Gefärbte Eier
Bald Mulauwan

Gefärbte Eier haben eine lange Tradition in den nordafrikanischen Ländern. In Marokko legt man die Eier in die stark gewürzten Couscoussaucen, die oftmals über Nacht vor sich hin köcheln. Das Aroma der Gewürze dringt in die Eier ein und der in der Sauce vorhandene Safran oder Kurkuma färbt das Eiweiß gelb. Man kann die Eier aber auch in einen Farbsud legen. Das zugesetzte Öl lässt das Wasser nicht so schnell verkochen.

Herkunft: Marokko
Kategorie: Beilagen, Eierspeisen

Zubereitungszeit: 7 Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen
8 Ei(er)
3 EL Kurkuma für gelbe Eier
200 g Zwiebelschalen für braune Eier
1 TL Öl

Zubereitung
Die Eier in einen großen Topf legen. Kurkuma oder Zwiebelschalen dazugeben und zum Kochen bringen. Das Öl hineingießen und alles auf kleinster Flamme 7 bis 10 Stunden Simmern lassen. Nach der Kochzeit werden die Eier herausgenommen und geschält. Entweder verwendet man sie ganz als Garnierung oder man isst sie mit Kümmel und Salz.

© 2026 coquina.de