

Cardamom

Food & Events

Irma Gerber

Wilgibelweg 33

8910 Affoltern a. A. Tel. 044 - 776 12 08

Aus dem Kursprogramm

Tajine – Kochen mit dem marokkanischen Wundertopf



**Individueller Kochkurs: Beginn nach Vereinbarung
ca. 4 Lektionen, auch als Abendvariante möglich**

TeilnehmerInnen: min. 8 Personen, max. 15 - 24 Pers. je nach Kursort

Preis: Fr. 100.— / Fr. 120.— je nach Gruppengrösse und Aufwand

Ambiente: in privatem Rahmen inklusive Essen, alkoholische Getränke werden separat verrechnet

Kursort: individuell, Preis zuzüglich Mietkosten. Auch bei Ihnen zu Hause möglich (geschützter Ort im Aussenbereich nötig)

Programm / Ablauf (Beispiel)

14.00 Uhr Eintreffen, Begrüssung

Welcome-Drink mit frisch aufgegossenem marokkanischem Pfefferminztee in original Gläsli und Kanne serviert



14.15 Uhr Rezepte besprechen, Gruppen einteilen, Administratives erledigen

Tajine-Öfen einfeuern, Vorbereitungen treffen zum Kochen: schnetzeln, rüsten, portionieren

15.00 Uhr Tajines zubereiten

16.00 Uhr Tisch decken, Erfahrungsaustausch



16.30 Uhr gemeinsames Essen, Aufräumen



18.00 Uhr Schluss der Veranstaltung, Abgabe der Rezeptbüchlein

Tajine Rezepte

Tajine mit Poulet, Oliven und eingelegten Zitronen

Das traditionelle Rezept !

Rezept: für ca. 6 Personen
Vorbereitung: 30 Minuten
Garzeit: 1 Stunde + 15 Min.

2 mittelgrosse Hähnchen (Poulet, Wachteln, Tauben)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Oliven, Anzahl nach Belieben
2 - 6 eingelegte Zitronen
1-2 grosse Zwiebeln
2 Knoblauchzehen (oder mehr, ev. ganz lassen)
1 TL Ingwerpulver
1 TL gemahlener Kreuzkümmel
1 TL süsses Paprikapulver ev. Kurkuma
Safranfäden, ca. 10
4-6 EL Butter, Olivenöl oder Bratfett
je 2 EL gehacktes Koriandergrün und Petersilie
1/2 l Wasser

Ofen gut einheizen

Fleischstücke waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.
Zwiebeln schälen, grob hacken, im Öl glasig dünsten.
Fleisch dazugeben und rundum anbraten.

Knoblauch gepresst, (ev. zusätzliche, ungeschälte Knoblauchzehen nach Belieben beifügen) Ingwer, Kreuzkümmel, Paprika und Safranfäden (in 100ml warmem Wasser aufgelöst) beifügen. Restliches Wasser (400ml) zugeben, alles einmal aufkochen lassen. Deckel drauf und köcheln lassen. Ab und zu Flüssigkeit kontrollieren. Ev. Etwas Wasser nachgiessen.

Zubereitung auf dem Herd: Hitze reduzieren und zugedeckt ca. 1 Std. schmoren lassen. Dabei das Fleisch ab und zu wenden, damit es die Sauce gleichmässig aufnimmt. Ev. noch etwas Wasser zugeben.

Oliven und Zitronen (in grossen Stücken, von Fruchtfleisch und Kernen befreit) zugeben und alles zugedeckt weitere 15 Min. köcheln lassen.
Zum Schluss die Kräuter untermischen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sollte die Sauce zu flüssig sein, Fleisch herausnehmen und die Sauce bei starker Hitze etwas einkochen lassen.

Hähnchentajine nach Belieben mit Couscous oder Fladenbrot servieren.

Tajine mit Lammfleisch und getrockneten Früchten

Eine aromatische Erfolgsgeschichte!

Die Kombination aus Lammfleisch und Trockenfrüchten hat im Orient eine lange Tradition

Rezept: für ca. 4 Personen
Garzeit: 40 Min. + 20 Min. + 5 Min.

600 g Lammfleisch (Schulter) gleiches Verfahren mit Rindfleisch
80 g Rosinen
500 g kleine Zwiebeln
400 g getrocknete Früchte (z.B. Aprikosen, Feigen, Pflaumen)
4 EL Olivenöl
ca. 7 dl Gemüsebrühe
1 TL Kurkumapulver (Gelbwurz)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Ev. Zimtstange und Sternanis
Je 2 Msp. Safran- und Zimtpulver
2 EL grob gehackte Pistazien (o. Erdnüsse, Cashewnuts etc.)

Sehnen und Fett vom Fleisch entfernen und in Stücke schneiden.

Rosinen in etwas heissem Wasser einweichen.

Die Zwiebeln (und den Knoblauch nach Belieben) schälen.

Ein Teil der Zwiebeln, ca. 200 g in ca. 1cm grosse Würfel schneiden, die restlichen Zwiebeln vierteln. Den Knoblauch fein hacken. Ca. 1/4 der Trockenfrüchte hacken.

