

Couscous persisch

Für 4 Portionen:

50 g getr. Berberitzen	175 g Couscous	1 Zimtstange
TL Zimt, gemahlen	2 Kardamomkapseln	1/2 Vanilleschote
40 g Butter	1 TL Honig	Salz
frische Minze		

Die Berberitzen zum Quellen mit warmem Wasser übergießen. Die Vanillestange auskratzen, das Mark beiseitelegen. Ein Viertel Liter Wasser mit etwas Salz aufkochen.

Couscous mit der Vanilleschote, der Zimtstange und dem zerdrückten oder gemahlene Kardamom in das kochende Salzwasser geben. Alles aufkochen lassen, dann 5 bis 9 Minuten ausquellen lassen. Zwischendurch mit einer Gabel auflockern.

In einem großen, flachen Topf Butter leicht anbräunen und mit Honig, Zimt, Vanillemark mischen. Die abgetupften Berberitzen darin wenden.

Couscous ohne Zimtstange und Vanilleschote zur Buttermischung geben. Mit Salz und eventuell noch etwas Honig abschmecken. Zum Servieren einige restliche Berberitzen über den Couscous streuen. Mit Minzkraut garnieren.

Geeignet als Beilage zu Lammkoteletts oder Lammragout, aber auch zu gedünsteten Gemüsen.

Tipps:

Anders als in den nordafrikanischen orientalischen Küchen wird in der persischen Küche nicht scharf gewürzt. Beliebt ist das Zusammenspiel süßer, saurer und fruchtiger Aromen und eher lieblicher Gewürze wie Vanille und Zimt. Trockenfrüchte werden reichlich verwendet: neben Berberitzen vor allem Datteln, Aprikosen, Sultaninen.

Getrocknete Berberitzen erhalten Sie in orientalischen und türkischen Fachgeschäften oder per Versand über das Internet. Ersatzweise können Sie Rosinen oder getrocknete Cranberrys nehmen.

Couscous wird aus Hartweizen hergestellt. Das körnige Gericht wird im Orient traditionell in einem Spezialtopf über Dampf gegart. Bei uns im Handel gibt es Couscous vorgedämpft. Man kann ihn in einem normalen Topf minutenschnell zubereiten. Couscousgerichte schmecken auch kalt als Salat. Dann aber sollten etwas Olivenöl und einige Spritzer Zitronensaft untergehoben werden.

test November 2006