
Kuskus marokanski

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2552 razy.

Porcja dla 4-6 osob. Czas przygotow. 1 godz. 40 min.

500 g kuskusu (przepis w "ogolne",

500 g łopatki baraniej,

250 g wołowiny pokrojonej w niewielkie kawalki,

150 g koncentratu pomidorowego,

4 obrane cukinie,

1 lodyga selera,

1 cebula naszpikowana 2 goździkami,

1 wypestkowana i pokrojona zielona papryka,

1 ostra papryczka,

1 peczek siekanej zielonej pietruszki,

15 g rodzynek wymoczonych w wodzie,

250 g wymoczonego grochu włoskiego,

szczypta szafranu,

2 łyżki harissy (przepis w "ogolne"),

szczypta mielonej galki muszkatołowej,

sol, pieprz,

1 peczek świeżej kolendry do przybrania.

1. Do pojemnego rondla wlać 2 l wody. Osolic, dodać koncentrat, szafran, galkę.

Zagotować, po czym gotować na małym ogniu 15 min.

2. Dodać mięsa, przygotowane warzywa (poza grochem), zieloną pietruszkę i pozostałe przyprawy. Wymieszać, zagotować, po czym gotować ok. 40 min.

3. Kuskus ugotować na parze i odstawić w ciepłe miejsce. Groch ugotować w bulionie.

4. Rodzynki przełożyć do miseczki, zalać 1 łyżką wazową gorącego bulionu, dodać harisse. Wymieszać starannie sos.

5. Kuskus ułożyć na okrągłym polmisku w formie kopca. Na wierzchu umieścić kawalki mięsa, obłożyć je ugotowanymi jarzynami, obsypać grochem i listkami

kolendry. Osobno podać sos i bulion.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 10 "Kuchnia marokańska", strona 40.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)