

REZEPT



LAMM TAJINE
MIT
PFLAUMEN

BIO TAJINE GEWÜRZ N° 755



RIMOCO GEWÜRZMANUFAKTUR

www.rimoco.de



ZUTATEN

4 PORTIONEN

VORBEREITUNG | 20 MIN.

KOCHZEIT | 120 MIN.

1 kg mageres Lammfleisch
(aus der Schulter, vom Hals
oder Schlegel)
3 EL Bio Tajine Gewürz N°755
Saft von 2 Mandarinen
(alternativ Saft von 1 Orange)
5 EL Olivenöl
2 TL Butter
2 rote Zwiebeln
2 EL Mehl
3 Knoblauchzehen
2 EL Tomatenmark
2 Dosen gehackte Tomaten
500 ml Fleischbrühe
2 Bio Ceylon
Zimtstangen N°929
250 g Trockenpflaumen
1 Dose Kichererbsen
1 EL Honig
Salz, Pfeffer
250 g Couscous
100 g Mandelblättchen
1/2 Bund frischer Koriander

WEITERE REZEPTE
www.rimoco.de

ZUBEREITUNG

1. Lammfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und in einer Schüssel mit Tajine Gewürz oder Ras El Hanout und Mandarinen- oder Orangensaft mischen. Bedeckt mindestens 30 Minuten marinieren lassen.
2. Ofen auf 175 Grad vorheizen. Zwiebeln halbieren und in feine Ringe schneiden. 1 EL Olivenöl und 1 TL Butter in einem Schmortopf erhitzen und die Hälfte des Lammfleisches darin rundherum scharf anbraten. In eine Schüssel geben und mit der anderen Hälfte genauso verfahren. Hitze runterschalten und die Zwiebelringe in 1 EL Olivenöl glasig dünsten. Mit Mehl bestäuben, zerdrückten Knoblauch und Tomatenmark dazugeben und kurz mit anbraten.
3. Lammfleisch, gehackte Tomaten, Fleischbrühe und Zimtstangen in den Schmortopf geben. Den Deckel auf den Topf legen und das Fleisch im Ofen etwa 1,5 Stunden sanft köcheln lassen.
4. Trockenpflaumen in kleinere Stücke schneiden und zusammen mit den Kichererbsen und dem Honig unter das Fleisch rühren. Zugedeckt weitere 30 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Kurz vor Ende der Garzeit Couscous in eine Schüssel oder einen Topf geben, mit 300 ml kochendem Wasser bedecken und 10 Minuten ziehen lassen. Die restlichen 2 EL Olivenöl und etwas Salz unterheben.
6. Mandelblättchen in einer Pfanne anrösten.
7. Couscous und Lamm Tajine auf vier Tellern verteilen und mit den Mandelblättchen und gehacktem Koriander bestreuen.