

Gemüse-Tajine als Beilage zu Gegrilltem

- 4 Karotten
- Ca 600 g Kürbis
- 4 gelbe Rüben
- ½ - 1 Sellerieknolle
- 3 weiße Zwiebeln
- 4-5 Tomaten

Passata di Pomodoro

2 TL Umami-Paste Taste #5

Olivenöl "Terre dell'Abbazia"

- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 4 Schalotten, fein gehackt
- 1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
- 1 Bund Koriander, fein gehackt
- 1 Lorbeerblatt

Salz, Pfeffer

1 EL fein gehackter Ingwer

10 Safranfäden

1 KL Curcuma

1 Tasse Gemüsefond

1 EL klein geschnittene eingelegte Zitronen / ca. ein EL Zitronenöl



Das Gemüse ggf. schälen und in große Stücke schneiden.

Die Tomaten enthäuten und entkernen (Saft auffangen)

Aus der Petersilie, dem Koriander, 1/3 der Schalotten, dem Tomatensaft und 1-2 Tassen Passata di Pomodoro eine Mischung herstellen, mit Umami-Paste würzen und salzen

Den Knoblauch mit den restlichen Schalotten in Olivenöl in der Tajine / im Schmortopf anschwitzen, den Ingwer, den Safran, die eingelegten Zitronen und das Kurkuma dazu geben.

Dann schichtweise vorgehen: zuerst Kräutermischung, dann Gemüse, dann Tomaten und wieder von vorne. Den Abschluß sollen die Kräuter machen.

1 Tasse Gemüsefond angießen und das Ganze bei mittlerer Hitze ca. 1 Stunde schmoren lassen.

Immer wieder nachschauen und ggf. Wasser angießen, wenn die Masse zu trocken wird. Das Gemüse soll am Ende schön „geschmolzen“ sein

Beim Anrichten mit frischer Petersilie bestreuen

Mit Couscous oder einfach mit frischem Weißbrot bzw. als warme oder kalte Beilage zu Gegrilltem servieren.

