

Gemüse-Tajine (Orientalischer Gemüse-Eintopf)

Zutaten für 4 Portionen

| | | |
|----------|-----------------------|--|
| 1 | große Zwiebel | und |
| 2 | Knoblauchzehen | abziehen. |
| 20 g | Ingwer | schälen. Alles fein würfeln. |
| 2 EL | Öl | In einer Tajine oder einem Schmortopf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer darin bei kleiner Hitze andünsten. |
| 1 TL | Paprikapulver | geräuchert |
| 1 TL | Koriander | gemahlen |
| 1 | Zimtstange | dazugeben und kurz mit anrösten. |
| 2 TL | Harissa | |
| 800 ml | Gemüsebrühe | |
| 400 g | stückige Tomaten | aus der Dose und |
| 1 TL | Ras el Hanout | dazugeben, aufkochen und bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten offen köcheln lassen. |
| | | Inzwischen |
| 400 g | Aubergine | waschen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne |
| 3 EL | Olivenöl | erhitzen. Die Auberginenwürfel darin anbraten, bis sie weich und leicht gebräunt sind, dann mit |
| Salz und | Pfeffer | würzen. |
| 200 g | Petersilienwurzel | und |
| 100 g | Möhren | schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. |
| 1 | Grüne Paprika | putzen und in Streifen schneiden. |
| 500 g | Tomaten | waschen |
| 100 g | Getrocknete Aprikosen | halbieren. |
| 1 Dose | Kichererbsen (265g) | auf ein Sieb abgießen und kalt abbrausen. |
| | | Paprika, Tomaten, Kichererbsen und Aprikosen in die Sauce geben und ca. 15 Minuten köcheln lassen, |

bis das Gemüse gar ist. Die Aubergine unterrühren. Zimtstange herausnehmen.. Die Tajine mit Salz, Zucker Ras el Hanout abschmecken.

Dazu passt Couscous oder Reis.

Tipp: In die Tajine klein gehackte Minze geben.