



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 |

