

Rezept Couscous

Couscous hat seinen Ursprung in der nordafrikanischen Küche, wo es als Grundnahrungsmittel dient. Es kann sowohl kalt als Salat als auch als vielseitige Beilage zu Fleisch und Gemüse zubereitet werden. Das Couscous von Crowd Container ist in wenigen Minuten zubereitet und duftet fein nach Zimt. Es ist nahrhaft und gleichzeitig bekömmlich, da es aus der alten Hartweizensorte «Timilia» hergestellt wird.

ZUTATEN

für 4 Personen

500 g Couscous aus «Timilia» Hartweizen*	500 g Knochenbrühe vom Angus Rind*
2 EL Olivenöl	50 g Butter oder Olivenöl
20 g Pinienkerne, geschält	2 TL Ras el-Hanout
20 g Pistazien, geschält	2 TL Salz

ZUBEREITUNG

1. Couscous vorbereiten: Gib den Couscous in eine grosse Schüssel. Füge 2 EL Olivenöl hinzu und vermenge alles gut, sodass der Couscous gleichmässig mit Öl bedeckt ist.
2. Kernen hinzufügen: Gib die Pinien - und Pistazienkerne hinzu. Gut vermengen.
3. Bouillon zubereiten: Erhitze die Knochenbrühe in einem Topf. Füge 2 Ras el Hanout und Salz hinzu. Lass die Mischung aufkochen.
4. Butter hinzufügen: Sobald die Knochenbrühe kocht, füge die Butter (oder Olivenöl) hinzu und lasse sie schmelzen.
5. Couscous aufgiessen: Übergiesse den Couscous in der Schüssel gleichmässig mit der heissen Bouillon-Mischung.
6. Ziehen lassen: Decke die Schüssel mit einem Deckel oder einem Tuch ab. Lass den Couscous etwa 10 Minuten ziehen, bis er die gesamte Flüssigkeit aufgenommen hat.
7. Couscous auflockern: Verwende eine Gabel, um den Couscous vorsichtig aufzulockern.