

# Taboulé mit Kichererbsen, Chili und Zitronen

## Für 4 Personen

100 g Kichererbsen	300 ml Gemüsebrühe	200 g Instant Couscous
1 Bund Petersilie	3 unbehandelte Zitronen	Salz
4 EL Olivenöl	2 Stiele Thymian	10 Kirschtomaten
Zucker	600 g Fleischtomaten	1 Chilischote
1 Zwiebel	Raz el Hanout	Fladenbrot

Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Kichererbsen mit Gemüsebrühe ca. 40 Minuten weich kochen. Kichererbsen abgießen und die Brühe dabei auffangen. Petersilie abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden. 1 Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Zitronenhälften beiseite stellen. Die Kichererbsen mit Zitronensaft, Salz, fein geschnittener Petersilie, Olivenöl marinieren. Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Thymianblättchen von den Stielen abstreifen. Die Kirschtomaten abspülen, trockenreiben und halbieren. Tomaten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Salz, Zucker und der Hälfte der Thymianblättchen würzen. Im Backofen ca. 30 Minuten trocknen. Die Fleischtomaten am Blütenansatz einritzen mit kochendem Wasser überbrühen und die Haut abziehen. Fleischtomaten in kleine Würfel schneiden. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Zwiebel schälen und würfeln und in Olivenöl anbraten. Mit Raz el Hanout und übrigen Thymianblättchen würzen. Zusammen mit den Tomatenwürfeln, der gehackten Chili und ca. 250 ml warmer Gemüsebrühe zum Couscous geben und gut mischen. Couscous mit Salz würzen und etwa 1 Stunde ziehen lassen. Die Masse dabei immer wieder mit einer Gabel auflockern (Der Couscous sollte schön saftig sein. Ist die Masse zu trocken, noch etwas Brühe untermischen) Restliche Zitronen abspülen und trockenreiben. Von 1 Zitrone die Schale abreiben und zum Couscous geben. Dann beide Zitronen schälen, so dass die weiße Haut entfernt wird. Zitronenfilets herausschneiden. Filets beiseite stellen. Die Zitronenschalen und ausgepressten Hälften klein schneiden und mit 200 ml Wasser und etwas Salz 10 Minuten kochen. Den Sud abgießen und abkühlen lassen. Den Zitronensud durch ein Sieb geben und den Couscous damit abschmecken. Den Couscous mit Kichererbsen, Kirschtomaten und Zitronenfilets abschmecken und anrichten. Dazu passt Fladenbrot.

Jacqueline Amirfallah am 07. August 2013