



Couscous met harissawortels

en gegrilde sla met granaatappelpitjes



20-30min



2 personen

In Nederland eten we graag komijnekaas, maar de geurige komijn wordt in andere wereldkeukens op geheel andere wijze toegepast. In dit bijzondere gerecht verwerk je geroosterde komijnzaadjes in een dressing op basis van olie en azijn. De combinatie met pittige harissawortels, granaatappelpitjes, couscous en gegrilde romanesco is even wennen, maar als je het hebt geproefd, ben je vast gelijk verkocht!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje amandelschaafsel ¹⁵
- 15g verse kruidenmix: citroentijm, munt & peterselie
- 1x wortelschijfjes
- 150g couscous ¹
- 1 granaatappel
- 1 kuipje honing
- 5g Aladdin's coffee spice mix
- 1x babyromanasla
- 1 sachet harissa

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- koekenpan met deksel
- maatbeker
- waterkoker
- grillpan of koekenpan

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

Kooktip

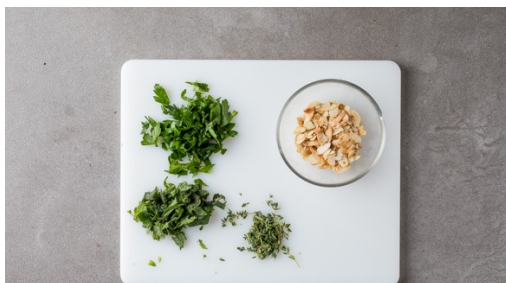
Snijd de granaatappel in vieren en doe de stukken in een kom met water. Maak de pitjes los. Verwijder de vliesjes en giet af.

Allergenen

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

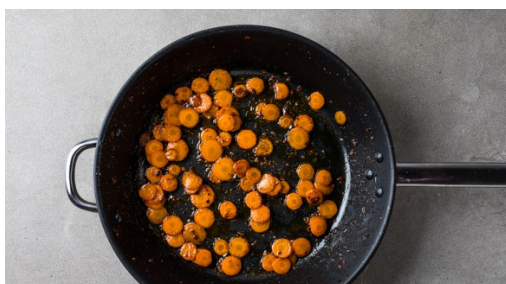
Voedingswaarde per portie

calorieën 732kcal, vet 31.6g, koolhydraten 88.6g, eiwit 15.1g



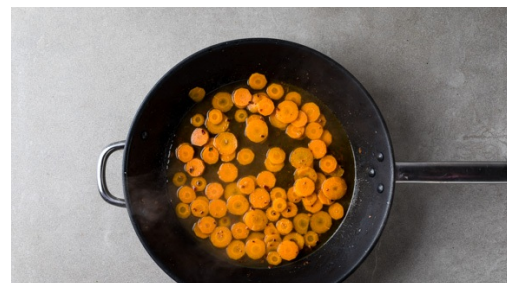
1. Ingrediënten voorbereiden

Breng 300ml water in een waterkoker aan de kook. Rooster het **amandelschaafsel** in een grote koekenpan op middelhoog vuur in 1-2min goudbruin. Let op, het **schaafsel** kan snel verbranden. Neem uit de pan en zet apart. Pluk de **blaadjes** van de **mint** en **citroentijm** en hak ze met de **peterselie** fijn. Doe de steeltjes weg.



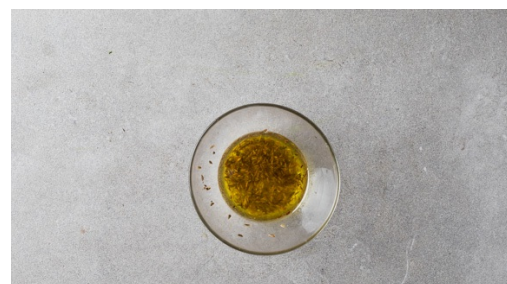
4. Wortels afmaken

Haal het deksel van de wortelpan en kook 3-4min tot de helft van het vocht is verdampt. Voeg de **honing** toe en bak 1-2min mee. Voeg indien nodig een extra scheutje water toe en breng de **wortel** op smaak met evt. meer **harissa**, peper en zout. Houd warm.



2. Harissawortels stoven

Verhit 1el olijfolie in de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur en bak de **wortelplakjes** samen met de **helft van de harissa** 1-2min. Voeg 100ml water, een snuf zout en peper toe en breng aan de kook. Dek af met een deksel en stoof de **wortel** 2-3min.



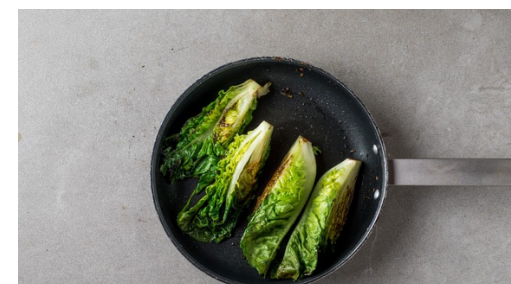
5. Dressing maken

Maak in een kommetje een **dressing** van 1el azijn, 1-2el olijfolie, **1/4-1/2tl Aladdin's spice mix** en een snuf zout en peper.



3. Couscous wellen

Doe de **couscous** met 1/4tl zout in een hittebestendige kom of kookpan en overgiet met het zojuist gekookte water. Dek af en laat 8-10min wellen totdat het water is opgenomen. Roer de **couscous** met een vork los. Roer er vervolgens de **gehakte verse kruiden** door. Ontpit de **granaatappel** (zie kooktip, links).



6. Sla roosteren

Snijd de **kropjes babyromanasla** in de lengte door, maar houd de stronk intact. Verhit een grillpan of grote koekenpan op middelhoog vuur en leg de **sla** in de pan. Rooster in 1-2min per kant goudbruin. Verdeel de **couscous**, **wortels** en **geroosterde sla** over de borden. Besprenkel met de **dressing** en bestrooi met de **granaatappelpitjes** en het **amandelschaafsel**.