



Parelcouscous met geroosterde groenten en feta

Warme parelcouscous met zoete geroosterde groenten, verkruimelde feta en verse peterselie. Even lekker lauw als koud, ideaal als lichte maaltijd of als bijgerecht.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	25'	4	Zomers & luchtig

Ingrediënten

- 250 gr parelcouscous
- 500 ml groentebouillon
- 1 courgette
- 1 rode paprika
- 1 gele paprika
- 1 rode ui

3 eetlepels olijfolie
200 gr feta
1 handvol verse peterselie
1 citroen
peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200 °C.
2. Snijd de courgette, paprika's en rode ui in grove stukken. Meng met 2 eetlepels olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Spreid de groenten in een enkele laag uit op een met bakpapier beklede bakplaat.
3. Rooster de groenten 20 tot 25 minuten in de voorverwarmde oven tot ze zacht zijn en lichtjes gekleurd.
4. Breng intussen de groentebouillon aan de kook in een ruime pot. Voeg de parelcouscous toe, verlaag het vuur en laat 10 minuten zachtjes koken tot de couscous gaar is en de bouillon volledig opgenomen of afgegoten kan worden. Giet af indien nodig en laat kort uitdampen.
5. Meng de parelcouscous met de geroosterde groenten en de resterende eetlepel olijfolie.
6. Verkruiemel de feta over de couscous. Voeg de grof gehakte peterselie toe en besprenkel met het sap van een halve citroen. Proef en breng verder op smaak met peper en eventueel extra citroensap.

Tip

Laat de geroosterde groenten niet op elkaar stapelen op de bakplaat, anders stomen ze gaar in plaats van te roosteren. Gebruik indien nodig twee bakplaten.

Lekker met

Lekker als hoofdgerecht met een groene salade, of als bijgerecht bij gegrilde kip of vis.

Dranktip

Een frisse, licht mineralige witte wijn zoals een Vermentino of een droge Griekse Assyrtiko past mooi bij de feta en de geroosterde groenten.