

Rezept des Monats August 2017

Couscous mit Straußenfleisch, Feigen- und Ziegenkäse



Zutaten:

- 4 Tassen Couscous, vorgegart
- 4 Tassen heißes Wasser
- 2 TL Gemüsebrühe, gekörnte
- 16 Tomaten, getrocknete (oder in Öl)
- 12 große Feigen, getrocknet
- 300 g cremiger Ziegenfrischkäse
- 600 g Straußenfleisch (Steak oder Filet)
- 3 frische Paprika
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 EL Butter
- 2 EL Rapsöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Gemüsebrühe in heißem Wasser auflösen und dann über den Couscous gießen, den Couscous gute 15 Minuten quellen lassen. Danach Butterflocken und den klein geschnittenen Ziegenkäse darauf geben und unterrühren.

Frühlingszwiebeln, Tomaten, Paprika und Feigen in kleine Würfel schneiden. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden, kurz in Rapsöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der heißen Pfanne nehmen und an Seite stellen.

Die klein geschnittenen Zwiebeln, Tomaten und Feigen in der noch heißen Pfanne im Bratensaft anbraten und anschließend alles mit dem Couscous vermengen.

Nochmals abschmecken und dann servieren.

Wer es ein wenig orientalisch mag, der kann einen Teelöffel Ras el Hanout dazugeben. Der Couscous bekommt außerdem eine sehr schöne Farbe.