



Rezept

ORIENTALISCHER COUSCOUS MIT GEWÜRZHUHN UND FEIGENDIP

Zutaten für 4 Personen:

Für den Couscous

150 g Couscous
6 EL Olivenöl
100 g Salzzitronen
300 g Zucchini 1
Knoblauchzehe
7 EL Weißweinessig
120 ml Gemüsebrühe
1 EL Honig
1/2 TL Zimtpulver
1 TL gemahlener
Kreuzkümmel (Kumin)
2 Chilischoten
1 Bund Frühlingszwiebeln
je 1 Bund Petersilie glatt
und Minze
Salz und Pfeffer aus der
Mühle

Für das Huhn:

4 Stück Hühnerdrums
100g BBQ-Gewürz

Für den Dip:

4 Feigen
100g Schmand
Salz und Pfeffer

Vorbereitung:

Alle Zutaten bereitstellen.

Zubereitung:

Couscous in 350 ml kochendes Salzwasser rühren, bei ganz schwacher Hitze 5 Min. quellen lassen. 3 EL Olivenöl mit einer Gabel unterrühren, dabei die Körner auflockern. Couscous in eine Schüssel füllen.

Inzwischen die Zitronen klein würfeln. Zucchini waschen. Die Zucchini in 1 cm große Würfel schneiden, Den Knoblauch schälen. 3 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Zucchini hineingeben, Knoblauch dazu pressen und alles unter Rühren andünsten und salzen. Zitronen, Essig und Brühe dazugeben, einmal aufkochen, dann sofort vom Herd nehmen. Honig unterrühren und kräftig mit Zimt, Kreuzkümmel, Chili, Salz und Pfeffer würzen. Zum Couscous geben.

Frühlingszwiebeln waschen, putzen und mit dem Grün in feine Ringe schneiden. Petersilie und Minze waschen und trocken schütteln. Die harten Stiele abschneiden, die Blättchen grob hacken und mit den Frühlingszwiebeln unter den Salat mischen.

Zubereitung Gewürzhuhn:

Die Hühnerdrums putzen und mit BBQ-Gewürz marinieren.

Auf einen Backblech bei 180°C für 45 Minuten im Ofen goldbraun garen.

Zubereitung Feigendip:

Den Schmand in eine Schüssel geben.

Die Feigen vom Strunk entfernen und in einem hohen Gefäß mit einen Stabmixer pürieren. Das Feigenpüree unter den Schmand geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken und verrühren.



Rezept

Alles zusammen auf einen Teller anrichten und Servieren