



ALLES DRIN.

Fragen, Anregungen, Kritik? Oder auch Lob?
Kochunterstützung? Melde dich hier, ich freu mich:

01577/7707760
hallo@chriskochtüte.de
facebook.com/chriskochtuete

chriskochtüte.de
Christoph Zettler- Laeiszstraße 15 - 20357 Hamburg

Cremig-frische Couscous-Minz-Pfanne mit Fetakäse

Bitte das Rezept einmal komplett durchlesen. Und leg dir jetzt schon mal Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker, ein Schneidebrett, ein Messer, eine mittelgroße Schüssel, ein sauberes Geschirrtuch sowie eine mittelgroße Pfanne und ein Kochlöffel bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 20 min gibt's schon lecker Essen!

Couscous in einer Schüssel mit kochendem Salzwasser (Für die 1P-Tüte 150ml, für die 2P-Tüte 300ml) übergießen und zugedeckt 10 Min. quellen lassen.

Zwiebel halbieren und in Streifen schneiden. **Tomaten** waschen, Strunk entfernen und würfeln. Öl in einer mittelgroßen Pfanne erhitzen. Zwiebel darin bei mittlerer Hitze ca. 3-4 Min glasig dünsten. **Tomatenmark** einrühren und ca. 1 Min. mitdünsten. Tomaten zugeben, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Einen guten Schluck Wasser (ca. 50 ml) dazu geben und bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. köcheln lassen. **Feta** mit den Händen zerbröseln und noch 1 Min unter Rühren zu den Tomaten geben. So wird das ganze schön cremig.

Minzblätter waschen, von den Stielen zupfen und grob klein hacken. Etwas Olivenöl auf den Couscous geben und mit einer Gabel auflockern. Couscous mit der Tomaten-Feta-Mischung verrühren, auf schönen Tellern anrichten und mit Minze bestreut servieren. Jetzt noch etwas Pfeffer aus der Mühle drauf und: Voilà. Du hast lecker Essen gemacht:)

Genieß Deinen Feierabend!

Chris



Ich würde mich freuen von dir zu hören. Besuch mich auf facebook.com/chriskochtuete oder schreib mir an hallo@chriskochtuete.de. Mal unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.