

Kochen

Eberhard Braun

Montag, 30.08.2021

Tomatenragout mit Spiegeleiern und Maultaschen (Schwäbische Shakshuka) Für 4 Personen

Zutaten

2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 Paprikaschoten, rot
3 Dosen Tomaten, (à ca. 400 g)
3 EL Sonnenblumenöl
3 EL Tomatenmark
3 TL Raz el Hanout (orientalische Gewürzmischung)
etwas Salz
etwas Pfeffer
etwas Zucker
4 Maultaschen (Kühlregal)
4 Eier (Größe M)
1 Bund Petersilie

Für den Salat

1 Kopf Eichblattsalat
0,5 Salatgurke oder 2 Frühstücksgurken
0,5 Knoblauchzehe
1 Bund Basilikum
50 ml Apfelessig
50 g Apfelmus (ungezuckert)
100 ml Traubenkernöl oder Rapsöl
1 EL Feigensenf
1 TL abgeriebene Biozitrone Schale
etwas Salz
etwas Pfeffer



Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Paprika putzen, halbieren, entkernen. Paprika in feine Streifen schneiden.
2. Öl in einem Topf erhitzen Zwiebel und Knoblauch darin glasig andünsten. Tomatenmark und Raz el Hanout unterrühren und kurz mitrösten.
3. Paprikastreifen ebenfalls zugeben und weitere ca. 2 Minuten dünsten. Tomaten zugeben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und alles ca. 15 Minuten einköcheln lassen.
4. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
5. Die Maultaschen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.
6. Eine ofenfeste Form (oder mehrere kleine Förmchen) fetten. Etwa zwei Drittel der Maultaschen in der Form verteilen. Tomatenragout darübergerben.
7. Mit einem Löffel vier Kuhlen in die Soße drücken. In jede Kuhle ein Ei gleiten lassen.
8. Das Tomatenragout auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten backen, bis die Eier gestockt sind.
9. Das Ragout herausnehmen und die übrigen Maultaschen darauf verteilen. Alles weitere ca. 10 Minuten im Ofen backen.
10. **Inzwischen für den Salat** Eichblattsalat und Gurke putzen und fein schneiden.

Knoblauchzehe abziehen. Basilikum abbrausen, trockenschütteln.

11. Knoblauch, Basilikum, Essig, Apfeimus, Öl, Senf, Zitronenschale, Salz und Pfeffer in ein hohes Gefäß geben und fein mixen. 5 Minuten ruhen lassen und abschmecken.

12. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.

13. Salat mit dem Dressing mischen. Tomatenragout aus dem Ofen nehmen. Mit Petersilie bestreuen und sofort mit dem Salat servieren.

Tipp: Die Tomatenragout wird auch fein, wenn statt frischer Paprika, eingelegte, gehäutete Paprika verwendet werden.