Öl in grossem Topf oder direkt in der Tajine über Feuer erhitzen, Fleisch, Zwiebelwürfel und Knoblauch darin unter Rühren anbraten. 4dl Brühe dazu giessen und kräftig mit Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen. Zimtstange und Sternanis begeben. Gehackte Trockenfrüchte begeben und alles zugedeckt bei schwacher Hitze 40 Min. köcheln lassen. (Feuer überwachen, wenn nötig etwas Flüssigkeit nachgiessen. Nicht zu viel Flüssigkeit verwenden wegen Geschmack – auswässern)

Deckel abnehmen, die restlichen Trockenfrüchte und die Zwiebelviertel dazugeben und das Gericht offen bei mittlerer Hitze 15 bis 20 Minuten weiter köcheln lassen.

Die Rosinen in ein Sieb abgiessen, abtropfen lassen und mit der restl. Brühe dazugeben. Das Gericht mit Safran, Zimt, Salz und Pfeffer würzen und bei schwacher Hitze noch etwa 5 Min. ziehen lassen. Nochmals abschmecken.

Tajine mit Pistazien bestreuen, mit Fladenbrot servieren.

Auberginen mit Paprika und Kreuzkümmel

Rezept: für ca. 4 Personen
Zubereitung: Auberginen entwässern 1/2 Std., + ca. 25 Minuten
Kochzeit: ca. 45 Minuten

4 mittelgrosse Auberginen
2 Paprikaschoten / Peperoni (1 rote, 1 gelbe)
2 Knoblauchzehen
3 Zwiebeln
100 ml Olivenöl
2 TL Kreuzkümmelpulver
1 TL Kreuzkümmelsamen
1 TL Kurkuma
2 EL fein gehackte Petersilie
grobes Salz
Salz und Pfeffer

Die Auberginen waschen und in grosse Stücke schneiden.
Mit grobem Salz bedecken und eine halbe Stunde entwässern.
Anschliessend die Auberginen unter fliessendem Wasser abspülen und auf Küchenpapier trockentupfen.
Die Peperoni halbieren, entkernen und in Streifen schneiden.
Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden.

In der Tajine zunächst die Zwiebeln und den Knoblauch in heissem Olivenöl anbraten, dann die Gewürze zufügen und gut untermischen. Auberginen und Paprika (Peperoni) zugeben und unterrühren. Mit 2dl Wasser aufgiessen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 40 Minuten garen, dabei gelegentlich umrühren. Mit fein gehackter Petersilie bestreut heiss oder gekühlt servieren. Dazu passt eine Knoblauch-Joghurt/Quarksauce und Fladenbrot.

Tip: Ev. Saubohnen oder Kichererbsen (gekocht oder aus der Dose) kurz vor Ende der Garzeit unterrühren. Macht die Beilage zum Gericht und etwas gehaltvoller.



Der Tajine- Kochkurs findet draussen statt, das gemeinsame Essen je nach Witterung drinnen. Ich kann keine Verantwortung für Brandflecken übernehmen (Funkengefahr beim Feuer) und bitte um entsprechende Kleidung. Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen.

Mitbringen: Kochschürze und die Lust, in einer Gruppe einen gemeinsamen Abend / Nachmittag zu verbringen.

Dieser Kurs eignet sich hervorragend als aktiver Geburtstags-Event, als Mitarbeiter-Anlass oder aus Interesse an der originalen Kochart, wie sie noch heute bei den Berbern im Atlas von Marokko praktiziert wird. In diesem Sinne ist dieser Kurs einmalig in der Schweiz!

Wir lassen den Begriff Zeit so weit wie möglich hinter uns – wir nehmen sie uns einfach....

Ich freue mich darauf, diese gemeinsamen Stunden mit Ihnen zu verbringen.

Herzlich, Ihre

Irma Gerber

Weitere Kochkurse im Angebot.....

Beispiele:

- Tajine – der marokkanische Wundertopf
- Mezze – die orientalische Verführung schlecht hin!
- Mezze speziell für Gourmets und Gaumenverwöhnte
- Entführung in den Serail mit orientalischen Süßspeisen
- Thay – Vorspeise, Suppe, Red Curry, Dessert
- Namastay – willkommen in India
- Alles Chinesisch?
- persische Küche für Individualisten
- Gemüseschnitzen
- Bauchtanz Crash-Kurs



Jeweils ca. 4 Lektionen

Dienstleistungen und Zusatzangebote.....

- Rekognoszieren vor Ort
- Auf Sie abgestimmte, individuelle Offerte
- Tellerservice auf Wunsch
- Original marokk. Porzelangeschirr, Teekanne, Gläsl
- Auslieferung ganze Schweiz
- Geschirr- und Gläservermietung
- Palmblattgeschirr
- Kaffeemaschine
- Wein / Getränkeauswahl
- Apéro
- Desserts
- Dekoration
- Tischwäsche
- Musik, Unterhaltung
- Bauchtanz
- Kochkurse
- Rezeptauskünfte
- Gewürze
- etc.



Cardamom



Food & Events

Irma Gerber

Wilgibelweg 33

8910 Affoltern a. A. Tel. 044 - 776 12 08

Ich empfehle mich für:

- Geburtstagsfeste
- Jubiläum
- Konfirmation
- Taufe
- Hochzeit
- Gewerbeschauen
- Firmenpräsentationen
- Weihnachtsessen
- Personalesen
- Apéros
- Abdankungen

oder weil SIE keine Lust zum Kochen haben!

Jeder Anlass ist so individuell wie die Gastgeber – also SIE!
Ich mache persönliche, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Offerten.

Ein guter, gepflegter und persönlicher Service, frische authentische Produkte und eine für das Auge ansprechende Präsentation der Speisen sind selbstverständlich.

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme