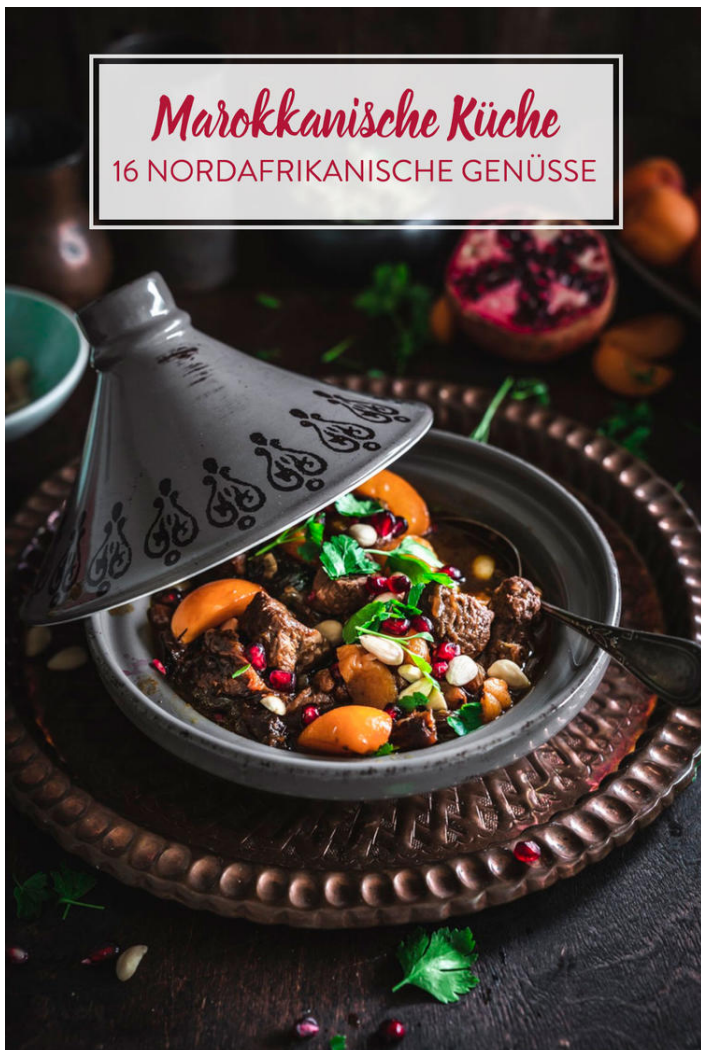


## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



### Marokkanische Küche 16 NORDAFRIKANISCHE GENÜSSE

Man will ja doch immer das, was man gerade nicht haben kann. Im Sommer stöhnen wir unter der heißen Sonne, während wir uns im Winter an unseren Parkas, Handschuhen und Schals vorbei in die exotischeren, wärmeren Ecken der Welt träumen. Träume sind Schäume sagst du bibbernd? Von wegen! Diese Woche nehmen uns unsere Foodblogger an die Hand und entführen uns gleich 16 Mal in die marokkanische Küche. Wem bei all den würzigen, bunten und süßen Genüssen nicht warm ums Herz wird, braucht eindeutig noch eine zweite Gabel! Also Kochlöffel raus und Reiselust an!

### Brokkoli Hirse Salat

Was ist noch besser als unser Dauerbrenner Couscous-Salat? Hirsesalat! Das heimische Getreide fährt nämlich mit noch mehr Nährstoffen als die kleinen Perlen aus

Weizen auf, dafür aber ganz ohne Gluten. Außerdem passt sie hervorragend zu roter Currypaste, Cumin, lockerem Naturjoghurt und knackig gebratenem Brokkoli wie in Joanas Rezept. Manchmal ist das Gute eben doch so nah... [Zum Rezept](#)



[Brokkoli Hirse Salat](#) © Joana Sonnhoff | Foodreich

### Rote Bete Couscous Tabouleh

Manche Gerichte versprühen schon beim bloßen Anblick gute Laune! So zum Beispiel Christines wunderbar pink eingefärbte Couscous Tabouleh. Den frischen Anstrich verdanken die kleinen Körnchen roter Bete, die hier als Saft und in Würfelchen ihren Starauftritt hat. Dazu gesellen sich zur Krönung karamellierte Kardamom-Walnüsse, Feigen und würziger Feta. [Zum Rezept](#)

## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Rote Bete Couscous Tabouleh © Christine Garcia Urbina | trickytine

### Marokkanischer Pistazienkuchen

Fast zu schön zum Essen schwebt der marokkanische Pistazienkuchen der Foodistas auf unseren Tisch. Und weil ja auch die inneren Werte zählen, hat er von diesen auch noch reichlich fantastische: Zimt und Kardamom kitzeln unseren Gaumen, Vanillesirup und Rosenwasser tränken den fluffigen Boden und machen ihn so richtig schön saftig und für zarte Cremigkeit sorgen Frischkäse und Sahne. Wie gesagt, FAST zu schön zum Essen... [Zum Rezept](#)



Marokkanischer Pistazienkuchen © Foodistas

### Lamm Tajine mit Aprikosen

Was sich bereits über Jahrhunderte bewährt hat, möchten wir in unserer Küche natürlich nicht missen. Die Rede ist von einer Tajine im Allgemeinen und von Christinas Tajine im Speziellen. Gut, diese mag vielleicht noch nicht so alt sein wie der verwendete Dampfkochtopf, wird aber auf jeden Fall zu einem auch in Zukunft immer wieder gern gekochten Liebling für uns: Lammkeule mit Zitronen-Orangen-Zimt-Honig-Aroma, Trockenfrüchte für süße Säure und saure Süße und für den dekadent-exotischen Touch – Orangenblütenwasser! [Zum Rezept](#)



## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Lamm Tajine mit Aprikosen © Christina & Stefan Bumann | tinastausendschön

### Couscous-Salat mit paniertem Sesam-Feta

Couscous in sämtlichen Variationen holen wir uns immer gerne auf den Tisch! Die kleinen Körnchen mögen an sich zwar nicht viel her machen, dafür sind sie die perfekten sättigenden Gegenspieler für so ziemlich alle herzhaften, gemüsefrischen oder sogar süßen Gerichte! Bei Anne wird es heute richtig schön luftig-leicht: Ihr Couscous-Salat kommt uns extra frisch mit spritziger Zitrone, Tomaten, Zucchini und Kichererbsen in die Schüssel, krönt sich selbst mit einem preisverdächtigen in Sesam marinierten Feta und verführt uns nicht zuletzt mit einem frischen Joghurt-Harissa-Dressing. [Zum Rezept](#)



Couscous-Salat mit paniertem Sesam-Feta © Anne Klein | frisch verliebt

### Kefta Tajine mit Hackbällchen in Tomatensauce

Wir haben hier ein kulinarisches Teekesselchen für dich: Was ist gleichzeitig ein wunderbar würziges Wohlfühlgericht und ein spitz zulaufender Tontopf? Richtig, eine Tajine! Jessica präsentiert uns die erste Variante mit saftigen Rinderhackbällchen in aromatischer Tomatensauce, die sich unvergleichlich frisch und aromatisch um weich gekochte Eier legt. Extratipp: Schon ohne Beilage ein echter Traum, passt die Tomatensauce besonders gut zu frischem Pitabrot. [Zum Rezept](#)

## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Kefta Tajine mit Hackbällchen in Tomatensauce © Jessica Diesing | Berliner Küche

### Marokkanisches Hühnchen

Korianderenthusiasten sind ja in der marokkanischen Küche generell sehr gut aufgehoben. Und damit auch in Hannah-Lenas! Bei ihr wandert die aromatische Gewürzpflanze nämlich nicht nur als frisches Kraut sondern auch in Form zerstoßener Samen in den Topf. Dazu gesellen sich zartes Hühnerfilet, Kichererbsen, etwas Chilischärfe, Gemüse und getrocknete Aprikosen für einen Hauch Süße in dem würzigen Seelenschmeichler. Für die nötige Frische sorgen Minze und ein Klecks Jogurt. Wer braucht da noch Beilagen? [Zum Rezept](#)



Marokkanisches Hühnchen © Hannah-Lena Leiser | Schokoladenpfeffer

### Eingelegte Salzzitronen

Schon mal ein Gewürz selber gemacht, das wirklich jedes Rezept aufpeppt? Dann wird's aber Zeit! Was du dafür

brauchst? Eigentlich nur Zitronen und Salz. Klingt jetzt seltsam, ist aber in der marokkanischen Küche DER Geheimtipp für sauer-bittere und gleichzeitig süß-salzige Aromen: Eingelegte Salzzitronen! Etwas Geduld musst du zwar bei Karins Rezept für die kleinen Sonnen im Glas mitbringen, dafür kannst du direkt auf Vorrat produzieren und von Tajines über Tomatensaucen bis hin zu Salatdressings und Desserts sämtlichen Gerichten das gewisse Extra verleihen. [Zum Rezept](#)



