Alpines Shakshuka mit Sauerteigbrot



Dauer: Schnell

Kategorie: Hauptspeisen

Saison: Ganzjährig

Für: 4 Personen

Verfasst von: Marion Riepler

Zutaten

1 STUECK	Zwiebel
2 STUECK	Knoblauchzehen
100 G	magerer Speck (gewürfelt)
1 STUECK	rote Paprika
100 ML	Gemüsebrühe
400 G	Tomaten in Würfeln
2 EL	Tomatenmark
100 G	Käse (gerieben)

4 STUECK	Eier
150 G	Topfen
1 TL	Rapsöl
1 TL	Paprikapulver
1 TL	Kümmel
	Salz
	Pfeffer
	Petersilie
8 STUECK	Sauerteigbrot

Zubereitung

1. Speck anbraten

Öl in einer großen Pfanne erhitzen und den Speck knusprig anbraten.

2. Zwiebel & Knoblauch

Zwiebel fein würfeln, Knoblauch hacken und kurz mitbraten.

3. Gemüse & Sauce

Paprika schneiden und mit Tomaten und Tomatenmark einrühren.

Mit Gemüsebrühe aufgießen und etwa 10 Minuten köcheln lassen.

4. Würzen & verfeinern

Dazu Topfen unterrühren und mit Paprikapulver, Kümmel, Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Eier garen

Vier Mulden in die Sauce drücken, Eier hineinschlagen.

Abgedeckt 5–8 Minuten garen, bis das Eiweiß fest ist.

6. Käse darüberstreuen und kurz schmelzen lassen.

7. Mit Petersilie bestreuen und mit Roggensauerteigbrot servieren.

Orientalischer Klassiker trifft Salzburg: Eier, Speck, Gemüse und Topfen werden zu einer würzigen Shakshuka aus der Pfanne – am besten mit Roggensauerteigbrot.

Tipps für ein besseres Ergebnis

- Nicht zu stark kochen, nachdem die Eier in der Pfanne sind →sonst werden sie trocken
- Wer es würziger mag: etwas Chili oder scharfes Paprikapulver ergänzen
- Vegetarische Variante: Speck einfach weglassen

Dazu passt **Roggensauerteigbrot**, weil es innen schön **dicht und saftig** ist und außen eine knusprige Kruste hat – ideal, um die würzige Tomaten-Paprika-Sauce aufzusaugen. Wie du es selbst backst, zeigt dir Erika Schwab-Röck, Salzburger Seminarbäuerin – Rezept entdecken

Ei ist nicht gleich Ei: Entdecke, warum es als echtes Nährstoffwunder gilt – und was wirklich drin steckt. Jetzt die ganze Genussgschicht lesen!