

Couscous mit Auberginen und Feigen

Zutaten für den Couscous (für 8 Personen):

- 350 g Auberginen
- 500 g Couscous
- 500 ml Wasser
- 80 g Butter
- 1 EL Ras el Hanout
- 3 Schalotten
- 1 EL Rosmarinnadeln
- 1 Bio-Zitrone
- alternativ: Limette
- 1 EL getrocknete Kräuter der Provence
- 1 Knolle junger Knoblauch
- alternativ: einige Zehen Knoblauch
- 2 Chili-Schoten
- etwas Zucker
- zum Braten: Olivenöl
- nach Belieben: Bio-Orange
- Salz

Rosmarin-Nadeln hacken, Zitrone auspressen und Schale abreiben. Schalotten schälen und fein würfeln. Chilischote anschneiden, Knoblauchknolle halbieren. Auberginen säubern und in Würfel schneiden.

Couscous in einen Topf geben. Wasser, Butter, Rosmarin, Ras el Hanout und Schalotten hinzufügen. Aufkochen und gut vermengen. Vom Herd nehmen und den Couscous etwa 5 Minuten quellen lassen (Genaue Garzeit siehe Packungshinweis). Anschließend salzen, leicht zuckern und mit Zitronensaft und Abrieb würzen. Wer mag, kann zusätzlich Orangensaft und Orangenabrieb hinzufügen.

Auberginen in einer beschichteten Pfanne in Olivenöl von allen Seiten anbraten. Mit Kräutern der Provence, Salz und Zucker bestreuen. Knoblauch und Chili-Schoten dazugeben. Hitze reduzieren und die Auberginen weitere 5-6 Minuten braten.

Zutaten für die Feigen:

- 4 Feigen
- 1 Prise Zucker
- alternativ: Honig
- 3 EL weiße Balsamico-Creme
- 2 EL Fruchtszig
- Salz
- frische Minze

Feigen säubern und halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Feigen bei milder Hitze vorsichtig braten. Dabei Fruchtszig und weiße Balsamico-Creme hinzufügen. Etwas salzen und mit Zucker oder Honig süßen.

Zum Servieren den Couscous mit den Auberginen vermengen und auf Teller geben. Darauf frische Minzblätter streuen. Die Feigen hinzufügen und mit etwas Frucht-Sud begießen.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 02.09.2022

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen