

Rezepte vom 10. Januar 2019



EatSmarter!

<https://eatsmarter.de/rezepte/gemuese-aus-der-tajine-0>

30 min

fertig in 1 h 5 min

leicht

Gemüse aus der Tajine

Zutaten

für Portionen

200 g

[Möhren](#)

200 g

[Süßkartoffeln](#)

200 g

[Kirschtomaten](#)

200 g

[Zucchini](#)

150 g

rote [Bete](#)

150 g

[Zwiebel](#)

2

[Knoblauchzehen](#)

[Salz](#)

1 ½ EL

[Paprikapulver](#)

1 TL

gemahlener [Kreuzkümmel](#)

½ TL

[Ras el-Hanout](#)

½ TL

schwarzer [Pfeffer](#)

4 EL

[Olivenöl](#)

150 ml

[Gemüsebrühe](#)

[Koriandergrün](#) zum Garnieren

Schritt 1/4

Die Möhren und Kartoffeln schälen und in mundgerechte, grobe Stücke teilen.

Schritt 2/4

Die Tomaten waschen und nach Belieben halbieren. Die Zucchini waschen, putzen und ebenfalls in mundgerechte Stücke teilen. Die Zwiebeln und Rote Bete schälen und in schmale Spalten schneiden.

Schritt 3/4

Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit den Gewürzen und 4 EL Öl verrühren.

Schritt 4/4

Das Gemüse (bis auf die Tomaten) mit dem Gewürzöl verrühren und in einer Tajine rundherum anbraten. die Brühe angießen und das Gemüse zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten schmoren lassen. Dann die Tomaten zugeben und weitere 5-10 Minuten schmoren lassen. Abschmecken, mit Koriandergrün bestreuen und servieren.

Batbout Rezept (<https://www.tajinewelt.com/batbout-rezept/>)

Das Batbout Rezept ist recht schnell zuzubereiten. Man sollte jedoch die **Ruhezeit für den Teig von etwa 30 Minuten mit einplanen.**

Zutaten für 4-6 Batbout Brote

500 g Mehl

100 g feiner Hartweizengries

1 TL Salz

½ Würfel Hefe

½ Teelöffel Zucker

350 ml warmes Wasser

Öl für die Pfanne

Etwas Gries zum Bestreuen der Arbeitsfläche

Zubereitung des Batbout Rezepts

1. Mehl und Gries in einer Rührschüssel miteinander vermischen.
2. In einer separaten Schüssel die Hefe zusammen mit dem Zucker im warmen Wasser auflösen.
3. Eine Mulde in das Mehl-Gries-Gemisch drücken und die Hefe-Mischung dort hineingeben. Dann alles zu einem gleichmäßigen Teig verkneten.

Den Teig etwa 30 Minuten abgedeckt bei warmer Temperatur ruhen lassen.

4. Die Arbeitsfläche mit Gries bestreuen und den Teig darauf nochmals mit den Händen durchkneten.
5. Den Teig in 4 – 6 gleichgroße Stücke unterteilen. Je nachdem wie groß man die Brote möchte.
6. Die Teigkugeln mit den Händen zu runden Fladen mit einer Dicke von etwa 2 cm plattdrücken.
7. Die Pfanne mit Öl bestreichen und die Fladenbrote darin von beiden Seiten goldbraun backen. Wer eine große Pizza- oder Crepespfanne hat, kann darauf gleich mehrere auf einmal backen.

Baklava - ein türkisches Gebäck

(<https://www.kleineskulinarium.de/2017/05/baklava-ein-tuerkisches-gebaeck/>)



[Drucken](#)

Für 1 [Blech von 42x29 cm](#)*

Zutaten

- 100 g Walnüsse
- 100 g Haselnüsse
- 100 g Mandeln
- 50 g Zucker
- ½ TL [Zimt](#)*
- 250 g Butter
- 400-450 g Yufka
- **Außerdem**
- 150 g Zucker
- 120 g Honig
- 150 ml Wasser
- ½ Zitrone, den Saft davon
- 30 g Pistazien, gehackt

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Die Walnüsse, Haselnüsse und Mandeln auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech ausbreiten und auf mittlerer Schiene ca. 8 Minuten rösten.
3. Aus dem Ofen holen und abkühlen lassen, anschließend in der Küchenmaschine zerhacken bis sie relativ fein sind und mit Zucker und Zimt vermischen.

4. Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen und abkühlen lassen.
5. Die Yufkablätter aus der Verpackung nehmen, die Form darauf stellen und die Yufkablätter nun auf die passende Größe zuschneiden.
6. Nun folgendermaßen schichten - ein Yufkablatt in die Form legen, mit etwas Butter beträufeln, das nächste Blatt darauf legen, wieder mit Butter beträufeln. Insgesamt besteht jede Schicht aus 5-6 Yufkablättern.
7. Nun $\frac{1}{3}$ der Nussmischung darauf verteilen.
8. Ein Yufkablatt darauf legen, mit Butter beträufeln und so die nächste Schicht à 5-6 Blätter machen.
9. Mit dem Rest der Nüsse, den Blättern und der Butter genau so verfahren.
10. Zum Schluss solltet ihr noch ca. 6-7 EL Butter übrig haben.
11. Insgesamt habt ihr nun 4 Schichten (à 5-6 Blätter) Yufka und 3 Schichten Nuss.
12. Mit einem scharfen Messer in Quadrate oder Rauten schneiden. Das erfordert ein bisschen Fingerspitzengefühl.
13. Den Rest der Butter großzügig darüber träufeln und nun für ca. 22-25 Minuten bei 200 Grad Ober-/Unterhitze auf mittlerer Schiene backen.
14. Die Oberfläche sollten schön gebräunt sein.
15. In der Zwischenzeit den Sirup herstellen. Dazu den Zucker, den Honig und das Wasser in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Nun den Saft der Zitrone dazugeben.
16. Das Baklava sofort nachdem es aus dem Ofen kommt, mit dem heißen Sirup übergießen. Dabei darauf achten, dass überall Sirup hinkommt.
17. Mit den Pistazien bestreuen und ca. 3-4 Stunden (besser über Nacht) durchziehen lassen.