



Geflügelwurst auf Aubergineneintopf

mit fluffigem Couscous



ca. 25min



2 Portionen

Du magst es gerne würzig? Dann bist du hier richtig, denn das heutige Gericht überzeugt mit viel herzhaftem Geschmack. Wir köcheln uns einen Aubergineneintopf mit reichlich nordafrikanischen Gewürzen und zarten Wurststückchen. Dazu gibt es lockeren, in Brühe gegarten Couscous und natürlich noch mehr Geflügelwurst als Sahnehäubchen obendrauf. Abwechslungsreich, sättigend und einfach nur lecker – was will man mehr?

Was du von uns bekommst

- 1 große Aubergine
- 1 Knoblauchzehe
- 3 BBQ-Geflügelwürste vom Huhn, vorgegart
- 1 Pck. nordafrikanische Gewürzmischung
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz
- 150g Bio-Vollkorn Couscous ¹

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ²
- ½TL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- kleiner Topf mit Deckel
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- kleine Pfanne
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 735kcal, Fett 32.8g, Kohlenhydrate 76.5g, Eiweiß 33.7g

1

1. Aubergine braten

Die **Aubergine** in 2-3cm große Stücke schneiden und in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl und ½TL Salz bei mittlerer bis starker Hitze ca. 3Min. anbraten, bis sie zu bräunen beginnt. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. **1 Wurst** längs vierteln und quer in 1-2cm große Stücke schneiden.

4

4. Couscous garen

Den Topf vom Herd nehmen, den **Couscous** in die kochende **Brühe** rühren und abgedeckt 6-8Min. quellen lassen, bis die **Brühe** aufgesogen und der **Couscous** gar ist. Den **Couscous** mit einer Gabel auflockern und mit 2EL Butter und etwas Salz und Pfeffer verfeinern.

2

2. Eintopf köcheln

Die **Wurststücke**, die **½ der Gewürzmischung** (oder mehr nach Geschmack), den **Knoblauch** und ½TL Mehl zugeben und 1-2Min. weiterbraten. 300ml Wasser angießen und den Eintopf abgedeckt ca. 12Min. köcheln lassen, bis die **Auberginen** weich sind und eine **Sauce** entstanden ist.

5

5. Verfeinern und servieren

Den **Aubergineneintopf** nach Geschmack mit 1TL Essig, mehr **Gewürzmischung**, Zucker und Pfeffer verfeinern. Den **Eintopf** und die **Würste** auf dem **Couscous** anrichten und servieren.

3

3. Würste braten

300ml Wasser mit der **½ des Brühwürzes** verrühren und in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Die **restlichen Würste** in einer kleinen Pfanne mit 2TL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 8Min. anbraten, dabei regelmäßig wenden, damit sie gleichmäßig bräunen und garen.

6

6. Aroma-Wunschkonzert

Die Butter gibt dem Couscous einen tollen vollmundigen Geschmack. Wer das Getreide noch weiter verfeinern möchte, kann zusätzlich ein paar frisch geschnittene Kräuter (z. B. Petersilie) oder einen Spritzer Zitronensaft unterrühren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**