

Du brauchst

(für 10 Personen):



- 500g Couscous
- 500g Gemüsebrühe
- 1000g Brokkoli
- 400g Erbsen
- 10 Lauchzwiebeln
- 4 Zehen Knoblauch
- 500g Möhren
- 5 Paprika
- Öl
- Pfeffer und Salz
- Currypulver



Los gehts!

1. Das Gemüse waschen und kleinschneiden.
2. Gemüsebrühe zum Kochen bringen, vom Herd nehmen und Couscous hinzugeben. Zugedeckt quellen lassen.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen und zunächst die Möhren mit dem Knoblauch darin anbraten. Anschließend Paprika und Brokkoli hinzugeben und nach kurzer Zeit die Erbsen. Das Gemüse nun mit den Gewürzen abschmecken.
4. Zum Schluss noch die Lauchzwiebeln hinzugeben, mit dem Couscous vermengen und servieren.

Guten Appetit!

