

Rote-Bete-Shakshuka mit Feta,

Eiern und geröstetem Ciabatta

Bio Kochbox KW 41



KI generiert

Rote-Bete-Shakshuka mit Feta, Eiern und geröstetem Ciabatta



KI generiert

MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

500 g Rote Bete
1 Dose Tomatenstücke
150 g Feta
2 gelbe Zwiebeln
1 Ciabatta
250 ml Gemüsebrühe
1 Bund Petersilie

Eigener Vorrat:

4 Eier
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
1 TL Zucker
Salz, Pfeffer
Kreuzkümmel
geräuchertes Paprikapulver
Chiliflocken

Zubereitung:

Die Rote Bete gründlich waschen, schälen und auf der groben Seite einer Reibe raspeln. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden, den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Den Feta abtropfen lassen und grob zerbröseln. Olivenöl in einer großen tiefen Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin mehrere Minuten weich braten, Knoblauch kurz mitbraten und die Rote-Bete-Raspel zufügen. Kreuzkümmel, geräuchertes Paprikapulver und Chiliflocken einstreuen und kurz mitrösten. Tomatenstücke und Gemüsebrühe angießen, Zucker, Salz und Pfeffer zufügen und die Mischung offen 15–20 Minuten köcheln lassen, bis die Rote Bete weich und die Sauce dicklich ist. Mit einem Löffel vier Mulden in die Sauce drücken, die Eier einzeln aufschlagen und jeweils in eine Mulde gleiten lassen. Den Feta zwischen den Eiern verteilen, die Pfanne abdecken und die Eier bei niedriger bis mittlerer Hitze stocken lassen, bis das Eiweiß fest und das Eigelb noch weich ist. Währenddessen das Ciabatta in breite Streifen schneiden, auf ein Backblech legen, mit wenig Olivenöl beträufeln und im auf 200 °C vorgeheizten Backofen etwa acht Minuten rösten, bis die Kanten knusprig sind. Die Shakshuka mit Petersilie bestreuen und zusammen mit dem heißen gerösteten Ciabatta servieren.