



Couscoussalade met gerookte kipreepjes

met verse munt, sperziebonen en kaas



20-30min



2 personen

Tegen een goeie couscoussalade zeggen wij geen nee. Zeker niet dit exemplaar, gevuld met sperziebonen, komkommer, kaas, hazelnoten en gerookte kip. Het geheel wordt op smaak gebracht met ras el hanout, verse munt en citroen.

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 200g voorgesneden sperziebonen
- 1 onbehandelde citroen
- 25g hazelnoten¹⁵
- 1x gerookte kipreepjes
- 150g couscous¹
- 1 zakje ras el hanout
- 1 komkommer
- 1 blokje Italiaanse kaas⁷
- 10g verse munt
- 50g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- waterkoker
- dunschiller
- maatbeker
- keukenrasp

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 756kcal, vet 39.4g, koolhydraten 75.5g, eiwit 30.8g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Kook 300ml water in een waterkoker. Pel en hak de **knoflook** fijn. Dop de **sperziebonen**. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



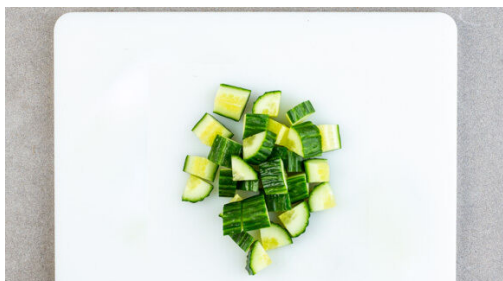
2. Bonen bakken

Verdeel de **sperziebonen** over een bakplaat met bakpapier en hussel ze om met 1el olijfolie en een flinke snuf zout. Rooster 16-18min in de oven. Voeg in de laatste 3min baktijd de **hazelnoten** en **gerookte kip** toe. Hak daarna de **hazelnoten** grof.



3. Couscous wellen

Doe de **couscous** in een hittebestendige kom met de **knoflook**, **2el citroensap**, **½tl kruidenmix** en een flinke snuf peper en zout. Schenk het gekookte water erover, roer door en laat de **couscous** 8-10min afgedekt garen. Roer los met een vork en laat afkoelen.



4. Komkommer snijden

Snijd de **komkommer** in blokjes.



5. Kaas schaven

Schaaf dunne plakjes van de **kaas** en snijd de **muntblaadjes** in reepjes.



6. Couscous afmaken

Meng de **couscous** met de **komkommer**, **citroenrasp**, de **helft van de munt**, de **rucola** en 2el olijfolie. Breng de **salade** op smaak met peper, zout, **citroensap** en **meer kruidenmix**. Serveer de **couscoussalade** met de **sperziebonen** en de **gerookte kip** en bestrooi met de **hazelnoten**, de **rest van de munt** en de **kaas**.