



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

½–1 pakke cherrytomater
50 g fetaost

Tilbehør

½ pakke yoghurt naturell
1 pakke persillade
½–1 pakke kalamataoliven
salt ^B
pepper ^B
olivenolje ^B
bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B 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.