

1 Stangensellerie
150 g Champignons
1 EL Tomatenmark
2 EL Sauerrahm
1 EL Speisestärke
ca. 50 ml Wasser

Zwiebel fein würfelig schneiden. In Öl anbraten und mit dem Wasser ablöschen und aufkochen lassen. Gemüsebrühe und den Knoblauch in den Topf geben. Herdplatte ausschalten und Couscous hinzugeben. Nicht kochen lassen. Dann 1 Ei, Mehl und Petersilie unterkneten. Großes Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Salzen. Die Knödel in dem Kochwasser geben und zirka 20 Minuten kochen lassen. Nicht danach Gemüse waschen, putzen und in Streifen und/oder Würfel schneiden. Die Champignons mit Küchenpapier putzen. In ein Aroma- und Pfanne erhitzen und Karotten schneiden. In die Pfanne Paprika zugeben. Alles kurz anbraten. Champignons zugeben und weiterbraten. Zum Schluss anbraten. Champignons Tomatenmark ein klein Schüssel geben und mit etwas vom Speisestärke ein klein Wasser und gut rühren. Restlichen Wasser verrühren. In das Gemüse einrühren.



Ich glaube, unsere Couscous-Liebe hält noch ein Weilchen an.
Die Kinder sind begeistert, und ich bin auch. Ich möchte oft
sagen: "Das ist ein Mann wie ein Grieß", und dann: "Er meinte nur
schmeckt eigentlich wie Grieß".
Couscous ist eigentlich nichts anderes als Hartweizengrieß.



Am Montag beginnt wieder die Schule, vorbei mit den Ferien,
wachen, schlafen und faulenzen. Darum genießen wir dieses
Wochenende höchstens so richtig. Habt auch ein schönes Wochenende!