



Пиперова шакшука



4 порции

СЪСТАВКИ

2 с.л. слънчогледово олио
2 средни глави лук, тънко нарязани
2 скилидки чесън, нарязани на ситно
1 зелена чушка, тънко нарязана
1 червена чушка, тънко нарязана
1 с. л. паста хариса
1 с. л. млян кимион
1 ч. л. сол
½ ч. л. лют червен пипер
1 с. л. червен пипер
2 x 400 г нарязани домати от консерва
1 ч. л. мед
4 яйца

АЛЕРГЕНИТЕ СА ОТБЕЛЯЗАНИ С
УДЕБЕЛЕН ШРИФТ

НАЧИН НА ПРИГОТВЯНЕ

Загрейте олиото в тиган и добавете лука. Гответе 5 минути на ниска до средна температура, докато омекне, след което добавете чесъна. Пържете още минута и добавете чушките. Покрийте с капак и гответе още 15 минути на слаб огън.

Сега добавете харисата, кимиона, солта, лютия червен пипер, червения пипер и доматиите и разбъркайте добре. Покрийте с капак и гответе още 30 минути на слаб огън.

След това добавете меда и разбъркайте добре. С обратната страна на лъжица направете 4 малки вдлъбнатини в доматената смес и счупете по едно яйце във всяка от тях. Покрийте с капак и гответе 5 – 6 минути, докато белтъкът се свари, а жълтъкът е все още рохък.

Сервирайте ястието горещо с филийки препечен хляб с масло.

Алтернатива за вегани: Сменете меда със захар, а яйцата с тънко нарязани картофи.