

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 05. Januar 2026** ▪
Leibgericht mit Zora Klipp



Katharina Hecker

Mujadara: Libanesischer Linsen-Reis-Eintopf mit Minz-Joghurtsauce, frittierten Schalotten und gerösteten Pinienkernen

Zutaten für zwei Personen

Für das Mujadara:

120 g Basmati
 120 g rote Linsen
 4 Schalotten
 2 Knoblauchzehen
 6 g Ingwer
 500 ml Gemüsefond
 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
 1 TL gemahlener Zimt
 ½ TL gemahlener Piment
 1 TL gemahlener Kurkuma
 2 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und fein hacken. Gemeinsam mit den Gewürzen 2-3 Minuten in Olivenöl rösten, bis die Schalotten weich sind. Linsen und Reis kurz mit anschwitzen, dann mit Fond ablöschen und 15 Minuten köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Für die Schalotten:

1 kleine Schalotte
 Neutrales Öl, zum Frittieren

Schalotte abziehen, in feine Ringe schneiden und in heißem Öl in einer Pfanne knusprig goldbraun ausfrittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Sauce:

1 Zitrone, Saft & Abrieb
 180 g griechischer Joghurt
 1 Bund Minze
 Salz, aus der Mühle

Zitronenschale abreiben, anschließend Zitrone halbieren und auspressen. Joghurt mit Zitronensaft, Zitronenabrieb und Salz abschmecken. Minze hacken und die Hälfte dazu geben, die andere Hälfte zum Garnieren beiseitelegen.

Für die Pinienkerne:

30 g Pinienkerne

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten, bis sie goldbraun sind.

Das Mujadara in tiefen Tellern anrichten und mit Pinienkernen und Minze garnieren, den Joghurt in einer Schale daneben anrichten und servieren.