

BUNTER COUSCOUS

Couscous ist ein Lebensmittel und gleichzeitig ein Gericht aus Nordafrika. Da Couscous sehr schnell zubereitet werden kann wird er auch bei uns immer beliebter!

Manche Arbeitsschritte müssen nacheinander ausgeführt werden, andere kann man nebeneinander durchführen.

Arbeitsplatz, Geräte herrichten!			
Zwiebel schälen, fein schneiden	Karotten waschen, in Würfel schneiden	Zucchini waschen, in Würfel schneiden	Paprika waschen, in Würfel schneiden
In einer großen Pfanne mit wenig Öl: 1) Zwiebel anschwitzen		Couscous zubereiten (wie auf der Packung angegeben)	
2) Karotten zugeben und umrühren		Tomaten waschen, in Würfel schneiden	
3) Zucchini zugeben und umrühren		Petersilie waschen, abzupfen und fein schneiden	
4) Paprika zugeben und umrühren			
5) mit Salz und Pfeffer würzen			
6) gekochten Couscous dazugeben und umrühren			
7) Tomatenstücke und Petersilie zugeben und umrühren			
...zugedeckt warmhalten!			
Arbeitsplatz zusammenräumen!!!			