

Zignin alkuperä ja merkitys Eritreassa

Zigni on perinteinen eritrealainen muhennos, joka kuuluu maan keittiöön. Se on mausteinen ruokalaji, joka valmistetaan erilaisista lihoista, kuten naudanlihasta, kanasta tai lammasta, ja maustetaan aromaattisten mausteiden sekoituksella, mukaan lukien kumina, sarviapila ja korianteri. Zignia syödään injeran, hapantaikin leivän kanssa, joka on perusruoka Eritreassa ja Etiopiassa.

Zigni on olennainen osa eritrealaista kulttuuria, ja sitä tarjoillaan usein erityisissä tilaisuuksissa, kuten häissä, lomilla ja uskonnollisilla festivaaleilla. Se on myös suosittu katuruoka, ja sitä löytyy usein pienistä ravintoloista ja kahviloista ympäri maata. Zigni on ruokalaji, joka tuo ihmiset yhteen ja symboloi eritrealaista vieraanvaraisuutta ja lämpöä.

Zignin valmistamiseksi tarvittavat seuraavat ainekset:

Liha (naudanliha, kana tai lammas)

Sipuli

Valkosipuli

tomaatit

Berbere (sekoitus mausteita, mukaan lukien kumina, sarviapila, korianteri ja chilijauhe)

Öljy

vesi

Suolaa



Valmista zigni seuraavasti:

Kuumenna öljy isossa kattilassa keskilämmöllä.

Lisää hienonnettu sipuli ja valkosipuli ja kuullota kunnes ne pehmenevät.

Lisää liha ja paista muutama minuutti, kunnes se on ruskeaa joka puolelta.

Lisää berbere ja sekoita hyvin, jotta liha peittyi.

Lisää pilkotut tomaatit ja vesi.

Sekoita hyvin, peitä kattila ja anna hautua vähintään tunnin ajan, kunnes liha on kypsää ja kastike paksuuntunut.

Tarjoile kuumana injeran kanssa.

Zignin tarjoilu: säästys, kulttuuriperinteet ja etiketti

Zigni tarjoillaan perinteisesti suurella vadilla, jossa on injera, jota käytetään muhennosten kauhaamiseen. On tavallista, että ihmiset syövät käsin, koska sen uskotaan parantavan ruoan makua. Ihmisillä on myös tapana jakaa sama lautanen, mikä symboloi yhtenäisyyttä ja yhteenkuuluvuutta.

Eritrealaisessa kulttuurissa pidetään epäkohteliasta jättää ruokaa lautaselle, koska se viittaa siihen, että et nauttinut ateriasta. Siksi on tärkeää ottaa vain sen verran ruokaa kuin jaksat syödä ja syödä kaikki lautasellasi. On myös tapana kiittää isäntiä ateriasta ja kehua ruokaa.

Yhteenvedon voidaan todeta, että zigni on herkullinen ja maukas ruokalaji, joka on olennainen osa eritrealaista ruokaa. Se on eritrealaisen vieraanvaraisuuden ja anteliaisuuden symboli, ja sitä tarjoillaan usein erityisissä tilaisuuksissa ja jaetaan ystävien ja perheen kesken. Seuraamalla näitä vaihteita ja kulttuuriperinteitä voit kokea eritrealaisen keittiön ja kulttuurin todellisen olemuksen.

Injera-leipä

Ainekset, 12 kpl, noin 4 annosta:

5 dl teff-jauhoa

2 ½ dl vehnä jauhoja

1 ½ tl leivinjauhetta

1 tl suolaa

7 ½ dl kivennäisvettä

1 ¼ dl maustamatonta jogurttia

2 rkl gheetä (kirkastettua voita)

Tee näin:

1. Sekoita jauhot, leivinjauhe ja suola isossa kulhossa.
2. Sekoita kivennäisvesi ja jogurtti toisessa kulhossa ja vatkaa neste jauhoseokseen. Taikinan tulisi olla melko löysää ja tasaista.
3. Kuumenna tilkka gheetä isolla paistinpannulla keskilämmöllä.
4. Kaada reilu 1 desilitra taikinaa pannulle spiraalin muotoon keskeltä aloittaen ja paista 20 sekuntia.
5. Laita kansi päälle ja paista vielä 30 sekuntia.



Himbasha - leipä

INGREDIENTS

- 3 ½ C AP Flour unbleached
- 1 C water
- ¼ C Oil
- ½ Tsp Salt
- ¼ C Sugar
- 2 ¼ Tsp Active Dry yeast 1 pkt or 7 g
- ½ Tsp Crushed cardamom
- 2 Tsp Sesame seeds



To glaze/decorate

- 1 -2 Tbsp Milk/Water
- 1 Tsp Sesame Seeds
- 1 Tbsp Butter

INSTRUCTIONS

1. Warm the water until it is just warm to touch. Take ¼ C water and add 1 Tbsp sugar to it. Stir to dissolve and sprinkle the yeast on top. Set aside for 5 to 10 minutes until the yeast begin to froth.

Using the stand mixer

1. Add the activated yeast mix into the bowl of the stand mixer. Add the flour , salt , sugar, sesame seeds and crushed cardamom to it. Fit the machine with the dough hook and stir the mix to combine. Adjust the speed to knead at low and add the water slowly to the bowl. Within a minute of kneading the dough will come together. If needed add a few more tablespoons of water/flour as required. Once the dough has come together slowly drizzle the oil and knead for addition 3 to 4 minutes until the dough feel smooth.

By Hand.

1. Combine the flour, salt , sugar, spices , and seeds together. Make a well in the middle of the flour mix and add the activated yeast mix. Knead by slowly incorporating the dry mix into the wet mix. Add as much of the remaining water as necessary . Once all the flour has been moistened knead in the oil little by little. Keep kneading for about 10 minutes until the dough feel soft and supple.

2. Lightly oil a large bowl. Form the dough into a smooth ball and place in the bowl. Cover and let it rise in a warm place for 1 hour or until it is doubled in size.

3. Lightly grease the insides of a 9 inch spring form pan (any circular pan you are using). Punch down the dough and shape into a disc. Place inside the pan and press and shape to fit the pan. Cover and let it rise till almost doubled – about 30 minutes.

4. Preheat the oven to 350 F .

5. Uncover the dough. Using a dinner knife make decorative patterns all over the top of the bread. Do not cut through. Lightly brush the top with water/milk . Sprinkle sesame seeds on top .
6. Transfer to the preheated oven and bake for 30 minutes or until done.
7. This bread is done when it is browned lightly on top.
8. Remove from the oven, brush the top with butter and let it cool for 5 minutes in the pan. Transfer to a cooling rack and cool completely.