

Khoresch-e-Alu-Esfenadj (Schmorgericht mit Blattspinat und Pflaumen)

Zutaten (für 4 Personen)

- 500g Fleisch, Lamm oder Rind aus der Keule
- Salz, Pfeffer
- 1 große Zwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- 1 kg Spinat
- 250 g getrocknete Pflaumen
- Limettensaft
- Advieh (persische Gewürzmischung)
- Priesa Safran
- 1 TL unreife Traubenpulver

Alle Reissorten und andere Zutaten finden Sie bei uns im Bazarche Hafez

Berlin www.bazarche-hafez.com ©

Zubereitung

- Fleisch in etwa 3 cm große Stücke schneiden, salzen, pfeffern und mit gewürfelten Zwiebeln in einem Schmortopf anbraten.
- 1 EL Tomatenmark dazugeben, mit heißem Wasser ablöschen sodass das Fleisch knapp bedeckt ist. Das Fleisch für 1 Stunde kochen lassen.
- Spinat putzen, waschen, klein schneiden und in einer Pfanne leicht anbraten.
- Getrocknete Pflaumen waschen (vorher einweichen), entkernen (wenn man möchte), mit dem Spinat zum Fleisch dazugeben, auf kleiner Flamme alles für ½ Stunde schmoren lassen.
- Mit Advieh, Safran, unreifem Traubenpulver und Limettensaft abschmecken.

Dazu Reis und als Beilage Mast-o-Khiar oder Mast-o-Musir servieren.