



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Marokkansk bowl med bakte grønnsaker, couscous, krydret yoghurt og tomatsalat med fetaost

## Bakte grønnsaker

1 pakke kikerter  
1 stk squash  
1 stk rød paprika  
1 pakke oregano

## Fullkornscouscous

125 g fullkornscouscous

## Tomatsalat

250 g cherrytomater  
50–100 g fetaost

## Tilbehør

½–1 pakke yoghurt naturell  
1 pakke persillade  
1 pakke kalamataoliven

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

olivenolje <sup>B</sup>

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.

2. **Bakte grønnsaker:** Sil laken av kikertene, og skyll dem i kaldt vann. Skyll squashen og paprikaen. Kutt squashen i to, og så i skiver på langs. Rens og kutt paprikaen i strimler. Fordel kikertene, squashen og paprikaen utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn oreganokrydderet, litt olivenolje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 10–15 minutter.

3. **Fullkornscouscous:** Tilbered couscousen som anvist på pakken.

4. **Tomatsalat:** Skyll og kutt cherrytomatene i to. Smuldre fetaosten i en skål, og bland inn cherrytomatene. Krydre med salt og pepper.

5. **Marokkansk bowl:** Ha yoghurten i en skål, og smak til med persilladen. Fordel couscousen i skåler og legg de bakte grønnsakene, tomatsalaten, krydderyoghurten og olivenene oppå. Topp gjerne bowlen med litt olivenolje ved servering.



## TIPS!

Vend gjerne inn litt olivenolje eller smør i den ferdigkokte couscousen.