

## MAROKKANISCHE LIAISON

### FRÜHLINGSCOUSCOUS, SPITZKOHL, KORIANDER, INGWER

FÜR 4 PERSONEN

#### ZUTATEN

##### FRÜHLINGSCOUSCOUS

- 4 Spitzkohlblätter, gross, gewaschen, trocken getupft
- 1 gr. Pck. Couscous St. Martin
- 200 g \*Frühlingserbsen, ausgelöst, blanchiert, ersatzweise TK
- 180 g \*eingelegte Tomaten, abgetropft, in feine Streifen geschnitten
- 150 g \*Stangensellerie, die inneren weissen Stängel in feine Streifen geschnitten
- 1 El \*Korianderblätter, gezupft
- 1 El \*rosa Ingwer, eingelegt, abgetropft, fein geschnitten
- 1 \*Bio Limette, gewaschen, in hauchdünne Scheiben geschnitten
- 2 \*Orangen, Filets ausgelöst
- Limettenöl
- Ingweressig
- Fleur de Sel
- Piment d'Espelette
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

##### GARNITUR

- Koriander, frisch

#### ZUBEREITUNG

##### FRÜHLINGSCOUSCOUS

Den Couscous nach Packungsbeilage zubereiten. Mit den \*Zutaten mischen. Mit Limettenöl, Ingweressig, Fleur de Sel, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken und 30 Minuten ziehen lassen.

#### ANRICHTEN

Je ein Spitzkohlblatt mit dem Frühlingscouscous füllen und mit Korianderblättchen garnieren.

## Rezept von La Tavola

