

Couscous mit Semmelkren und kreolischem Wurzel-Gemüse

Für zwei Personen

200 g Couscous	2 Bund Suppengemüse	50 g frischer Meerrettich
1 Zwiebel	3 Semmeln, vom Vortag	1 Bund Petersilie
1 Bund Koriander	1 EL Kurkuma	200 g Butter
250 ml Milch	125 ml Sahne	300 ml Gemüsefond
1 Prise getr. Koriander	1 Prise getr. Kardamom	1 Prise getr. Zimt
1 Prise getr. Lorbeer	1 getr. Gewürznelke	1 getr. Wachholderbeeren
1 Prise getr. Fenchel	1 Muskatnuss	1 Prise Zucker
10 ml Arganöl	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Suppengemüse schälen und klein schneiden. Die Zwiebel abziehen, in Stücke schneiden und zusammen mit dem Suppengemüse in Salzwasser bissfest kochen. Den Couscous mit dem Gemüsefond aufgießen und quellen lassen. Den getrockneten Koriander, den Lorbeer, den Fenchel, den Zimt, die Gewürznelke, den Zucker und den Kardamom in den Mörser geben und mahlen. Den Meerrettich reiben und die Semmel in kleine Würfel schneiden. Die Milch mit der Sahne in einem Topf zum Kochen bringen und den Meerrettich und die Semmelwürfel darin kochen, bis eine sämige Masse entsteht. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Couscous mit den gemahlten Gewürzen abschmecken, auf einem Teller anrichten und mit dem Semmelkren im Ofen zehn Minuten lang gratinieren, bis der Semmelkren braun ist. Die Butter zum Suppengemüse geben und mit dem Kurkuma einkochen. Mit einer Prise der Gewürzmischung abschmecken. Die Petersilie und den Koriander abzupfen und mit dem Suppengemüse vermischen. Das Suppengemüse rundherum um den gratinierten Couscous auf einem Teller anrichten, mit dem Arganöl beträufeln und servieren.

Katrin Rother am 10. Dezember 2012