

In Ägypten ist Molokhia das essen für Kinder schlechthin. Es wird auch ägyptischer Spinat genannt, obwohl die Pflanze nicht mit dem Spinat verwandt ist. Molokhia ist in Deutschland getrocknet in arabischen oder griechischen Spezialitätengeschäften erhältlich. Molokhia tiefgefroren, ob dies in Deutschland angeboten wird ist uns leider nicht bekannt.

Rezept Molokhia

Zutaten

- 1 ½ Tassen getrocknete Molokhia
- 1 Hähnchen
- 1 Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt
- 5 Kapseln Kardamom
-
- Zitronensaft
- Öl
- Salz

Zubereitung

Wasser mit Zwiebel, dem Lorbeerblatt, Kardamom und Salz aufkochen. Das Hähnchen mit zugeben und kochen bis es weich ist. Das Hähnchen aus der Brühe nehmen und die Brühe durch ein Sieb passieren.

Das Hähnchen in mundgerechte Stücke zerteilen und in Öl braun braten.

Die Brühe aufkochen und die getrocknete Molokhia darin 10 Minuten kochen. Mit der und dem Zitronensaft abschmecken und zusammen mit dem Hähnchen servieren.