazu geben. Die Dosentomaten mit dem Tomatenfond aus den Kernen dazu geben. Knoblauch und Ingwer hinein geben und die übrige Brühe angießen. Einmal aufkochen und acht bis zehn Minuten am Siedepunkt ziehen lassen. Zum Schluss die Tomatenfiletstücke mit dem libanesischen Couscous dazu geben, mit Salz und Baharat würzen und noch einige Minuten ziehen lassen. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Kurz vor dem Servieren Frühlingszwiebeln, Petersilie, Dill, Olivenöl, Zitronen- und Orangenabrieb in das Gericht rühren und gegebenenfalls noch etwas nachwürzen.

**Spiegeleier:** Die Schale der Wachteleier mit einem Sägemesser vorsichtig in der Mitte ansägen und alle in eine Schüssel geben. Eine große Pfanne bei sanfter Temperatur erwärmen. Die Butter mit einem Pinsel darin verteilen und salzen. Die Eier vorsichtig aus der Schüssel hinein gießen, darauf achten, dass sie sich gut verteilen und darin bei sanfter Hitze einige Minuten stocken lassen

**Anrichten:** Den Schafskäse in Würfel schneiden und in den warmen Tellern verteilen. Das Shakshuka darauf verteilen und je drei Wachtelspiegeleier darauf setzen.

Alfons Schuhbeck am 28. Oktober 2011