



Shakshuka

Orientalischer Gemüseeintopf mit Eiern

600 g reife Tomaten, 1 rote Paprika, 4 EL Olivenöl, 3 Zwiebeln, 4 Knoblauchzehe, 1 gestr. TL Kreuzkümmel, 1 Msp Chilipulver, Salz, Pfeffer 4 Eier, 3 EL glatte Petersilie oder Koriandergrün

Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Zwiebeln in Würfel schneiden, den Knoblauch in dünne Scheiben. Paprika waschen, halbieren, die Kerne entfernen und in Stücke schneiden. Die Tomaten waschen und in Stücke schneiden, dabei den Stielansatz entfernen.

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin Zwiebeln, Knoblauch und Kreuzkümmel anbraten. Tomaten, Paprika, Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer dazugeben (falls die Tomaten nicht süß genug sind, evtl. einen halben TL Zucker hinzufügen). Ca. 15 min. köcheln lassen, bis die Tomaten gar, aber nicht völlig zerfallen sind. Mit einem Löffel vier kleine Mulden in die Tomatensauce drücken und je ein Eier in eine Mulde geben. Die Eier bei niedriger Temperatur stocken lassen, eventuell einen Deckel auf die Pfanne legen. Mit Petersilie und Koriander bestreuen. Mit Weißbrot servieren.