Gemüse-Tajine

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	30 Min.
Garzeit	1 Std.
Portionen	4
Gerät	CombairSteamer V2000 ab 2021

marokkanischer Gemüseeintopf

Tajine

400 g Rüebli

200 g Topinambur

300 g Knollensellerie

200 g festkochende Kartoffeln

50 g getrocknete, entsteinte Datteln

Olivenöl zum Dünsten

30 g Sultaninen

400 g geschälte, gehackte Tomaten aus der Dose

200 ml Gemüsebouillon oder Wasser

etwas Salz

etwas Pfeffer

400 g Kichererbsen aus der Dose, abgespült, abgetropft

3 EL Olivenöl

2 EL Raz el Hanout

6 Zweige glattblättrige Petersilie, in feinen Streifen

etwas Limettensaft

Garnitur

4 Zweige Minze, abgezupft

200 g Kokos-Joghurt

etwas Salz

etwas Pfeffer

3 EL Granatapfelkerne

3 EL Cashewkerne, geröstet, gehackt

Tajine

Alle Zutaten bis und mit Kartoffeln rüsten und in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden. Datteln in Streifen schneiden.

Gemüse und Kartoffeln in reichlich Olivenöl im Bräter bei mittlerer Hitze andünsten. Datteln und restliche Zutaten bis und mit Bouillon beigeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Bräter zudecken und auf einem Gitterrost auf der mittleren Auflage mit Ober-/Unterhitze feucht 160 °C während 45 Minuten garen.

Kichererbsen mit Olivenöl und Raz el Hanout mischen, zum Gemüse im Bräter geben und 15 Minuten weitergaren.

Bräter aus dem Ofen nehmen, Petersilie daruntermischen, mit etwas Limettensaft beträufeln.

Garnitur

Einige Minzeblätter als Garnitur beiseitelegen. Restliche Minze in feine Streifen schneiden, mit Kokos-Joghurt verrühren, abschmecken.

Tajine mit Granatapfelkernen und Cashewkernen bestreuen und mit Minze-Joghurt servieren.

Garschritte

Ober-/Unterhitze feucht 160 °C während 45 Min.

Zutaten beigeben. Weiterbacken.

Ober-/Unterhitze feucht 160 °C während 15 Min.

Zubehör

Bräter mit Deckel oder Tajine

Gitterrost

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	26.01.2022