



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

"ZAALOUK"

Fisch à la "TCHERMILA"

Lammkeule in Würfeln mit Bohnen

Hähnchen à la "TCHOUTCHOUKA"

Sesamgebäck "GHORIBA DIAL JANJLANE"

Zutaten:

Zubereitung:

Hähnchen à la "TCHOUTCHOUKA"

5 Stk.	Pouletschenkel	
2 Stk.	Zwiebeln	
1 Stk.	Knoblauchzehe	ausgepresst
1 Bund	Koriander	gehackt
1 TL	Pfeffer	
1/4 Glas	Oliveöl	

500 g	Peperoni	
500 g	Tomaten	
1 Bund	Petersilie	gehackt
1 Bund	Koriander	gehackt
2 Stk.	Knoblauchzehen	pressen
1 EL	Rosenpaprika	
1/2 TL	Kümmel	
1/4 TL	Salz	

Für 5 Personen

Pouletschenkel gehäutet in einen Topf mit Deckel geben. Die Zwiebeln in Scheiben schneiden und über das Fleisch schichten. Knoblauch, Koriander, Olivenöl und Wasser in den Topf geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschliessend 30 bis 40 Minuten bei mittlerer Hitze und halbzugedektem Deckel köcheln. Während der Garzeit Tchoutchouka zubereiten.

Peperoni schälen und den grösseren Teil in Würfel schneiden. Den Rest in Streifen schneiden und beiseite stellen.

Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Peperoni- und Tomatenwürfel zusammen mit den Kräutern und Gewürzen in einer grossen Pfanne 30 bis 35 Minuten auf mittlerer Flamme kochen bis der Saft absorbiert ist. Gelegentlich umrühren. Die beiseite gestellten Peperonistreifen in einer Bratpfanne in heissem Öl rösten.

Die Hähnchenteile in eine Schüssel legen, mit Tchoutchka bedecken und mit der Sauce übergiessen. Mit den gerösteten Peperonistreifen garnieren.