Hähnchen-Linsen-Schmortopf
Tandscharat Dadschadsch ma' 'Adas Madschrusch

Hähnchen-Linsen-Schmortopf oder Tandscharat Dadschadsch ma' 'Adas Madschrusch ist ein traditionelles Gericht aus Palästina. Dieses Gericht kombiniert zartes Hähnchenfleisch mit nahrhaften roten Linsen und wird mit aromatischen Gewürzen wie Kreuzkümmel und Curry verfeinert.
Der Geschmack ist herzhaft und würzig, mit einer angenehmen Schärfe und einer tiefen, erdigen Note von den Linsen. Die Kombination aus Hähnchen und Linsen sorgt für eine reichhaltige und sättigende Mahlzeit, die oft mit frischen Kräutern wie Petersilie oder Koriander garniert wird.

Herkunft: Palästina
Kategorie: Hauptspeisen, Eintöpfe, Aufläufe

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 2 Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen

1 Huhn
500 g rote Linsen
4 EL Öl
1 Gemüsezwiebel
1 Knolle(n) Knoblauch
1 TL Madras Curry
1 TL Kreuzkümmel
1 TL Cayennepfeffer
1 Prise Salz

Vorbereitung

Das Huhn unter fließendem Wasser gründlich waschen, in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Die Zwiebeln schälen und klein schneiden.

Zubereitung

Das Huhn im Top zum Kochen bringen und auf kleiner Flamme eine Stunde köcheln lassen. Das Huhn herausnehmen und die Brühe aufbewahren. Das Hühnerfleisch von den Knochen lösen und in große Stücke schneiden. Das Fleisch in einen Topf geben und 1 Liter Brühe darübergießen. Falls nicht genug Brühe vorhanden ist, mit Wasser ergänzen. Zum Kochen bringen. Die Linsen verlesen, waschen und dazugeben. In einer Pfanne das Öl erhitzen, die Zwiebeln darin glasig dünsten. Den Knoblauch fein hacken, hinzugeben und anbraten. Die Gewürze und Salz drüberstreuen und kurz mit andünsten. Mit einem Schöpflöffel Brühe ablöschen und in den Topf geben. Alles zusammen 30 Minuten köcheln lassen. Zu Reis servieren.

© 2026 coquina.de