

Lamm mit Couscous



[Weitersagen](#) [Seite drucken](#)

Zutaten (für 6 Personen)

1,2 kg Lammschulter
100 g ganze Mandeln, geschält
100 g Paprika
100 g Datteln
1 Bund Minze
2 kleine Auberginen
2 Zucchini
2 Zwiebeln
500 g Couscous
500 ml Wasser
100 g Rosinen
5 g Ras el Hanout
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Vorbereitung

Auberginen und Zucchini waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Paprika waschen, vierteln, entkernen und in breite Streifen schneiden. Datteln halbieren und entkernen. Zwiebeln schälen und achteln. Alles zusammen mit den Mandeln in einen Bräter geben. Die Lammschulter salzen, pfeffern und auf das Gemüse setzen. Minze zupfen und in Streifen schneiden, 1 Zweig zur Garnitur zurückhalten.

Zubereitung

Das Lamm mit dem Gemüse auf der Einschubebene 3 im Programm „INTERVALL-Dampf“ bei 130 °C für 120 Minuten garen. Den Couscous zusammen mit Ras el Hanout, etwas Salz, den Rosinen, der Minze und dem Wasser auf ein tiefes Blech geben und 20 Minuten vor Ende der Garzeit zur Lammschulter schieben.

Anrichten

Die Lammschulter tranchieren und zusammen mit Couscous und dem Gemüse auf vorgewärmte Teller geben, mit der frischen Minze garnieren.

Macarons

Hummer und Spargelspitzen