Äthiopisches Festmahl Doro Wot mit Huhn & Ei

Präsentiert von:
Handelshof
Der Frische-Profi
Genuss
Rezept der Woche

Eine wahre Geschmackexplosion erwartet Sie bei diesem Gericht. Doro Wat ist ein klassischer Eintopf mit Huhn und Eiern aus Äthiopien und wenn Sie ihn einmal gekostet haben, wollen Sie garantiert mehr davon: Herrlich pikant, fruchtig-tomatig und mit einer exotischen Gewürzkombi, die man einfach auf der Zunge lieben muss. Ein kleines bisschen Vorbereitung braucht das Rezept aber, das Gute ist: Würzbutter und Berbere-Gewürz (wenn man es nicht im Handel bekommt) kann man einmalig herstellen und dann über Monate aufbewahren und immer wieder nutzen (auch zu anderen leckeren Rezepten).

Zutaten — **Portionen: 4**

4	Hähnchenoberkeulen & 4 Eier
1	Stück Ingwer (ca. 70 g)
2	Knoblauchzehen & 2 Zwiebeln
1 EL	Tomatenmark
500 ml	Hühnerbrühe & 3 EL Niter Kibe-Würzbutter (s. unten)
400 g	Tomaten, geschält (aus der Dose)
2 TL	Berbere-Gewürz (s. unten) & 2 TL Paprikapulver
Etwas	Salz und Pfeffer & 4 Lorbeerblätter



Zubereitung: So wird's gemacht

■ Die **Eier** in einem Topf voll Wasser oder im Eierkocher ca. 7 Minuten wachsweich kochen. Abkühlen lassen, anschließend pellen und beiseite stellen.

■ **Ingwer**, **Zwiebeln** und **Knoblauch** schälen und jeweils fein hacken.

■ **Hähnchenkeulen** mit Wasser abspülen, trocken tupfen. Mit **Salz** und **Berbere-Gewürzmischung** (s. unten) bestreuen.

■ In einer tiefen Pfanne oder einem Bräter **2 EL Niter-Kibe-Gewürzbutter** (s. unten) schmelzen lassen und die Hühnerkeulen darin dann scharf anbraten – von beiden Seiten.

■ **Hähnchenkeulen** aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Wieder **1 EL Niter Kibe** in die Pfanne geben. Gehackten Ingwer, Knoblauch und Zwiebeln zugeben, schön anschwitzen.

■ **1 EL Tomatenmark** dazugeben und mit anbraten lassen. Dann jeweils **2 TL Paprikapulver** und **2 TL Berbere** (wer es schärfer mag, gibt noch Chili dazu) hinzufügen und umrühren. Direkt mit **500 ml Hühnerbrühe** und den **Tomatenstücken aus der Dose** ablöschen.

■ **Backofen** auf 200 Grad vorheizen. **Hühnerkeulen** und **Lorbeerblätter** hinzufügen. Wer Nelkengeschmack liebt, fügt noch zwei **Gewürznelken** hinzu.

■ Tiefe Pfanne/ Bräter **in den Ofen stellen und abdecken**, 40 Minuten schmoren lassen, dann Deckel oder Alufolie entfernen und noch mal **15 Minuten offen garen**.

■ Gericht aus dem Ofen nehmen, die **Eier** in die heiße Sauce legen. Traditionell wird Doro Wot mit säuerlichem Fladenbrot Injera gegessen. Das ist nicht ganz unkompliziert in der Zubereitung. Es passen aber auch **Reis**, **normales Fladenbrot** oder **Couscous/Bulgur**.

Fotos: iStockphoto/Getty, Shutterstock; Weitere Rezepte unter www.handelshof.de/express-rezepte

Das Küchen-Lexikon

Berbere & Niter Kibe selbst machen

Berbere ist eine Gewürzmischung, die charakteristisch ist für die äthiopische Küche. Man kann sie selbst zusammenstellen, es gibt kein einheitliches Rezept. Dafür mischt man z. B. Kreuzkümmel, Koriandersamen, ein paar Gewürznelken (ruhig vier bis fünf), etwas Bockshornklee und Piment, etwas Zimt und Paprikapulver sowie Cayennepfeffer, Salz und Kurkuma (alles gemahlen oder man mahlt es selbst frisch) zusammen. In ein Glas füllen, hält ewig.

Für die **Würzbutter Niter Kibe** 1 rote Zwiebel, 2 Knoblauchzehen und ein zwei Zentimeter langes Stück Ingwer hacken. 500 g Butter in einer Pfanne schmelzen, bis Blasen aufsteigen. Gehacktes Gemüse





und 1 TL Kurkuma, 4 Kardamomkapseln, 1 Stange Zimt, 2 Nelken, 1 Prise Muskat, 1/2 TL Bockshornklee und 1 TL Oregano hinzufügen. Hitze reduzieren. Offen köcheln, bis die Oberfläche transparent ist und die Milchflocken auf den Topfboden gesunken sind (ca. 45 Minuten). Butter dabei nicht bräunen.

Flüssige Butter durch einen Teebeutel in ein Gefäß mit Schraubdeckelgläser füllen und verschließen. Hält bis zu drei Monaten im Kühlschrank.