

קוסקוס ומרק לקוסקוס טוניסאי



רכיבים

- קילוגרם סולת
- כף מלח
- כפית פפריקה אדומה מתוקה
- כף מרק טעם עוף ר.טבעיים
- כפית כורכום
- כפות רסק עגבניות
- שיני שום כתושות
- זר כוסברה
- גזרים
- תפוח אדמה
- 1/2 2/1 כרוב
- עוף
- שוק עוף
- 1/2 2/1 כוס גרגירי חמוס
- גרם דלעת פחות או יותר

הכנה

1. הקוסקוס - שמים את הסולת בקערה רחבה עם קצת מלח ובין 3\4 ל-1 כוס שמן, מערבבים ביד כדי שלא יהיו גושים ופותחים את הקוסקוס ביד. נותנים חמש דקות לנוח.
2. בינתיים מכינים את המרק: שמים מים שירתחו, את התבלינים לפי הטעם, את הכוסברה, תפוח האדמה גזר, כרוב, דלעת, חמוס ועוף ומבאים לרתיחה כמובן בסירים של קוסקוס.
3. את הקוסקוס מעבירים לסיר של הקוסקוס המחורר ושמים על המרק כעשרים דקות.
4. מורידים את הקוסקוס לקערה רחבה ושמים בערך כוס מים ופותחים ביד דרך מסננת שלא יהיו גושים.
5. מחזירים את הקוסקוס לסיר העליון מעל המרק לעוד 20 דקות.
6. חוזרים עוד פעם על הפעולה: בקערה רחבה בערך כוס מים פותחים עם היד.
7. שמים שוב על המרק כחצי שעה מורידים מהגז. פותחים עם היד ללא מים.

155 דקות

6 servings 6