

Ratatouille-Couscous

Gesunder Genuss mit orientalischer Geschmacksnote.
Der Dip ist das i-Tüpfelchen.

Zutaten

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
½ Peperoni, rot
½ Peperoni, gelb
1 Zucchini
½ Aubergine
2 EL Olivenöl
200g Tomaten, gehackt
2 dl Bouillon
200g Couscous
Salz, Pfeffer
1 EL gehackte Kräuter

Zubereitung

Etwa 30 Minuten

1 Zwiebel, Knoblauch, Peperoni, Zucchini und Aubergine in kleine Würfel schneiden und im heißen Olivenöl anbraten. Gehackte Tomaten begeben und bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Bouillon auffüllen, Couscous dazugeben und bei kleiner Hitze 5 Minuten quellen lassen. Würzen und nach Belieben mit Kräutern verfeinern.

Dip

180g Joghurt, 1 Teelöffel Harissa, Saft von einer halben Zitrone und 1 Esslöffel gehackte Minze verrühren; passt perfekt zu diesem Couscous.