Eingelegte Salzzitronen © Karin Klemmer | Wallygusto

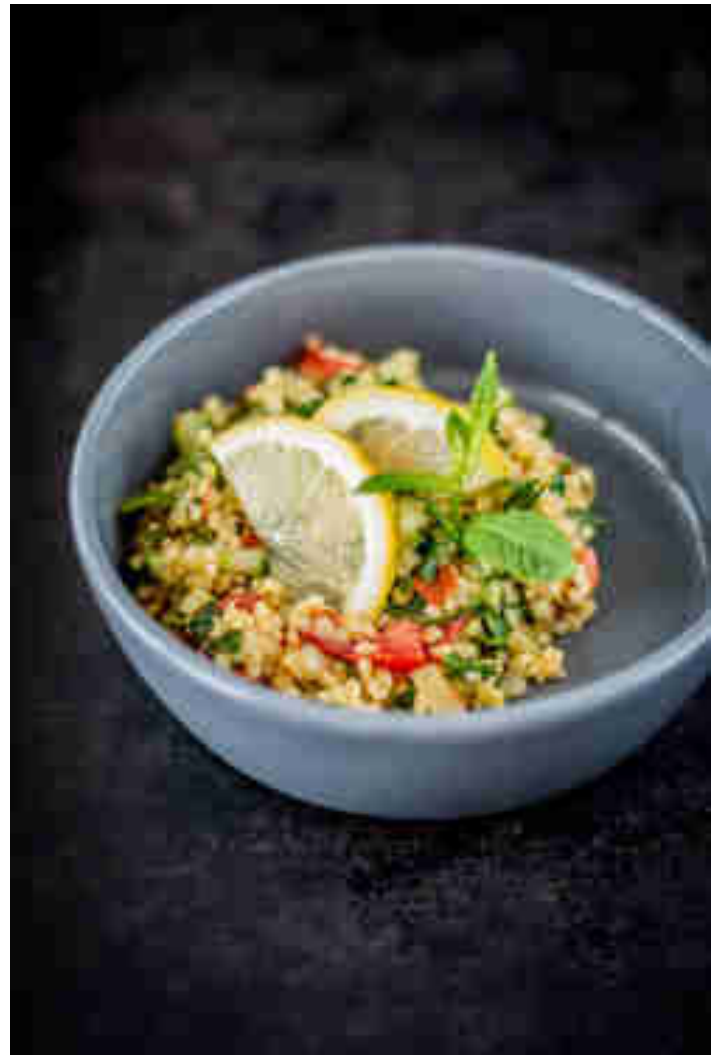
### Rindfleisch Tajine mit Kichererbsen & Pflaumen

So wandelbar wie ein Eintopf, so würzig wie ein Ausflug in ferne Länder: Jens' Rindfleisch Tajine mit Kichererbsen, Zwiebeln und Bohnen wärmt uns so richtig schön von innen und schmeckt mit so ziemlich allen Gemüsesorten, die wir im Kühlschrank finden können, fantastisch. Resteverwertung olé sagen wir da! Für die besondere Tiefe sorgen süße getrocknete Pflaumen, für den Crunch gehobelte Mandeln. [Zum Rezept](#)

## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Rindfleisch Tajine mit Kichererbsen & Pflaumen © Jens Kleinschmidt | Gekleckert



Bulgur-Salat mit Gewürzen und Kräutern © Stefanie Hiekmann | schmecktwohl

### **Bulgur-Salat mit Gewürzen und Kräutern**

Sattmachersalat in leicht und frisch gefällig? Kein Problem für Stefanie! Bei ihr dürfen leckere Bulgur-Körnchen erst in einem afrikanisch angehauchten Fond aus Ras-es Hanout, Salz, Honig und Knoblauch ziehen, ehe sie sich an frische Tomaten, Gurke, Chili, Kräuter und süße Datteln kuscheln. Hat da jemand „Lieblingsalat-Potential“ gesagt? [Zum Rezept](#)

