

---

**Typ:** Gemüse

**Quelle:** Ghillie Başan: Vegetarische Tagine & Couscous, S.

\*\*\*

**Bemerkungen:** Diese ländliche Tagine wird meist mit frisch gebackenem Fladenbrot oder mit knusprigem, noch warmem Brot serviert. Wenn Sie Kichererbsen aus der Dose verwenden, ist die Tagine in 15-20 Minuten zubereitet - ideal als schnelles Mittag- oder Abendessen. Dazu die Kichererbsen nur abspülen und in einem Sieb abtropfen lassen.

**Zutaten:**

FÜR 3-4 PORTIONEN

1 EL Ghee, Smen oder Arganöl; alternativ 1 EL Olivenöl mit 1 EL Butter

1 Zwiebel, geschält und fein gehackt

2 Knoblauchzehen, geschält und fein gehackt

2-3cm frischer Ingwer, geschält und fein gehackt,

1 TL Kreuzkümmelsamen

250 g Kichererbsen (Trockenware), über Nacht eingeweicht, in frischem Wasser ohne Salz ca. 40-60 Min. gegart, abgespült und abgetropft

1 TL Kurkumapulver

1-2 EL Ras el-Hanout

500 g Spinat, geputzt und grobe Stiele entfernt

150 ml Wasser

Meersalz und schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

2-3 TL dickcremiger Joghurt

1 TL Paprikapulver

Arganöl nach Geschmack

**Rezept:**

1. Ghee in einer Tagine oder Kasserolle erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Kreuzkümmelsamen leicht darin rösten, bis sie Farbe annehmen.

2. Kichererbsen in der Zwiebelmischung wenden. Kurkuma und Ras el-Hanout dazugeben. Anschließend grob zerpflückte Spinatblätter und Wasser unterrühren.

3. Deckel auflegen, bei geringer Hitze 10-15 Min. garen. (Backofen, 180°; 30 min)

4. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Einen Klecks Joghurt daraufgeben, mit Paprikapulver bestäuben und mit Arganöl nach Geschmack beträufeln. Die Tagine sofort servieren.