



Mediterrane couscoussalade met kikkererwten en feta

2 PERSONEN

🕒 25 + 25 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🌈 2 rode puntpaprika's
- 🌈 2 gele paprika's
- 🌈 75 g speltcouscous
- 🌈 2-3 el olijfolie
- 🌈 ½ bio limoen, sap en rasp
- 🌈 1 blik kikkererwten à 400 g, uitgelekt
- 🌈 ½ rode ui in dunne halve ringen
- 🌈 100 g feta verkruimeld
- 🌈 25 g gepelde pistachenoten gezouten. grof gehakt
- 🌈 ½ bosje peterselie grof gesneden
- 🌈 ½ bosje koriander grof gesneden
- 🌈 1 takje munt blad fijngesneden

MATERIAAL: ovenschaal

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven met een ovenschaal voor op 200°C.
2. Leg de hele paprika's op het ovenschaal en rooster ze 20-25 minuten tot de schil net blakert.
3. Keer af en toe.
4. Laat ze afgedekt onder folie in een kom iets afkoelen en pel ze dan.
5. Bereid de couscous met 1 el olijfolie volgens de aanwijzingen op de verpakking.
6. Roer de couscous met een vork los.
7. Meng de couscous met het limoensap, -rasp en de laatste 2 el olijfolie.
8. Schep er de kikkererwten, ui, helft van de feta, de nootjes en de kruiden door.
9. Voeg zout en peper naar smaak toe.
10. Serveer met de geroosterde paprika's en bestrooi met de rest van de feta.

BRON: deliciousmagazine.nl

