

Vegetarische Shakshuka Tassen



- 1 Rolle Blätterteig ✓
- 1 große Zwiebel ✓
- 2 Knoblauchzehen ✓
- 2 rote Paprika ✓
- 800g stückige Tomaten aus der Dose ✓
- 1 Bund glatte Petersilie ✓
- 2 EL Tomatenmark ✓
- 2 EL Olivenöl ✓
- 1 TL Harissa - Paste ✓
- 2 TL Paprikapulver ✓
- 1 TL Kreuzkümmel ✓
- Salz & Pfeffer ✓
- 1 Muffinblech ✓
- So viele Eier wie Formen im Blech ✓

Zunächst kümmern wir uns um die Shakshuka. Dafür schält ihr Zwiebel und Knoblauch und hackt sie fein. Die Paprikaschoten werden ohne Kerne in kleine Streifen geschnitten.

In einer Pfanne schwitzt ihr nun diese Zutaten bei mittlerer Hitze an. Danach fügt ihr das Tomatenmark, Paprikapulver, Kreuzkümmel und Harissa - Paste hinzu und lasst alles kurz mit anrösten.

Abgelöscht wird mit den Dosentomaten. Das ganze lasst ihr nun für 15 Minuten köcheln und bereitet in der Zeit eure Tassen vor.

Dafür legt ihr ein Muffinform bereit und schneidet aus dem Teig kleine Quadrate, welche ihr doppelt und leicht überlappend (siehe Foto) in die Kuhlen der Form legt. Das Ganze packt ihr für ca. 10 Minuten bei 200°C Umluft in den Ofen. Nun nehmt ihr die Form wieder heraus und füllt ihr so viel Shakshuka in die Blätterteigtassen, dass noch Platz für´s Ei bleibt, welches ihr dann hineingleiten lasst. Nun nochmal für weitere 10 Minuten in den Ofen schieben und nach kurzem Abkühlen, die fertigen Shakshuka-Tassen mit Petersilie garniert anrichten.

Sollte Shakshuka übrig bleiben, kann man dies wunderbar noch am nächsten Tag verwenden und mit Brot dippen. Klassischerweise auch in der Pfanne mit weiteren Eiern zubereiten.



LUST AUF MEHR?

EINFACH AUF UNSEREM BLOG SONNENPARK HOME

[HTTPS://HOME.SONNENPARK.DE](https://home.sonnenpark.de) VORBEISCHAUEN