Rychlá mňamka: Jak připravit kuskus bez vaření?

Vloženo: 24.11.2017 Komerční sdělení

Také se vám čas od času stane, že máte chuť na něco dobrého, ale nechce se vám ztrácet čas u plotny? Pokud vás přepadla mlsná a nespokojíte se se studeným jídlem, pak se vám bude hodit následující tip na kuskus.

Kuskus, couscous či cous cous patří k základním potravinám seveoafrických národů a v poslendích letech zdomácněl i u nás. Jedná se o drobné kuličky ze spařené krupice, prsa nebo ječmene a příprava je tak snadná, jak jen může být. Navíc jde o poměrně zdravou mňamku.

Budete potřebovat následující suroviny:

- balení kuskusu
- masox
- sterilovaná zelenina dle chuti (např. Moravanka atd.)

Postup přípravy

Do připravené misky nasypejte kuskus. Množství odměřte podle hladu :-) Pokud si vystačíte se standardní porcí, odměřte si menší hrneček. Poté zalijte vodou v poměru 1:2 – tzn. na jeden hrneček kuskusu 2 hrnečky vody.

Následuje dochucování. Chopte se masoxu, vegety nebo Mahá koření a trochu si do mísy nadrolte. Pak nechte pokrm cca 10 minut svému osudu a během doby čekání nečtěte svůj oblíbený magazín pro ženy, ale raději pokrájejte sterilovanou zeleninu na menší kousky. Menší sklenička vám vystačí zhruba na 2 porce kuskusu.

A jste téměř ve finále. Jakmile kuskus absorbuje vodu, přimíchejte k němu zeleninu a pusťte se do jídla. Příliš dlouho neotálejte, protože zelenina kuskus mírně zchladí. A studený kuskus není ani zdaleka tak dobrý jako teplý. Přejeme dobrou chuť!