

Печеный картофель с кускусом и красной капустой

40–50 Мин.

Способ приготовления

1. Смажьте картофель маслом и запекайте в предварительно нагретой духовке в течение 30–50 минут (в зависимости от размера) при температуре 220°C.
2. Нашинкуйте красную капусту и лук. Замаринуйте в 2 ст. л. уксуса и 2 ст. л. масла и отставьте в сторону.
3. Приготовьте кускус в соответствии с инструкциями на упаковке и дайте ему остыть. Пюре из помидоров и красного болгарского перца: Крупно нарежьте овощи и обжарьте их на оливковом масле. Добавьте паприку и слегка обжарьте. Затем добавьте 1 ст. л. уксуса и 5 ст. л. воды, чтобы дегласировать. Готовьте под крышкой 1–2 минуты, при необходимости добавьте воду. Затем пюрируйте до однородной консистенции.
4. Смешайте кускус с пюре из помидоров и красного болгарского перца и посыпьте приправой Veggy Classic без добавления соли. Мелко порубите свежие листья мяты и смешайте с кускусом. Травяной йогурт: Смешайте необходимые ингредиенты и отставьте в сторону.
5. Перед подачей разрежьте картофель вдоль и слегка разомните мякоть. Положите внутрь красную капусту, кускус и четвертинки помидоров. Украсьте йогуртом с травами.

Ингредиенты 4 Порции

= Kotányi Produkte

4 шт.	Картофель
2 ст. л.	Оливковое масло
Красная капуста	
150 г	Красная капуста
1 шт.	Лук
2 ст. л.	Гранатовый уксус
2 ст. л.	Оливковое масло
Кускус	
2 шт.	Красный болгарский перец
1 ст. л.	Оливковое масло
1 ст. л.	Гранатовый уксус
125 г	Кускус
1	Пучок руколы
4 ч. л.	Красный перец Паприка сладкая молотая
1 уп.	Приправа без добавления соли Classic
Йогурт	
120 г	Греческий йогурт
5 г	Приправа без добавления соли Classic

