



## MEIN GENUSS



### Couscous mit Ofengemüse



#### It's a match!

It's a match! Unser äthiopisches Berbere Gewürz verleiht deinen Speisen einzigartige Geschmacksnoten!



Vorbereitung  
**15 min**



Niveau  
**Mittel**



Zubereitung  
**20 min**

### Zubereitung

- 1 Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Starte mit der Vorbereitung des Gemüses: Die Paprikaschote putzen und in Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und achteln. Zucchini in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Süßkartoffel schälen und würfeln, die Aubergine ebenfalls in Würfel schneiden. Karotten schälen, der Länge nach halbieren und dann vierteln.
- 2 **Olivenöl** und **Berbere Gewürz** in eine Schüssel geben. Das Gemüse mit in die Schüssel geben und alles gut durchmischen, sodass das Gemüse vollständig mit der Öl-Gewürzmischung überzogen ist. Testen, ob das Berbere Gewürz durchschmeckt, eventuell nachwürzen.
- 3 Gemüse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Auf mittlerer Einschubschiene im Ofen für **10-15 Minuten** backen, bis es gar, aber noch bissfest ist.
- 4 Bereite den Couscous nach den Angaben auf der Packung – diese können in Bezug auf Flüssigkeitsmenge und Quellzeit variieren – mit der Gemüsebrühe zu. Wenn der Couscous fertig gequollen ist, mit der Gabel auflockern und kleingehackte Petersilie und Minze unterrühren. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und 1 EL Butter unterrühren.
- 5 Couscous auf einem Teller verteilen, das Ofengemüse in der Mitte platzieren und alles mit zerbröseltem Feta toppen. **Guten Appetit!**

### Zutaten

150 g Couscous  
1 rote Paprikaschote  
1 Gemüsezwiebel  
1 Zucchini  
1 Aubergine  
2 Karotten  
1 Süßkartoffel  
5 Stängel glatte Petersilie  
3 Stängel Minze  
200 g Feta  
1 EL Berbere Gewürz  
Olivenöl  
Salz, Schwarzer Pfeffer  
Gemüsebrühe  
Butter

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt\* auf deine nächste Bestellung.

\*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 29.10.2026.