

Kochen wie die Nomaden

Das alte marokkanische Kochgeschirr sorgt für eine schonende Zubereitung von Fleisch, Gemüse und Früchten.

Von Tobias Döpker

Am Anfang riecht es nach feuchtem Ton. Der warme, erdige Duft ist nicht unangenehm, aber ungewöhnlich. Doch wenn die Tajine richtig unter Dampf steht, verbreiten sich die Aromen der Zutaten, die in ihrem Innern schmoren, in der ganzen Küche. Eine feinwürzige Komposition aus Hühnerfleisch, Kürbis, Ingwer, Gewürznelken, Kardamom und roten Zwiebeln steigt in die Nase und macht Appetit auf die orientalische „Tajine mit Kürbis“, die auf dem Herd bei niedriger Temperatur gegart wird.

Tajine bedeutet Eintopf

Tajine – gesprochen Taschien – ist eine seit Jahrtausenden überlieferte Kochtechnik aus dem nordafrikanischen Marokko. Übersetzt bedeutet das Wort so viel wie Eintopf. Doch so sollte man die Gerichte, die in den kegelförmigen Töpfen zubereitet werden, niemals nennen, denn das trifft die vielen Möglichkeiten, die die Tajine bietet, nur unzureichend. Denn die Tajine ist ein universelles Küchengerät – Schmorpfanne und Dampfkochtopf in einem. Am ehesten vergleichbar ist sie mit dem Römertopf.

So wird bei unserer „Tajine mit Kürbis“ die flache Schale des Gerätes zuerst sogar als Pfanne benutzt. Zusammen mit den roten Zwiebeln und dem Ingwer wird die in Streifen geschnittene Hühnerbrust kräftig in Olivenöl angebraten.

Gerade wegen ihrer Vielseitigkeit vereinigen die traditionellen Töpfe die komplette Bandbreite der marokkanischen Küche. Diese zeichnet sich aus durch ihre einmaligen Kombinationen von Fleisch, Fisch und Früchten und ihre raffinierte Mischung von süß, salzig und scharf.

Kochgerät aus Lehm

Dabei werden die Tajinengerichte nach dem verwendeten Garfett und den Gewürzen unterschieden. In Öl zubereitete Gerichte mit Safran und Ingwer heißen M'qualli, Speisen, die in Olivenöl oder Butter geschmort und mit Kreuzkümmel und Paprika gewürzt werden, M'hammer.

Durch die langsame Garzeit wird

nicht nur der Genusswert der Nahrungsmittel gesteigert. Die Tajine steht auch wie kein anderes Küchengerät für eine orientalische Tugend schlechthin: Gelassenheit. Wer in der Tajine kocht, braucht Zeit – und Kreativität. „Die Tajine ist ideal zum Experimentieren oder zur Reste-Verwertung“, erklärt Jochen Walter, der über seinen Online-Shop „Ali Baba Tajine“ die Kochgeräte vertreibt. Rezepte sind für ihn daher nur noch eine Anregung.

Vor der Benutzung muss das Gerät aus Lehmerte 30 Minuten kräftig gewässert und die Innenseiten danach mit Öl eingerieben werden. Anschließend können alle Zutaten in der Schale zu einer Pyramide übereinandergeschichtet werden.

Bei der „Tajine mit Kürbis“ wird das angebratene Huhn mit Kürbis, Paprika, Nelken und Kardamom-Kapseln bedeckt und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Ein Schuss Apfelsaft sorgt für die Garflüssigkeit. Dann wird der Deckel, der an seiner Spitze eine kleine Mulde hat, verschlossen und diese mit kaltem Wasser gefüllt. Beim Kochen zirkuliert der Dampf in der Tajine und kondensiert an der Decke des Kegels. Von dort tropft die Flüssigkeit wieder auf die Speisen zurück. Auf diese Art und Weise bleibt nicht nur die Flüssigkeit in den Zutaten erhalten sondern auch die Nährstoffe.

Speisen bleiben saftig

Da Lehm ein guter Wärmespeicher ist, wird die Hitze im Innern des Topfes sehr gleichmäßig verteilt. Die Speisen werden bei dieser Methode schonend und langsam im eigenen Saft gedünstet und können auf diese Weise nicht austrocknen oder anbrennen. „Fleisch oder Fisch, das in dem traditionellen nordafrikanischen Kochgeschirr zubereitet worden ist, bleibt daher saftig, Gemüse und Obst dagegen schön bissfest“, erklärt Jochen Walter.

Darüber hinaus wird durch die



In der Tajine vereinigt sich die ganze Bandbreite der marokkanischen Küche. In dem alten Kochgerät aus Lehmerte werden sowohl pikante als auch süße Gerichte behutsam zubereitet.

BILD: FISCH

schonende Zubereitungsmethode das typische Aroma der verschiedenen Zutaten konserviert. „Farbe, Form und Geschmack: in der Tajine bleibt alles erhalten“, sagt Walter. Gerichte aus dem marokkanischen Kochgerät – egal ob pikant gewürzt oder von feiner Süße – schmecken daher auch wesentlich intensiver, als Speisen aus Metalltöpfen.

So auch die „Tajine mit Kürbis“. Nach etwas mehr als 20 Minuten Garzeit bei schwacher Hitze ist das Essen fertig. Das Hühnchen hat eine wundervoll pikante Note von Ingwer, Zwiebeln und Apfelsaft. Den süßen Gegenpart bildet der Kürbis mit seinem kräftig nussigen Geschmack. Nelken und Kardamom kitzeln den Gaumen.

Kombiniert mit frischem Brot oder Couscous ist die „Tajine mit Kürbis“ ein Gedicht wie aus tausend und einer Nacht.

Alles rund um die Tajine

Herstellung: Tajinen (auch Tagine) werden in Marokko aus Lehmerte hergestellt und nur bei niedriger Temperatur gebrannt. Auf diese Weise bleibt das Kochgeschirr elastischer als normale Tontöpfe.

Benutzung: Mit der Tajine kann man nicht nur auf dem Holzkohlestövchen kochen. Prinzipiell ist das Tongerät auch auf modernen Herden – egal ob Elektro oder Gas – problemlos einsetzbar. Sogar im Backofen kann die Tajine benutzt werden.

Bezugsquelle: Ali Baba Tajine in Aunsang im Allgäu bietet das traditionelle marokkanische Kochgerät in zwei verschiedenen Größen an. Eine Tajine für zwei Personen kostet 34,90 Euro und kann im Internet bestellt werden. Online-Shop unter www.tajine.de. E-Mail: alibaba@tajine.de, Telefon: 07561/7 03 88.

Literatur und Rezepte: Tajine-Rezepte gibt es in folgenden ausgewählten Kochbüchern:

„Orient. Küche und Kultur“, Gräfe und Unzer Verlag, ISBN: 3-7742-2790-X, 15 Euro. Das beschriebene „Tajine mit Kürbis“-Rezept stammt aus diesem Kochbuch.

„Arabesque. 180 orientalische Rezepte“, Christian Verlag, ISBN: 3-8847-2737-0, 34,90 Euro. Viele Tajine-Rezepte im Marokko-Kapitel.