



## Shakshuka



Für 2 Personen

Kochzeit: 25 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Anfänger

Zu rettende Lebensmittel: Paprikaschoten, Tomaten,

### Zutaten

- ca. 600 g Tomaten
- 1-2 rote Paprikaschoten
- 1 große Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Tomatenmark
- 1/2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1/2 TL edelsüßes Paprikapulver
- getrockneter Thymian
- Zimtpulver
- Cayennepfeffer oder Chiliflocken
- Salz
- 3-4 Eier
- 2-3 Zweige Koriandergrün oder Petersilie
- Brot zum Aufstippen

## Arbeitsschritte

1. Die Tomaten kreuzförmig einritzen und für 1 Minute in kochendes Wasser legen. Herausheben, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Die Tomaten klein würfeln, den Stielansatz dabei entfernen.
2. Die Paprikaschoten putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
3. Das Öl in einer ofenfeste Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Tomatenmark darin 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze unter Rühren anrösten. Kreuzkümmel, Paprika, je eine Prise Zimt und Thymian und Cayennepfeffer oder Chiliflocken nach Geschmack dazugeben und kurz mitrösten.
4. Die Tomaten samt Saft und die Paprikastreifen dazugeben und ca. 20 Minuten schmoren lassen, gelegentlich umrühren.
5. Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Die Tomatensauce mit Salz abschmecken und mit einem Esslöffel 3-4 Kuhlen eindrücken. Jeweils vorsichtig ein Ei hineinschlagen. Die Form in den Ofen stellen und die Eier in 8-10 Minuten stocken lassen.
6. Koriander oder Petersilie waschen, die Blätter abzupfen und grob hacken. Die Shakshuka damit bestreuen und mit Brot zum Aufstippen servieren.