



## Shakshuka mit Fladenbrot

Kreation Food-Buddy's



Zutaten für 4 Personen / Zeitaufwand ca. 45 Min.

- **800g Pelati oder sehr reife schmackhafte Tomaten (6Stk.)**
- **1 kleine rote Chili entkernt**
- **2 Spitzpaprika in Würfel klein geschnitten**
- **1TL Kreuzkümmel**
- **½ TL Zimt**
- **Fleur del Sel**
- **Pfeffer aus der Mühle**
- **4 Eier**
- **3-4EL Olivenöl extra vergine**
- **4 Knoblauchzehen fein gehakt**
- **½ Bund glatte Petersilie grob gezupft oder geschnitten**

Die Pelati grob schneiden. Den Knoblauch und die Chili fein hacken. Die glatte Petersilie grob zupfen. Den Spitzpaprika in kleine Würfel schneiden. In einer hohen Bratpfanne etwas Olivenöl hineingeben, die Chili, den Spitzpaprika und den Knoblauch darin kurz anschwitzen. Die Pelati oder Tomaten dazugeben. Kurz aufkochen, Hitze etwas reduzieren und ca 20 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit mit dem Fleur del Sel, Pfeffer, Zimt und Kreuzkümmel kräftig und nach Gusto würzen.

Mit einem Esslöffel 4 Mulden in die Tomaten drücken. Je ein Ei hineingeben. Mit einer umgedrehten Kelle das Eiweiss in 8ter Bewegung vorsichtig verrühren. Achtung! Das Eigelb dabei nicht verletzen. Die Pfanne zudecken und ca. 5 Minuten poschieren. Das Eigelb sollte innen noch flüssig sein. Zum Schluss die glatte Petersilie darüber geben und direkt in der Pfanne servieren.

Dazu habe ich ein köstliches, knuspriges Fladenbrot (natürlich selbstgemacht) gereicht. Einfach das Brot aufbrechen, in die Sauce dunken und direkt von der Pfanne in den Mund. Yammi. Himmlisch!

Nun, ganz viel Spass beim Nachkochen diese wunderbaren, einzigartigen Israelischen Köstlichkeit.

**Food-Buddy's**

**Ralph**