

Couscous salade met aubergine en paprika

De naam parelcouscous doet wellicht vermoeden dat het hetzelfde is als couscous, maar dat is zeker niet het geval. Couscous heeft namelijk een veel fijnere structuur en deze laat je wellen of stoom je op de traditionele manier. Parelcouscous heeft een grovere structuur, kleine pareltjes, heeft qua bite meer weg van pasta en deze kook je om te bereiden. Daardoor kun je 'm zowel goed als bijgerecht, basis voor salades en voor in de soep gebruiken.

Op de foto's zie je dat we een bijzondere soort aubergine, klein en wit, en paprika hebben gebruikt. Laat je daar niet door afleiden, het kan natuurlijk ook met een 'gewone' aubergine en paprika. Bepaal zelf of je de salade vegetarisch wilt maken door de toevoeging van gegrilde lams- of merguezworstjes die je in stukjes snijdt en door de salade mengt. Lekker als lichte avondmaaltijd, maar ook heerlijk als lunch om mee te nemen naar kantoor.

Dit recept komt oorspronkelijk van francescakookt.nl

Menugang:	Hoofdgerecht
Type gerecht:	Vleesgerecht
Aantal personen:	2
Bereidingstijd:	30 minuten

De naam parelcouscous doet wellicht vermoeden dat het hetzelfde is als couscous, maar dat is zeker niet het geval. Couscous heeft namelijk een veel fijnere structuur en deze laat je wellen of stoom je op de traditionele manier. Parelcouscous heeft een grovere structuur, kleine pareltjes, heeft qua bite meer weg van pasta en deze kook je om te bereiden. Daardoor kun je 'm zowel goed als bijgerecht, basis voor salades en voor in de soep gebruiken.

Op de foto's zie je dat we een bijzondere soort aubergine, klein en wit, en paprika hebben gebruikt. Laat je daar niet door afleiden, het kan natuurlijk ook met een 'gewone' aubergine en paprika. Bepaal zelf of je de salade vegetarisch wilt maken door de toevoeging van gegrilde lams- of merguezworstjes die je in stukjes snijdt en door de salade mengt. Lekker als lichte avondmaaltijd, maar ook heerlijk als lunch om mee te nemen naar kantoor.

Dit recept komt oorspronkelijk van francescakookt.nl

Bereidwijze

1. Snijd de aubergine in dunne plakken en bestrooi rijkelijk met zout. Laat ongeveer 15 minuten liggen.
2. Bereid de parelcouscous volgens de aanwijzing op de verpakking.
3. Verhit een grillpan en bak hierin de lamsworstjes gaar en goudbruin.
4. Snijd de paprika in dunne repen en de lamsworstjes in plakjes.
5. Veeg het zout zorgvuldig van de plakken aubergine af en grill ze daarna gaar in de grillpan.
6. Meng de parelcouscous, plakjes worst en aubergine en reepjes paprika in een schaal. Maak een dressing van 4 el olijfolie, 2 el tomaat basilicum azijn, peper en zout en meng dit door de salade. Proef en breng eventueel extra op smaak. De salade wordt nog lekkerder als je 'm even 15 minuten laat staan zodat de smaken kunnen intrekken.
7. Hak de peterselie grof en strooi over de salade heen vlak voordat je gaat serveren.

Ingrediënten

- 1 aubergine
- zeezout
- 200 gr parelcouscous
- 2 gekruide lamsworstjes
- Extra vergine olijfolie
- 1 rode paprika
- tomaat basilicum azijn
- zwarte peper
- handje platte peterselie

accessoires