



Couscoussalade met gerookte kip

en 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 milde harissakruiden, verse munt en citroen.

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 100g sperziebonen
- 1 citroen
- 25g hazelnoten ¹⁵
- 1x gerookte kipreepjes
- 200g couscous ¹
- 1 zakje harissa
- 1 komkommer
- 1 blokje harde kaas ⁷
- 10g verse munt
- 100g rucola

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- 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 789kcal, vet 32.5g, koolhydraten 97.5g, eiwit 33.8g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Kook 400ml water in een waterkoker. Pel de **knoflook** en hak fijn. Dop de **sperziebonen**. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit.



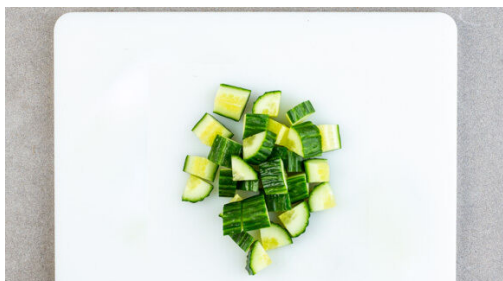
2. Bonen bakken

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



3. Couscous wellen

Doe de **couscous** in een hittebestendige kom met de **knoflook**, **2el citroensap**, **1/2tl harissa** en een flinke snuf zout en peper. 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 **helft van de komkommer** (of meer bij grote trek) 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 zout, peper, **citroensap** en **meer harissakruiden**. Serveer de **couscoussalade** met de **sperziebonen** en de **gerookte kip** en bestrooi met de **hazelnoten**, de **rest van de munt** en de **kaas**.