

# Schnelles asiatisches Gemüse

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/11/20/schnelles-asiatisches-gemüse/](https://happy-mahlzeit.com/2019/11/20/schnelles-asiatisches-gemüse/)

## Zutaten für 2 Personen:

- 100g Couscous
- 100ml Fond
- 1 EL Rosinen
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Knolle Ingwer
- 1 Vanilleschote
- 3 Stiele Petersilie
- 100ml Kokosmilch
- Olivenöl
- Sternanis
- Zimt
- Salz
- Pfeffer

## Zubereitung:

Den Couscous in einen Topf geben. Den Fond mit Rosinen und Knoblauch erhitzen, zum Couscous geben und einkochen lassen. Falls kein Fond zur Hand, kann man auch kochendes Wasser verwenden.

Die Paprika schälen, säubern, Stiel und Kerne entfernen und in kleine Stücke schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Paprika hineingeben. Den Knoblauch abziehen, zu kleinen Stiften schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Etwas Ingwer schälen und über die Pfanne reiben. Die Zwiebel klein schneiden, Petersilie grob hacken und ebenfalls zum Paprika geben.

Die Vanilleschote längs halbieren, das Vanillemark auskratzen und zum Gemüse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Kokosmilch ablöschen. Nun den gekochten Couscous zufügen und das Ganze bei Bedarf mit Sternanis und Zimt abschmecken.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 24.11.2011