

## **Vegetarisch: Noord-afrikaanse couscous met o.a. butternut, courgette, kikkererwten, tomaatjes,...**

### **Nodig (voor 4 pers)**

*1 kleine butternut pompoen  
2 wortelen  
1 courgette  
200 gram kikkererwten (of 1 groot blik)  
2 sinaasappelen  
2 eetlepels ras-el-hanout (\*)  
olijfolie  
couscous  
groentebouillon  
1 citroen  
1 bakje kerstomaten  
1 rode ui  
muntblaadjes  
koriander  
amandelen  
eventueel een granaatappel*

### **Bereidingswijze**

**Voor de kikkererwten:** de droge kikkererwten eerst minstens 1/2 dag in water weken, afgieten en in gezouten water koken. Reken zeker 1 uur tot anderhalf uur of gebruik een drukkookpan. Het is gemakkelijker om voorgekookte kikkererwten in blik te gebruiken.

Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de pompoen, wortelen, courgette in stukken. Kook eerst de stukken wortel 5 minuten in een weinig kokend water, en voeg hier dan de stukken butternut pompen bij voor nog eens 5 minuten. Giet de wortel en pompoen af en stort ze in een ovenschaal. Voeg de stukken courgette en de kikkererwten toe en strooi er de ras-el-hanout (\*) over, alsook peper en zout. Overgiet met olijfolie en voeg het sap bij van 1 sinaasappel. Zet de schaal de oven tot de groenten zacht zijn. Reken hiervoor ongeveer 30 minuten. Roer halverwege de groenten eens goed om.

Maak ondertussen de couscous klaar: breng bouillon aan de kook, zet het vuur uit en giet er bij de couscous tot deze goed onder staat. Laat even afgedekt staan tot al het water is opgenomen, en roer dan met een vork de korrels los. Maak een vinaigrette van de citroenschil, het citroensap en de olijfolie en meng dit door de couscous. Spreid de amandelen uit in een bakpan en rooster ze. Bestrooi de couscous met de krokant geroosterde amandelen.

Roer de gare groenten, de in kwartjes gesneden kerstomaten, de rode ui, het fijngesneden vruchtvlies van een sinaasappel, de gehakte munt en de gehakte koriander door elkaar. Maak het feestelijker door er nog de zaadjes van de granaatappel over te strooien.

Serveer met de couscous.

**(\*) Maak zelf je eigen ras-el-hanout :** 1 eetlepel zwarte peperkorrels, 1 eetlepel komijnzaad, 1 eetlepel korianderzaad, 1/2 eetlepel kaneel, 1/2 eetlepel gemberpoeder en 1/2 eetlepel nootmuskaat samen fijn malen in een vijzel. Bewaar in een goed gesloten potje.