

Pearl-Couscous mit Kürbis und Spinat

Zutaten: (für 4 Personen)

- 2 Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, geschält und gequetscht
- etwas getrockneter Chili
- 2 EL Olivenöl
- 800 g Kürbis, gerüstet und in kleine Würfel geschnitten (ca 1.5 cm Kantenlänge)
- ¼ TL Raz el Hanout (Gewürz)
- ¼ TL Sumach (Gewürz)
- Zitronensaft
- Abrieb einer halben Bio-Zitrone
- 3 Handvoll frischer Spinat
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 250 g Pearl-Couscous

Zubereitung:

Zwiebeln, Knoblauch und Chili in Olivenöl anschwitzen.

Den Kürbis zugeben, salzen und dann auf mittlerem Feuer anbraten, bis der Kürbis gar ist und etwas Farbe angenommen hat.

Mit Raz el Hanout und Sumach würzen.

Den Spinat dazugeben und kurz zusammenfallen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Pearl-Couscous nach Angaben auf der Packung zubereiten und unters Gemüse mischen. Nach für nach Zitronensaft und Zitronenabrieb zugeben und gut mischen.

Allenfalls nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.