



CHEFKOCH.DE



## Kürbis - Feigen - Tajine

Knoblauch, Ingwer und Raz al Hanout in der Küchenmaschine pürieren, Olivenöl in einer Tajine oder in einem großen Topf mit dickem Boden erhitzen und die Zwiebeln darin anbraten. Die Knoblauchmischung und Harissa oder Piment dazugeben und kurz mitbraten. Dann die Kürbiswürfel zufügen, alles gut durchrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung etwa zehn Minuten kräftig braten, eventuell etwas Gemüsebrühe zufügen. Feigen und die Hälfte des Joghurts dazugeben. Das Gericht weitere fünf bis zehn Minuten unter Rühren schmoren.

Den restlichen Joghurt mit dem fein geschnittenen Koriander und etwas Salz und Pfeffer verrühren und zum warmen Eintopf reichen.

**Arbeitszeit:** ca. 30 Min.  
**Schwierigkeitsgrad:** normal  
**Kalorien p. P.:** keine Angabe



### Zutaten für 4 Portionen:

<b>2</b>	Knoblauchzehe(n), geschält
<b>1 cm</b>	Ingwer, geschält
<b>2 TL</b>	Gewürzmischung, nordafrikanische (Raz el Hanout)
	Olivenöl
<b>2</b>	Zwiebel(n), rote, geschält und in Ringe geschnitten
<b>1 Msp.</b>	Harissa oder Piment nach Geschmack
<b>1 kg</b>	Kürbis(se), (Hokkaido) in 2 cm große Würfel geschnitten
<b>1 Bund</b>	Koriandergrün, fein gehackte Blättchen
	Salz und Pfeffer, frisch gemahlener
<b>500 g</b>	Feige(n), frische, halbiert
<b>100 g</b>	Joghurt, (Sojaghurt)
<b>1 evtl.</b>	Gemüsebrühe

**Verfasser:** Gelöschter Benutzer