DINNERLY

Griekse grillkaas op couscous

met geroosterde paprika en amandel

20-30min 2 personen

Wie dit recept kookt wordt beloond met een keuken vol heerlijke geuren: het ruikt naar geroosterde groenten en amandelen, vers gebakken Griekse grillkaas en licht gekaramelliseerde honing. En het beste van alles is dat het op een bedje van zachte couscous allemaal nog beter smaakt dan het ruikt.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g biologische couscous [1]
- 2 tomaten
- 1 paprika
- 25g amandelen [15]
- 200g Griekse grillkaas [7]
- 1 bosui

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- staafmixer met beker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 1022kcal, vet 65.5g, koolhydraten 67.8g, eiwit 38.8g

1. Couscous koken

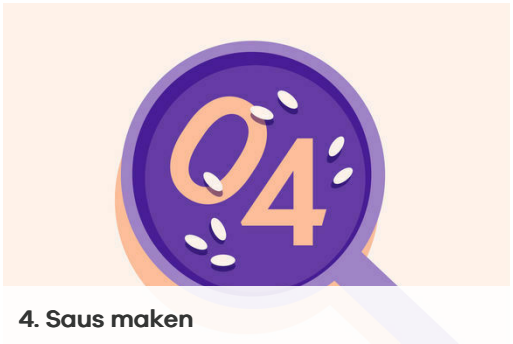
Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Neem de pan van het vuur, voeg de **couscous** toe en leg een deksel op de pan. Laat 6-8min wellen. Roer de **couscous** dan los met een vork en hou tot het serveren afgedekt warm.

2. Groente roosteren

Snij de **tomaten** in vieren. Snij de **paprika** eveneens in vieren en verwijder de zaadlijsten. Leg beide op een bakplaat met bakpapier. Druppel er 1el olijfolie over en kruid met peper en zout. Schuif de bakplaat met **groente** bovenin de oven en rooster 6-8min, tot de **paprika** goed bruin is. Haal de **paprika** van de plaat en laat afkoelen.

3. Grillkaas bakken

Zet de oven op 200°C (180°C hetelucht). Leg de **amandelen** naast de **tomaat** op de bakplaat en rooster in 2-4min goudbruin. Snij de **grillkaas** in blokjes van ca. 2cm. Verhit een middelgrote koekenpan met 1tl olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **grillkaas** in 3-5min goudbruin. Neem de koekenpan dan van het vuur en roer 1el honing door de **grillkaas**.



4. Saus maken

Pel 1 teen knoflook, snij in vieren en doe samen met evt. vocht van de bakplaat, **3 stukken tomaat**, de **helft van de amandelen**, 3el olijfolie, 1el azijn en een snuf peper en zout in een hoge (maat)beker. Pureer het geheel met een staafmixer fijn. Snij de afgekoelde **paprika** in dunne repen.

5. Afmaken en serveren

Snij de **bosui** in dunne ringen. Hak de **rest van de amandelen** en meng ze met de **couscous** en **⅓ van de saus**. Schep de **couscous** op borden, serveer de **grillkaas**, **groente** en de **rest van de saus** erop en garneer met de **bosui**.

6. Zure kompanen

In dit recept gebruiken we azijn om de saus mee op smaak te brengen. Heb je dat niet in huis, of heb je zin in een andere zure smaak, dan kun je in plaats daarvan wat sap van een citrusvrucht toevoegen. Citroen-, limoen- of sinaasappelsap zijn allemaal heerlijk!