

## GEMÜSE-TAJINE MIT DÖRRPFLAUMEN

---

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Einweichen: ca. 12 Std.

Schmoren: ca. 50 Min.

Für einen Brattopf mit Deckel

---

**200 g getrocknete Kichererbsen**, ca. 12 Std. eingeweicht, abgetropft

**500 g Tomaten**, entkernt, in Würfeln

**400 g Sellerie**, in ca. 2 cm grossen Würfeln

**200 g Rüebli**, in ca. 2 cm grossen Würfeln

**100 g entsteinte Dörrpflaumen**

**3 rote Zwiebeln**, in Streifen

**3 Knoblauchzehen**, in Scheibchen

**2 Zweiglein Thymian**

**1 Zimtstange**, halbiert

**1 EL Paprika**

**½ TL Kreuzkümmel**

**1 Briefchen Safran**

**wenig Cayennepfeffer**

**3 dl Gemüsebouillon**

**Butterflöckli**

---

**1.** Brattopf ohne Deckel in die untere Hälfte des kalten Ofens schieben. Ofen auf 180 Grad vorheizen.

**2.** Kichererbsen und alle Zutaten bis und mit Cayennepfeffer mischen, in den heissen Brattopf geben. Bouillon dazugiessen, Butterflöckli darauf verteilen.

**3. Schmoren:** zugedeckt ca. 50 Min.

**Tipps:** Statt getrocknete Kichererbsen 1 Dose (ca. 400 g), abgespült, abgetropft, verwenden. Statt einen Brattopf mit Deckel eine Tajine verwenden.

**Dazu passt:** Couscous, Fladenbrot, Reis.

**Portion:** 276 kcal, E 14 g, Kh 46 g, F 4 g

