



## Bunter Couscoussalat mit Mairüben

### Zutaten

für 4 Personen

- 1 kleine Dose Kichererbsen
- 150g Karotten
- 250g Mairübchen
- 150g Zucchini
- 200g Tomaten
- 2 El Tomatenmark
- 100g Zwiebeln
- 2 Stk. Knoblauchzehen
- Olivenöl
- Butter
- 2 Tassen Couscous
- Evtl. Rosinen
- 2El Ras el hanout
- 1El Kreuzkümmel
- 1El Koriander
- 1/2TI Kurkuma

### Besonderes Zubehör

### Schwierigkeitsgrad

Normal

### Zubereitungszeit

30 Minuten  
+ 30 Minuten Kochzeit



### Zubereitung

Kichererbsen abwaschen. Schälen, waschen und würfeln das gesamte Gemüse. In einem Topf die Zwiebeln und den Knoblauch mit Olivenöl glasig dünsten. Tomatenmark hinzufügen und mit anschwitzen.

1L Wasser in den Topf geben, sowie Karotten und Mairübchen. Mit Salz, Pfeffer würzen und mit geschlossenem Deckel 20 min weiterköcheln. Zucchini, Tomaten, Kichererbsen, Ras el Hanout, Kreuzkümmel, Koriander und Kurkuma hinzufügen und umrühren. Mit geschlossenem Deckel 10 Minuten weiterkochen.

Für das Couscous:

Die Butter in einem Topf schmelzen, das Couscous hinzufügen und kurz umrühren.

Vom Herd nehmen und kochendes Wasser hinzufügen (gleiche Menge wie das Couscous, also hier 2 Tassen Wasser für 2 Tassen Couscous). Wenn gewünscht, eine Hand voll Rosinen zugeben. Solange umrühren, bis das Wasser aufgesaugt ist und dann mit dem Gemüse vermischen.