

# Couscous-Küchlein mit Safran und Aubergine

## Zutaten für die Couscous-Küchlein (für 4 Personen):

- 500 ml Wasser
- 0.5 TL Safranfäden
- 275 g Couscous
- 30 g getrocknete Cranberrys
- 50 g Zucker
- 140 g griechischer Joghurt
- 2 Eier
- 20 g Schnittlauch
- 100 g Fetakäse
- Öl
- Salz
- (aus der Mühle) Pfeffer

Das Wasser zum Kochen bringen. Die Safranfäden damit in einer großen Schüssel übergießen und 1 bis 2 Minuten ziehen lassen. Den Couscous hineinstreuen, mit einer Gabel verrühren und mit Frischhaltefolie zugedeckt 15 Minuten quellen lassen.

Die Cranberrys mit dem Zucker in einen kleinen Topf geben. Etwas Wasser zugießen, zum Kochen bringen und den Zucker unter Rühren auflösen. Den Topf vom Herd nehmen, die Cranberrys nach dem Abkühlen abtropfen und auf Küchenpapier trocknen lassen.

Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in Röllchen schneiden. Die Eier leicht verquirlen. Den Fetakäse in 1 cm große Stücke brechen.

Den fertig gegarten Couscous mit der Gabel auflockern. Die Cranberrys, den Joghurt, die Eier, die Schnittlauch-Röllchen und die Fetastücke sorgfältig untermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse mit den Händen zu etwa 1,5 cm dicken runden Küchlein (à etwa 50 g) formen und gut zusammendrücken, damit sie beim Braten nicht zerfallen.

In einer großen Pfanne Öl bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen. Dann die Küchlein darin bei etwas reduzierter Temperatur portionsweise 5 Minuten braten, dabei einmal wenden, bis sie goldbraun und knusprig sind. Die fertigen Küchlein auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

## Zutaten für das Auberginen-Ragout:

- 1 große Zwiebel
- 2 EL Butter
- 2 EL geriebener Ingwer
- 2 Zehen Knoblauch
- 0.5 TL Korianderkörner
- 0.5 TL Kardamom-Samen
- 0.5 TL Curry
- 0.5 TL Cayenne-Pfeffer
- 2 Tomaten
- 200 ml Wasser
- 1 EL Zucker
- 1 große Aubergine
- 200 g Blattspinat
- Pflanzenöl
- Salz

· (aus der Mühle) Pfeffer

Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und in der Butter goldgelb anschwitzen. Den frischen Ingwer schälen und reiben, den Knoblauch abziehen und hacken und beides zu den Zwiebeln geben und anbraten. Den Koriander und den Kardamom in etwas Öl anrösten, dann mit einem großen, scharfen Messer kleinhacken und mit dem Currypulver und dem Cayenne-Pfeffer zu den Zwiebeln in die Pfanne geben.

Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Mit dem Wasser und dem Zucker zu den Gewürzen in die Pfanne geben. Einmal kurz aufkochen und dann 1 Stunde kalt stellen.

Die Aubergine waschen, den Stielansatz abschneiden und längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die einzelnen Scheiben nochmals quer halbieren und beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne mit Pflanzenöl von beiden Seiten goldbraun anbraten und zur Seite stellen.

Den Spinat gründlich waschen, putzen und in Streifen schneiden. Erkalte Gewürzmasse nochmals aufkochen, die Spinatstreifen und die Auberginen unterrühren und einige Minuten sanft kochen lassen.

#### Anrichten:

· 1 Bund Koriander

Den Koriander waschen, trockentupfen, die Blättchen abzupfen und kleinschneiden. Das Auberginen-Ragout auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Couscous-Küchlein daraufsetzen. Mit Koriander bestreuen.

Sendung/Quelle: Schleswig-Holstein Magazin

Sendetermin: 14.01.2021

Koch/Köchin: Dirk Luther

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)