### **Orientalische Hirsepfanne**

Was wir im Urlaub nicht wollen, ganz egal, ob er nun tatsächlich stattfindet oder nur kulinarisch? Spülen! Da kommt uns Hannahs orientalische Hirsepfanne gerade recht, mehr als zwei Töpfe, ein Brettchen und ein Messer brauchen wir nämlich fast nicht. Und schon verschmelzen Chili, Lauch, Möhren, Paprika, Aubergine und haufenweise orientalische Gewürze zu einem wunderbaren [Meal Prep Gericht](#). Das heißt, falls du dich bis zum nächsten Tag zurückhalten kannst. Die verschiedenen Aromen verführen nämlich dazu, gleich mehrmals zuzuschlagen. [Zum Rezept](#)



## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Orientalische Hirsepfanne © Hannah Frey | Projekt: Gesund leben



Marokkanischer Rote Bete Salat © Elle Teuscher | Elle Republic

### Marokkanischer Rote Bete Salat

Rote Beten hätten wir intuitiv nicht unbedingt nach Marokko verortet, aber zu Glück belehrt uns Elle eines Besseren: Als Dip oder Salat mit Kreuzkümmel und Koriander etwa ist die hübsche Knolle dort ein echter Gaumenschlager. Und weil sich Theorie mit Praxis verknüpft, umso besser einprägt, bekommen wir diese auch gleich äußerst schmackhaft präsentiert: Zitronensaft, Minze, Koriander, Kreuzkümmel und rote Zwiebeln sorgen hier für ein wahres Geschmacksfeuerwerk in der Salatschüssel! [Zum Rezept](#)

### Falafel

Ohne Falafel, ohne uns! Die knusprigen kleinen Bällchen entfachen unsere Liebe für Kichererbsen immer wieder auf's Neue und werten jedes schöne Pitabrot oder jeden schlichten Salat direkt auf. Aber auch alleine wissen die Leckerbissen zu überzeugen, wie uns Sandy unter Beweis stellt. Zwar erfordert die Zubereitung mit getrockneten Kichererbsen etwas Geduld, dafür wird deine Mühe mit einmalig kompakten Ergebnissen voller Aroma belohnt. [Zum Rezept](#)

## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Falafel © Sandy Rojo Cerezo | Wie Wo Was Ist Gut

### Couscous-Salat mit Kürbis

Bei uns läutet der Kürbis ja eigentlich immer die kalte Jahreszeit und die Suppentage ein. Michaela haucht dem orangefarbenen Herbsthelden dagegen mit ihrem Couscous-Salat mit Ras el Hanout-Gewürz, süßen Datteln und spritziger Minze das Maß an leichter Exotik ein, die wir auf unserem kulinarischen Ausflug in die afrikanische Sonne bestens gebrauchen können. [Zum Rezept](#)



Couscous-Salat mit Kürbis © Michaela Harfst | Transglobal Pan Party

### Nordafrikanische Burger mit Couscous-Kichererbsen-Pattys

Ein bisschen Crossover hat noch keiner Küche geschadet! Deshalb bauen uns Sabrina und Steffen den turmhohen Beweis dafür, dass sich Amerika und Nordafrika doch viel näher sind als unser Globus vermuten lässt: Ihre nordafrikanischen Burger überzeugen mit Couscous und Kichererbsen statt mit Rindfleisch, einer wunderbar würzigen Sauce mit Harissa und Kreuzkümmel sowie gebratenen Gemüsescheiben. [Zum Rezept](#)

## In 16 Bissen nach Nordafrika: Marokkanische Küche



Nordafrikanische Burger mit Couscous-Kichererbse-  
-Pattys © Sabrina Kiefer & Steffen Jost | Feed me up  
before you go-go



Marokkanisches Baklava

### **Marokkanisches Baklava**

Mandel-Briouats: Damit das Ende unseres Marokko-Urlaubes keinen bitteren Nachgeschmack hinterlässt, sondern einen zuckersüßen, haben wir hier wunderbar knusprig frittierte Briouats mit zarter Zimt-Mande-Füllung und Organgenblüten-Honig für dich. Ob für einen gemeinsamen Kaffeeklatsch oder ganz für dich allein – die kleinen Dreieckchen sind auf jeden Fall immer eine kleine Sünde wert. [Zum Rezept](#)