

Harissa

Harissa ist eine arabische Gewürzpaste. Sie stammt ursprünglich aus Maghreb – ist heute aber in allen Nordafrikanischen Ländern verbreitet und bekannt. Es gibt lokale Unterschiede in der Gewürzmischung – aber alle haben eine scharfe Basis aus roten Chilis. Harissa würzt viele der typischen nordafrikanischen Gerichte und gibt auch Marinaden der typisch deutschen Pfiff und Schärfe. Es gibt Harissa mittlerweile als getrocknete Gewürzmischung. Typisch ist jedoch eine frische Paste aus in Öl eingelegten Gewürzen.

Selbst machen lohnt sich – ich kann so die Schärfe kontrollieren. Es geht um Schärfe – aber auch um Duft und Aroma aller anderen Gewürze. Die frische Paste lässt sich – wie Pesto – mit viel Öl vermischt und mit einer Lage Öl bedeckt in Schraubdeckelgläsern im Kühlschrank aufbewahren. Sie lässt sich aber auch gut einfrieren.

Traditionell wird Harissa mit den länglichen, mittelscharfen roten Chilis gemacht. Experimentierfreudige Köche können aber mit bunten Chilis spielen. Wer es schärfer mag nimmt z.B. Birds Eye Chilis oder Habaneros, wer es milder mag, nimmt weniger Chilis oder sogar eine rote Paprika dazu.

Wozu verwende ich Harissa außer in klassischen Tagine Gerichten? Lekker ist eine Marinade aus Harissa, Agavebittersaft, Zitronensaft und Öl für alles was im Ofen gegrillt wird (Kartoffelspalten, Kürbis, Süßkartoffel, Pastinaken...). Oder der typisch deutsche Weißkohl: in grobe Würfel geschnitten mit Zwiebeln in Öl leicht braun angebraten kommt mit einem Löffelchen Harissa Pfiff und Feuer dran. Harissa würzt auch Dips und macht sie interessanter. Das klassische Hummus (Kichererbsen Püree) wird lekker durch Zugabe von gerösteter und pürierter Paprika und etwas Harissa. Oder Joghurt und Tomatenmark zu gleichen Teilen mit Harissa und Zitronensaft gewürzt gibt einen blitzschnellen Dip für Rohkost oder Brotchips.

Also: jeder braucht Harissa!

Zutaten

10 rote Chilis
1 ½ TL Korinandersamen, geröstet und gemahlen
½ TL Kreuzkümmelsamen, geröstet und gemahlen
3 Knoblauchzehen
2 TL Tomatenmark
½ TL Salz
Öl

1. Alles sehr fein hacken oder in der Küchenmaschine pürieren.
2. Mit Öl vermischen und mit Salz abschmecken.
3. Abfüllen. Fertig.