



Kookoo-e Sabzi

Naurúz ist ein persisches Neujahrsfest, das nicht nur im Iran, sondern auch in Afghanistan, bei den Kurden und in Zentralasien gefeiert wird. Naurúz, wörtlich: neuer Tag, wird am 21. März begangen und feiert das Ende des Winterhalbjahres und den Beginn des Frühlings und der Feldarbeit.

Das Fest ist lange vor dem Islam entstanden, seine Wurzeln liegen im zoroastrischen Glauben. Deshalb stehen manche Strömungen des orthodoxen Islam dem Fest nicht unbedingt positiv gegenüber. Neben Versuchen, das Fest im Sinne des Islam umzudeuten, gibt es Bestrebungen, das Naurúzfest zu unterdrücken. Für viele Iraner ist das Fest deshalb ein subtiler Protest gegen die Islamisierung des Landes.

Zu Naurúz wird ein festlicher Tisch mit den Haft Sin gedeckt. Die Haft Sin sind sieben Speisen und Gegenstände, die mit dem Buchstaben Sin beginnen, darunter: Weizensprösslinge oder frische Kräuter (Sabze), Knoblauch (Sir), Äpfel (Sib) und Münzen (Sekke). Sie symbolisieren Erneuerung, Gesundheit und Liebe sowie andere gute Dinge, die man sich vom neuen Jahr erhofft.

Für 3-6 Personen:

- 8 Eier
- 1 TL Mehl
- 1 EL Berberitzenbeeren
- 1/3 Tasse fein gehackte Walnüsse
- 1/4 TL schwarzer Pfeffer
- 125 ml Öl oder Butter
- 1 Bund Frühlingszwiebeln oder Schnittlauch, fein gehackt
- 4 Bund Petersilie, fein gehackt
- 1 Bund frischer Koriander
- 1/2 Bund frischer Dill
- 3 EL getrocknete Bockshornkleebblätter
- 1 TL Salz

Festmähler sollen üppig sein! Deshalb gibt es hier ausnahmsweise kein Rezept mit nur 5 Zutaten.

Zubereitung:

Die Berberitzenbeeren vor dem Kochen 15 Minuten lang einweichen und abspülen.

In einer Schüssel die Eier, die Hälfte des Öls und alle anderen Zutaten außer den frischen und getrockneten Kräutern vermischen und mit einer Gabel gut verrühren. Anschließend die Kräuter vorsichtig einrühren.

Den Backofen auf 120 Grad Celsius vorheizen. Den Rest des Öls in eine Auflaufform geben, die Eiermischung hineingießen und für 40–45 Minuten backen. Die Form für die Hälfte der Backzeit mit Aluminiumfolie abdecken, um zu verhindern, dass die Kruste austrocknet. Zum Servieren in Stücke schneiden!

