



Grüne Shakshuka

TIPP
Wer möchte, kann für die letzten Minuten im Ofen auch das Brot dazu legen und direkt frisch aufbacken.

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 4 GUTSGLÜCK Eier (M)
- 2 ERNTEKRONE Knoblauchzehen
- 2 ERNTEKRONE Frühlingszwiebeln
- 1 ERNTEKRONE Zucchini
- 1 ERNTEKRONE Paprika (grün)
- 300 g BIO SONNE Blattspinat
- 200 ml BIO SONNE Gemüsebrühe
- 2 EL BELLUCCINO Olivenöl
- 2 EL LANDFEIN Joghurt
- 1 TL COOK! Kümmel
- ½ TL Salz
- 1 Prise COOK! Chili
- 1 Prise COOK! Pfeffer
-
- 200 g Feta
- BIO SONNE frische Kräuter nach Wahl
- Brot nach Wahl

ZUBEREITUNG:

1. Zunächst den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen und das frische Gemüse wählendessen putzen und grob würfeln.
2. Den Knoblauch schälen, fein hacken und den Feta zerbröseln und beiseite stellen.
3. In einer ofenfesten Pfanne das Olivenöl erhitzen und den Knoblauch samt Zucchini leicht anbraten - die Gewürze dazugeben und kurz mit rösten.
4. Dann den angetauten Spinat hinzufügen und alles 5 Minuten köcheln lassen.
5. Mit Gemüsebrühe angießen, einmal aufkochen und mit Joghurt verfeinern.
6. Zum Schluss die Paprika und Frühlingszwiebeln untermischen - mit einem Kochlöffel vier kleine Mulden formen und die rohen Eier hineingeben.
7. Das Shakshuka dann für 10-15 Minuten im Ofen backen, bis die Eier die gewünschte Konsistenz haben.
8. Vor dem Servieren Feta und frisch gehackte Kräuter darüber verteilen.