

Shakshuka



Ich habe mich mal an [Shakshuka](#) (auch: Schakschuka) herangewagt. „[Shakshuka](#) is an easy, healthy breakfast (or any time of day) recipe in Israel and other parts of the Middle East and North Africa. It's a simple combination of simmering tomatoes, onions, garlic, spices and gently poached eggs.“

Meine Version: Zwei zerkleinerte Zwiebeln ca. 10 Minuten in Öl anbraten, bis sie glasig sind, dann drei zerhackte Knoblauchzehen dazu und weitere fünf Minuten brutzeln lassen.

Jetzt zwei kleine Dosen gehackte Tomaten dazugeben. Ich habe nur eine genommen, aber vier frische Tomaten. Die hatte ich kurz in Wasser kochen lassen – so kann man die Schale besser abziehen.

Dann noch zwei rote Paprika in kleinen Stücken.

Gewürze: Salz, Pfeffer, ein Teelöffel getrockneter Chilischoten (oder Chili-Pfeffer), jeweils einen halben Esslöffel süßen und scharfen Rosenpaprika sowie Kreuzkümmel, eine Prise Zucker. (Vermutlich geht auch Cumin ganz gut.)

Wenn das Gericht sämig wird (nach ca. weiteren zehn Minuten), mit einem Löffel je nach Anzahl der Eier (bei mir drei) in die Soße drücken und die Eier hineinschlagen – und das Gericht weitere acht bis zehn Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis das Eiweiß nicht mehr flüssig ist.

Geriebenen Käse und Petersilie drüberstreuen. Fertig! Schmeckt köstlich.