



Maqlubeh


Für 3-4 Personen



6 Hähnchenkeulen
200 g Basmatireis
2 Zwiebel
2 Knoblauchzehen



1 Aubergine
1 Tomate
4 Kartoffeln (vorwiegend
festkochend)
1 Blumenkohl



2 Lorbeerblätter
1 Zimtstange
4
Kardamomkapseln
2 TL Kurkuma
Etwas Rapsöl
Etwas Salz und
Pfeffer

Zubereitung

Maqlubeh

1

Reis waschen. Dann mit Wasser auffüllen, salzen und mindestens 1 Stunde einweichen lassen.

2

Aubergine, Blumenkohl und Kartoffel waschen. Dann Kartoffel schälen und in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Aubergine längs der langen Seite ebenfalls in 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf einer großen Fläche auf Küchenpapier ausbreiten und beide Seiten der Auberginenscheiben salzen. Blumenkohl in kleinere Röschen teilen.

3

Dann eine Pfanne auf mittlerer Hitze stellen und etwa 0,5 cm mit Rapsöl befüllen. Darin die Kartoffeln goldbraun frittieren. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und direkt salzen. Genauso die Aubergine und den Blumenkohl frittieren.

4

Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und kleinreiben. Hühnchenkeule mit Küchenpapier abtupfen. Einen Topf auf mittlerer Hitze aufstellen und in etwas Rapsöl Lorbeerblätter, Zimtstange und die Kardamomkapseln kurz erhitzen. Dann darin die Zwiebeln gold anbraten. Danach den Knoblauch und die Keulen hinzufügen und ebenfalls von allen Seiten gold anbraten. Mit Wasser auffüllen und 20 min lang köcheln.

5

Nun das Hühnchen entfernen und die Brühe durch ein Sieb passieren. Außerdem den Reis abpassieren.

6

In einem weiteren Topf Backpapier ausschneiden und den Boden des Topfes damit bedecken. Jetzt Tomate waschen, in Scheiben schneiden und den Boden damit belegen. Als nächstes die Topfseite mit der Aubergine bedecken. Anschließend die Kartoffeln auf den Boden geben, gefolgt von den Keulen, 2-3 Löffel Reis, den Blumenkohl und den restlichen Reis.

7

Alles mit 330 ml von der Brühe begießen, etwas salzen und pfeffern und auf mittlerer Hitze mit Deckel zum Kochen bringen. Hitze auf niedrige Stufe drehen und 30 min ziehen lassen.

8

Zum Schluss den Deckel vom Topf nehmen, eine ausreichend große Servierplatte umgedreht auf den Topf geben und in einer flüssigen Bewegung den Topf mit der Platte umdrehen, um somit den Inhalt auf die Platte zu stürzen. Vorsichtig den Topf entfernen und genießen!