



## Alicha

Zutaten für ca. 50 kleine Portionen:

---

12 Karotten  
14 Kartoffeln  
3 Paprika  
3 Spitzkohl  
Curry  
Kurkuma  
Salz  
Olivenöl

Zubereitung:

---

Karotten, Kartoffeln, Paprika und Spitzkohl in grobe, handliche (man isst afrikanisch ja mit den Händen) Stücke schneiden. Wer will, kann hier auch noch Zwiebeln, Knoblauch oder anderes Gemüse dazugeben.

In einer ofenfesten Form (ich benutze eine Tonform auf dem Gasfeld) das Olivenöl heiß werden lassen und das Gemüse mit dem Salz für ca. 5 Minuten unter ständigem Rühren braten. Das Braten kann auch im Ofen erfolgen. Dann das Kurkuma darüber geben und kurz mitbraten. Mit Wasser ablöschen, aufkochen lassen und alles ca. 30 Minuten bei 180 Grad in den Backofen bei Ober-/ Unterhitze geben bis das Gemüse weich ist.

Das Gemüse kann man auch gut bei 100 Grad im Backofen warm halten.

