



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:

"ZAALOUK"

500 g Auberginen

250 g Tomaten
1 Bund Petersilie
4 Stk. Knoblauchzehen
1 EL Rosenpaprika
1/2 TL Kümmel
1/4 Glas Olivenöl
1/4 TL Salz

Als Appetizer für 6 - 8 Personen

Auberginen in 3 x 3 cm grosse Stücke schneiden und in Salzwasser kochen. Abtropfen lassen und mit einer Gabel zerdrücken. 10 bis 15 Minuten verrühren.

Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Petersilie hacken und die Knoblauchzehen pressen. Alles in die Pfanne zu den Auberginen geben und aufkochen. Gewürze und Öl zufügen und mit Salz abschmecken. Mit dem Stabmixer pürieren. Kann warm zu Fleisch, oder gekühlt als Appetizer mit Fladenbrot, serviert werden.