



Couscous på lamm

Ingredienser 6 personer

1 kg	lammkött
1 st	lök
4 msk	tomatpuré
1 msk	harissa
1 msk	tabel
1 tsk	paprikapulver
0,5 tsk	gurkmeja
0,5 tsk	peppar
6 st	vitlösklyftor
2 dl	kikärter, som legat i blöt över natten
3 st	morötter
3 st	rättikor
3 st	potatis
1 st	grön paprika
250 g	pumpa
2 tsk	salt
1 kg	couscous
2 dl	olivolja
3 dl	ägg

Tillagning: Couscous på lamm

Mustig gryta med kikärter och mört lammkött. Heter i Tunisien Couscous d'agneau courge et pois-chiches.

1. Skär köttet i stora tärningar, hacka löken och stek allt i olja. Rör ner tomatpurén, tillsätt 2 dl kokhett vatten och låt det koka i 15 minuter.
2. Tillsätt alla kryddor, kikärter, krossad vitlök, pumpan skuren i tärningar och grönsakerna skurna i fyra delar. Koka i 15 minuter.
3. Tillsätt en liter vatten och låt det koka i ytterligare 30 minuter.
4. Häll en liter kokhett vatten i ett kärl. Tillsätt salt, olja och couscous och rör om tills allt vatten sugits upp av grynen.
5. Lägg couscous i en perforerad gryta och låt det ångkoka över köttsåsen i 30 minuter.
6. Lägg upp couscous i ett stort och djupt serveringsfat och ös köttsåsen över. Dekorera couscousberget med kött, grönsaker och äggen skurna i klyftor.