



Couscous mit Hühnchen und Gemüse

Zutaten für zwei Personen:

250g Couscous
250g Hühnchen
250ml Brühe
1 Zwiebel
2 Frühlingszwiebeln
Zuckerschoten
Karotten (bunt)
Butter, Öl, Nüsse, Rosinen
Salz, Pfeffer, Paprika, Kumin



Zubereitung:

Bereiten Sie das Gemüse vor. Zwiebel und evtl. Knoblauch schälen. Sobald Sie das Gemüse klein schneiden wollen, verwenden Sie diesmal eine andere Schnitttechnik als sonst. z.B. schrägen Sie den Schnitt bei ihrem Lauchgemüse an und ebenso die Karotten und Zuckerschoten schneiden Sie diesmal etwas diagonal in feine Scheibchen. Nun schnetzeln Sie das Hühnchenfleisch. Erhitzen Sie einen Topf mit etwas Öl, bitte heiß werden lassen. Nun Hähnchenfleisch scharf, d.h. heiß anbraten lassen. Würzen, evtl. haben Sie Lust etwas Kumin und orientalische Gewürze zu verwenden. Gut würzen, sobald das Hühnchenfleisch braun angebraten und gar ist, geben Sie Nüsse, Rosinen und das Gemüse hinzu; schwitzen Sie dies ebenfalls im gleichen Topf an. Nun kommt der Couscous dazu. Umrühren etwas Öl hinzu und jetzt mit der Brühe angießen. Gut durchrühren. Einmal aufkochen lassen, danach auf 2 zurückdrehen und quellen/ziehen lassen. Fertig! Sobald Sie das Gefühl haben, dass ihr Couscous fertig gequollen ist, geben Sie etwas Butter hinzu, nochmals durchrühren.

Guten Appetit wünscht



**FRANKEN
FERNSEHEN**