

Auberginencouscous

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 1 kleine Aubergine
- 1 T Gemüsebrühe
- 1 große Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1-2 cm Chilischote
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Essig
- 1 Pr Zucker
- 1 TL Paprikapulver
- 1 Pr Pfeffer
- Margarine oder Öl zum anbraten

Couscous

- 1 T Couscous
- 1/2 T Wasser
- 2-3 TL Margarine
- 1 Msp Salz

- Stielansatz von der Aubergine entfernen.
- Aubergine in 2 cm große Würfel schneiden.
- In Margarine oder Öl anbraten.
- Zwiebel schälen, in 2 cm große Würfel schneiden.
- Zu den Auberginen geben, andünsten.
- Chili kleinschneiden und dazugeben.
- Zucker auf den Topfboden streuen, Tomatenmark auf dem Topfboden anrösten, mit Essig ablöschen.
- Knoblauch schälen, in Scheibchen schneiden, dazugeben.
- Mit Paprika und Pfeffer würzen.
- Gemüsebrühe angießen, reduzieren lassen.
- Für das Couscous Wasser zum kochen bringen, salzen, vom Herd nehmen.
- Couscous einrühren, 2 Minuten quellen lassen.
- Margarine unterrühren.
- Auf dem Herd weitere 3 Minuten quellen lassen, mit der Gabel auflockern.

Variante: Anstelle von Couscous kann auch Bulgur, Reis, Gerste, Hirse usw. verwendet werden.