



Michael Franzke kocht das Gericht von Nydal Chamma

Weihnachtliche Hähnchen-Tajine mit Couscous

Zutaten für zwei Personen

Für die Tajine:

- 500 g Hähnchenbrustfilet
- 400 g Dosentomaten
- 2 große Möhren
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 150 g getrocknete Aprikosen
- 2 cm Ingwer
- 300 ml Geflügelfond
- 2 EL Sojasauce
- 1 TL gemahlener Koriander
- 1 TL gemahlener Kurkuma
- 1 EL Zimt
- 2 EL Olivenöl

Das Hähnchenfleisch waschen, trockentupfen und in 2,5 Zentimeter große Stücke schneiden.

Knoblauch und Zwiebel abziehen und zusammen mit den Möhren und Tomaten kleinschneiden. Zum Marinieren das Fleisch mit 1 TL geriebenem Ingwer, Zimt, Koriander und Kurkuma einreiben und ziehen lassen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das marinierte Hähnchenfleisch auf heißer Stufe anbräunen, anschließend alles in einen Topf geben. Die Hitze reduzieren und Zwiebel, Knoblauch und Möhren zum Hähnchen dazugeben. 15 Minuten garen, danach Aprikosen, Tomaten, Geflügelfond und Sojasauce hinzufügen. Alles zusammen aufkochen.

Für den Couscous:

- 250 g Couscous
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Chilischote
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL Kreuzkümmelpulver
- ½ TL Zimtpulver
- Neutrales Öl, zum Braten
- Salz, aus der Mühle
- Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und mit der Chili klein schneiden. Alles zusammen in einer Pfanne mit Öl anbraten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten. Mit einer Tasse Wasser ablöschen, Fond hinzugeben und den Couscous darin kochen.

Couscous in die Tajine-Form füllen, darauf das Fleisch anrichten.

Das Gericht in der Tajine auf Tellern anrichten und servieren.