

Kuskus salát s kuřecím masem

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- voda 270 ml
- mletá sladká paprika 2 g
- vývar 100 ml
- máslo 20 g
- kuskus 250 g
- kuřecí maso 400 g
- **podle potřeby**
- olivový olej 2 lžíce
- **směs**
- hrášek 150 g
- mrkev 140 g
- červená paprika 100 g
- cuketa 300 g
- šalotka 3 ks
- mletý pepř 1 ks
- zeleninový vývar 150 ml
- rajče 2 ks
- sůl a pepř 1 špetka

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Egypt

Počet porcí: 4

Postup:

Na přípravu kuskusu si dáme vařit vodu. Jakmile voda začne vřít, pomalu vsypeme kuskus. Přidáme 2 lžíce olivového oleje, trochu soli a hrnec odstavíme z plotny. Kuskus promícháme a hrnec přikryjeme. Jakmile kuskus nabobtná, přidáme máslo a provaříme přikryté další 2 minutky. Hotový kuskus vidličkou promícháme a přendáme do misky. Udržujeme v teple.

Veškerou zeleninu očistíme a nakrájíme na slabé nudličky nebo malé kostičky. Rajčata zbavená slupek a semínek také nakrájíme na malé kostičky. V hluboké pánvi orestujeme šalotku. Přidáme mrkev, po chvíli cuketu, papriku, hrášek a nakonec rajčata. Podlijeme naběračkou vývaru a vaříme na mírném ohni asi 10 minut. Necháme vychladnout a promícháme se studeným kuskusem.

Umyté a osušené kuřecí kousky osmahneme v další pánvi na šalotce a oleji. Po chvíli poprášíme paprikou, podlijeme vývarem a restujeme do změknutí. Kuřecí kousky promícháme se zeleninovým kuskusem a ochutíme solí a pepřem.

Kuskus salát s kuřecím masem podáváme jako studený hlavní chod.