

Hackfleisch - Eier Tajine

Marokkanisches Tajine Rezept

von Mayra2702 (*Chefköchin im Netz*) und ergänzt von Heiner (*Chef am Herd*)

Zutaten für 3 Personen

500 g Hackfleisch, (Rind oder noch besser Lamm-sehr lecker!)

6 Tomate(n) = 1 Packung 390 gr.

3 Zwiebel(n)

2 EL Tomatenmark

3 Eier

Ingwer – *frisch gerieben!*

Salz Pfeffer

Paprikaschote(n), (scharf)

Olivenöl

Petersilie, *gern auch frischer Koriander*

Knoblauch, Harissa

1 TL Ras-el-Hanout

½ TL Kreuzkümmel

Saft einer ½ Zitrone oder ein Stückchen Salzzitrone

Wasser



Am besten ist zur Zubereitung ein Tajine-Topf geeignet, man kann aber auch einen großen Schmortopf nehmen.

Das Hackfleisch mit Ingwer, Paprika, Salz, Pfeffer, 2-3 *gepresste Zehen* Knoblauch, Petersilie und einer kleingeschnittenen Zwiebel vermengen. Dann zu kleinen Kügelchen formen (*etwa 25 Stück*) und zur Seite stellen.

Die anderen 2 Zwiebeln in Streifen schneiden und *mit 2-4 gehackten Zehen Knoblauch* in Olivenöl glasig anbraten. *Das Tomatenmark dazu* und das Ganze etwa 2-3 Minuten *wegen der Röstaromen* brutzeln lassen. Dann die in kleine Würfel geschnittenen Tomaten dazu. Mit einer Tasse Wasser ablöschen.

Mit Ingwer (*großzügig*), Salz, Pfeffer, *in feine Streifen geschnittener* Paprika, Ras-el-Hanout, Kreuzkümmel, Zitronensaft, Harissa, und *nach Geschmack gehacktem Koriander oder Petersilie* würzen.

Dann die Hackbällchen zugeben. Das Ganze ca. 10 Minuten zugedeckt köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist.

Die 3 Eier vorsichtig in die Sauce gleiten lassen (so, dass der Dotter ganz bleibt). Nochmals so lange köcheln lassen, bis die Eier gestockt sind.

Mit Fladenbrot servieren. *Echt lecker!!*

ArbeitszeitGesamtzeit

ca. 20 Minuten

ca. 20 Minuten

Schwierigkeitsgrad simpel

Kalorien p. P. ca. 706