

Inhalt

(V): veganes Gericht

Vorwort 7

Vorspeisen

- Junge Möhren mit Honig und Lavendelblüten 10
- Ei auf Tomaten-Paprika-Sauce 12
- Möhren mit Koriander und Limette (V) 14
- Fein gewürzte Aubergine mit Spiegelei 16
- Kartoffeln mit buntem Gemüse und Datteln (V) 18
- Fenchel mit Tomate und Thymian (V) 20

Hauptgerichte

- Süßkartoffel-Möhren-Tajine mit Couscous (V) 22
- Pilz-Spinat-Tajine mit Feta und Ei 24
- Frühlingsgemüse-Tajine mit Ingwer und Orangensaft (V) 26
- Petersilienwurzel-Auberginen-Paprika-Tajine mit Tomaten 28
- Zucchini-Möhren-Tajine mit Veggiebällchen und Kartoffeln 30
- Artischocken-Zucchini-Tajine mit Bohnen (V) 32
- Rauchige Auberginen-Tajine mit Aprikosen 34
- Orientalische Tajine von gefülltem Gartengemüse (V) 36
- Süßkartoffel-Tajine mit Spinat (V) 38
- Paprika-Sellerie-Tajine mit Honig und Datteln 40
- Wurzelgemüse mit Granatapfelkernen 42
- Orientalische Quinoabällchen mit Frühlingsgemüse (V) 44

- Auberginen-Zucchini-Paprika-Tajine mit Süßkartoffel (V) 46
Marokkanische Kichererbsen-Tomaten-Tajine (V) 48
Fenchel-Kartoffel-Tajine mit Kichererbsen und Pistazien (V) 50
Möhren-Kirschtomaten-Tajine mit Perl Couscous (V) 52
Topinambur-Sellerie-Tajine 53
Kichererbsen-Paprika-Tajine mit Feta 54
Kartoffel-Möhren-Tajine mit Zimt und Mandeln 56
Couscous mit Blumenkohl, Spinat und Minze (V) 58
Möhren-Tomaten-Tajine mit gerösteten Kichererbsen 60

Süße Tajines

- Gewürzäpfel und -birnen mit Orangenblüten-Brioche 62
Orientalische Crème brûlée 64
Erdbeer-Tajine mit Vanilleeis 66
Feigen-Pfirsich-Tajine mit Mandel und Honig 68
Gewürzte Süßkartoffeln mit Sultaninen und Honig 70

- Kleine Gewürzkunde 72
Alphabetisches Rezeptregister 74
Impressum 76