

CREMA CATALANA

4

PERSONEN

30

MINUTEN



CREMA CATALANA

ZUTATEN

100 ml Milch

300 ml Vollrahm

1 Zimtstange

Schale von einer Zitrone

Schale von einer Orange

2 Eier

50 g Zucker

1 Pkg. Vanillezucker

Für den Karamell:

80 ml Wasser

50 g Zucker

ZUBEREITUNG

Zitrusfrüchte waschen, trocknen und schälen. Milch, Vollrahm, die Zimtstange und die Schale der Zitrusfrüchte gemeinsam langsam erhitzen, bis es heiss ist (nicht kochen). Die Zimtstange und die Schalen herausnehmen und 15 Minuten abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit die Eier mit dem Zucker und dem Vanillezucker in einer Schüssel cremig aufschlagen. Nun die warme Milch unter ständigem Rühren in die Zucker-Ei-Masse giessen und nochmals gut vermengen.

Die Masse wieder in den Topf giessen und unter ständigem Rühren auf kleiner Hitze langsam erhitzen (nicht kochen). In kleine Schälchen füllen und kaltstellen.

Karamell:

Entweder mit Zucker bestreuen und mit einem Flambierbrenner karamellisieren oder Wasser mit Zucker langsam erhitzen bis es sich goldbraun färbt und sofort über der kalten Creme verteilen.

TAJINE DE POLLO

4

PERSONEN

45

MINUTEN



TAJINE DE POLLO

ZUTATEN

1 grosse Zwiebel	1 Prise Kurkuma gemahlen
1 mittelgrosse Zucchini	Suppenfond
frisch geriebener Ingwer	100 g Dörrpflaumen
800 g Pouletfilet	Salz und Pfeffer
50 g Mandeln blanchiert	Olivenöl
2 Knoblauchzehen	
1 Prise Zimt gemahlen	250 g Couscous
½ TL Ras El Hanout Gewürz	500 ml Wasser

ZUBEREITUNG

Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden, Zucchini waschen, halbieren und in Scheiben schneiden, Ingwer schälen und raspeln. Pouletfilet in Würfel schneiden, salzen und pfeffern.

Zuerst die Zucchinis Scheiben mit etwas Öl in einer Pfanne anrösten und herausnehmen. Danach die Mandeln anrösten und auch diese wieder herausnehmen. Nun die Zwiebel in der Pfanne anbraten und 2 Knoblauchzehen dazu pressen. Das gewürfelte Pouletfilet dazugeben und mit allen Gewürzen kurz anrösten. Mit Suppenfond aufgiessen und 30 Minuten zugedeckt schmoren.

Die Dörrpflaumen, Zucchinis Scheiben und die gerösteten Mandeln dazugeben und weitere 5 Minuten schmoren.

In der Zwischenzeit den Couscous mit kochendem Wasser übergießen und 5-10 Minuten quellen lassen.

Zu guter Letzt Couscous und Tajine vermengen und anrichten.