Traduction D-F IV Aubron SoSe 22 Texte 2-D

Kochen : <https://chili-und-ciabatta.de/2021/11/marokkanische-chorba-mit-lamm-gemuese-und-safran/>

1re partie

# Marokkanische Chorba mit Lamm, Gemüse und Safran

Im November führt uns [die kulinarische Weltreise mit Reiseleiter volkermampft](https://volkermampft.de/die-besten-gerichte-aus-marokko-tolle-rezepte-der-marokkanischen-kueche/" \t "_blank) *(Name des Blogs, nicht übersetzen*) nach Marokko. Gerichte aus Marokko standen hier schon relativ früh auf der Familien-Speisekarte, da die oft leicht süßlichen, kaum scharfen Speisen auch von den Kindern geschätzt wurden und das Essen somit gut familientauglich war. Im Blog finden sich deshalb schon eine ganze Reihe von Gerichten, ich habe sie unten verlinkt.

Angesichts des nasskalten November-Wetters habe ich mich spontan für eine Suppe entschieden. Chorba (Schorba) ist eine leichtere Variante der Fastensuppe [Harira](https://de.wikipedia.org/wiki/Harira" \t "_blank), die ohne Bindung auskommt.

Bei mir kam Lammfleisch zum Einsatz (alternativ kann man auch Rindfleisch verwenden), da sich im Tiefkühler noch 2 Lammhaxen fanden. Das Bindegewebe löst sich während der langen Garzeit auf und das Fleisch wird schön zart.

2e partie

Als Gemüse habe ich Zwiebeln, Selleriestangen, Möhren, Kartoffeln und Zucchini verwendet, dazu kamen noch einige Linsen sowie eine Handvoll Fadennudeln. Gehört meiner Meinung nach unbedingt dazu: etwas Zitrone zum Abschmecken.

### Zubereitung

Das Olivenöl in einem großen, schweren Topf erhitzen und die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze goldgelb anbraten, gegen Ende den Knoblauch zugeben. Die Hitze erhöhen und das Fleisch anbraten, dabei erst wenden, wenn die Unterseite braune Röststellen aufweist.

Sobald das Fleisch gebräunt ist, das Paprikapulver unterrühren und salzen. Sellerie, Möhren und Kartoffelwürfel zugeben und unter Rühren anschmoren. Tomatenmark und Harissa einrühren, dann das Wasser angießen und 5 Minuten köcheln lassen. Die Tomaten, Koriander und Petersilie zugeben und alles etwa 45 Minuten zugedeckt köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist.

3e partie

Nun Zucchini und Linsen sowie Ras-el-Hanout, Ingwer und Safran zufügen. Die Suppe noch 30 Minuten weiterköcheln lassen, bis die Linsen gar sind. Nach Bedarf noch Wasser nachgießen, die Suppe soll nicht zu dick sein.

Zum Schluss die Pasta zugeben und in weitere 8 Minuten garen. Das Petersiliensträußchen entfernen. Die Suppe mit Salz, frisch gemahlenem Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die Suppe in tiefe Teller schöpfen, mit frischer Petersilie oder Koriander bestreuen und mit Zitronenschnitzen servieren.

Anmerkung: ausgesprochen wohlschmeckende, gehaltvolle Suppe.