



Vegetarische Tajine

Zutaten

- 150 g Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote und 2 gelbe Paprika
- 250 g Möhren
- 1 TL Korianderkörner, 1 TL Kreuzkümmel, 1 TL Kurkuma, 1 TL schwarzer Pfeffer
- Salz
- 500 g Rote Bete
- 3 EL Ghee oder Butterschmalz
- 1 Bio-Orange
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Zimtstange
- 1 Dose Kichererbsen (265 g Abtropfgewicht)
- 1 Döschen Safranfäden

Zubereitung

- Schalotten abziehen, halbieren, Knoblauch abziehen.
- Paprika halbieren, entkernen und in Streifen schneiden.
- Möhren in 5 cm lange Stifte schneiden.
- Koriander, Kreuzkümmel, Kurkuma und Pfeffer im Mörser zerstoßen.
- Gemüse, Gewürzmischung und 1 - 2 TL Salz mischen, 10 Minuten ziehen lassen.
- Rote Bete schälen und in dicke Spalten schneiden.
- Ghee in Tajine oder Schmortopf erhitzen, Gemüse-Gewürzmix dazugeben, unter Rühren 5 Minuten braten.
- Rote Bete vorsichtig unterheben.
- Orange heiß abspülen, mit dem Sparschäler ein 10 cm langes Stück von der Schale abschälen. Saft auspressen.
- Orangenschale, Saft, Lorbeer und Zimtstange zu Tajine geben, Deckel schließen.
- Im vorgeheizten Ofen (180°, Umluft 160°) auf der unteren Leiste 1 Stunde schmoren.
- Kichererbsen abspülen, Safran im Mörser zerstoßen und mit 2 EL warmem Wasser mischen, die letzten 10 Minuten zur Tajine geben und mitschmoren lassen.



Vegetarische Tajine

Zutaten Topping

- 100 g geröstete, gesalzene Pistazien
- 200 g Feta
- 2 EL getrocknete Cranberries
- 5 Stiele Minze
- 2 EL Olivenöl

Zubereitung

- Pistazien schälen, grob hacken.
- Feta grob zerbröseln.
- Cranberries und Pistazien mit dem Feta mischen.
- Minze abspülen, Blättchen abzupfen.
- Tajine aus dem Ofen nehmen, Olivenöl darüber träufeln.
- mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Topping und Minzblättchen darüber streuen und servieren.