

Gesundes Kochen mit der Tajine

In der Tajine lässt sich alles zubereiten, von traditionellen Gerichten mit Fisch, Meeresfrüchten, Fleisch oder Geflügel bis hin zu Zubereitungen süßer und vegetarischer Speisen. Durch den aufsteigenden Dampf bleibt viel Flüssigkeit erhalten, weil dieser am Deckel kondensiert und zurück in den Topf läuft. Das Essen brennt nicht an und die Zutaten garen im eigenen Saft wobei die Zugabe von Fett nur begrenzt erforderlich ist. Nährstoffe und Aromen bleiben während des Schmorens weitgehend erhalten. Die Tajine ist ideal auch für ungeübte Köche und Leute mit wenig Zeit.

Einfache Speisenzubereitung

Für die Zubereitung der Speisen werden die Zutaten in den Topf geschichtet und gewürzt. Fleisch und Fisch vorher marinieren bzw. würzen.

UNSER Tipp: Zwiebelringe ganz nach unten legen danach Fleisch oder Fisch, zum Schluss kommt das Gemüse; hartes nach unten, weiches nach oben.

Gebrauchsanweisung

Um eine maximale Lebensdauer zu erreichen und das Geschmackserlebnis zu verstärken beachten Sie bitte folgende Anweisungen:

Vor der Erstbenutzung der Tajine

Legen Sie die Tajine über Nacht in kaltes Wasser. Achten Sie hierbei bitte darauf, dass der Topf vollständig mit Wasser bedeckt ist. Es dürfen keine Zusatzstoffe wie Reinigungsmittel ins Wasser gegeben werden. Anschließend muss die Tajine an der Luft richtig trocknen. Feuchten Sie die unglasierte Unterseite des Bodens mit Wasser an und reiben Sie die Innenseite des Bodens sowie des Deckels gut mit Olivenöl ein. Nun geben Sie eine Tasse Wasser mit einem Esslöffel Öl in die Tajine und verschließen diesen. Anschließend setzen Sie ihn in den kalten Ofen. Achten Sie bitte unbedingt darauf, dass der Ofen kalt ist, da die Tajine sehr empfindlich auf große Temperaturunterschiede reagiert. Anschließend heizen Sie den Ofen nach und nach auf max. 180°C auf und lassen die Tajine für 30 bis 45 Minuten drin. Dieser Prozess stärkt den Tajine und fördert beim Kochen eine bessere Geschmacksentwicklung der Gerichte. Die Tajine ist nun gebrauchsfertig!

Vor jedem Gebrauch

Im Gegensatz zum herkömmlichen Schmortopf brauchen Sie die Tajine nicht komplett zu wässern. Es reicht, wenn Sie vor jedem Gebrauch das Unterteil für ca. 30 Min wässern.

Pflege

Tajines sind nicht spülmaschinenfest und sollten von Hand gespült werden. Bei der **unglasierten Tajine** verwenden Sie bitte **keine** aggressiven Spül- oder Reinigungsmittel, da dieser sonst den Lehm angreift. Zur gelegentlichen Geschmacksneutralisierung können Sie Zitronenwasser oder Essig verwenden. Bei festsitzenden Resten benutzen Sie bitte einen Drahtschwamm.

!!!Sehr Wichtig!!!

Bei Kochplatten und Ceranfeld: Niemals die Tajine auf eine glühende Kochplatte setzen, da die Tajine wie bereits erwähnt sehr temperaturempfindlich ist. **Es ist unbedingt erforderlich mit einer sehr geringen Kochtemperatur zu beginnen und die Temperatur nur bis zur (maximal) mittleren Stufe steigern.**
Beim Backofen: Auch hier gilt: nie die Tajine in den heißen Ofen stellen. Nach dem Kochen soll man darauf achten daß die Tajine nicht auf einen kalten Untergrund gestellt wird (wegen hoher Temperaturschwankung).
Beim Kohlegrill: Die Tajine auf den Grill stellen bevor die Kohle glüht.
Erfahrungsgemäß sind die Speisen nach ca. 60 bis 90 Min fertig. Bei unsachgemäßem Gebrauch kann es zu Rissen kommen. Bitte haben Sie Verständnis, das wir hierfür keine Gewährleistung übernehmen können!

Service

Sollten Sie noch Fragen zur Gebrauchsanweisung und Kochkunst des Tajine haben, beraten wir Sie selbstverständlich gerne.