



Dicke Batzen aus der Chicken Schmiede mit einem Blumenkohl Couscous Salat

2 Packungen WIESENHOF Chicken Schmiede Dicke Batzen
250 ml Wasser oder Gemüsebrühe
1 EL Olivenöl, mild
250 g Couscous, instant
1 EL Butter
1 kleiner Blumenkohl
1 Bund Radieschen
3 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehen
1 Chilischoten, rot, mild oder scharf
1 EL gehäuft Kapernäpfel
4 EL Olivenöl, mild
2 EL Naturjoghurt
1 EL Senf
Salz
Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen
Paprikapulver, edelsüßes
4 EL Weißweinessig
etwas Zitronensaft
n. B. Petersilie, gehackt

Schritt 1

250 ml Gemüsebrühe in einem Topf zum Kochen bringen. 1 EL Olivenöl zufügen. Den Couscous in den Topf geben, durchrühren und den Topf von der heißen Herdplatte nehmen bis er fertig gezogen ist. Nach etwa 5 Minuten EL Butter zugeben und den Couscous noch einmal kräftig durchrühren, auflockern und den Deckel wieder auflegen.

Schritt 2

Den Blumenkohl waschen und den Strunk entfernen. Die Röschen in mundgerechte Stücke schneiden und in Wasser mit etwas Olivenöl, Salz und Muskatnuss blanchieren.

Schritt 3

Als Nächstes Radieschen und die Frühlingszwiebel schneiden und in dünne Scheiben schneiden. Dazu das Dressing aus Joghurt mit etwas Essig, Zitrone, Salz und Pfeffer anrühren. Anschließend die Zutaten miteinander vermengen.

Schritt 4

Wenn der Blumenkohl bissfest ist, aus dem Wasser nehmen und mit dem fertigen Couscous vermengen. Dazu dann noch Chilli klein schneiden und mit Olivenöl, Zitronensaft, Senf und Pfeffer dazugeben. Zusätzlich noch Kapernäpfel und Petersilie kleinhacken und in den Couscous-salat untermischen.

Schritt 5

Zum Würzen noch etwas Senf, Paprikapulver und Knoblauch verwenden. Wer mag kann noch etwas Gemüsebrühe für die Sämigkeit beifügen. Nun kann der Couscous Salat angerichtet werden und mit dem Radieschen Salat getoppt werden.

Schritt 6

1. Zum Schluss kommen noch die Dicken Batzen aus der Chicken Schmiede bei indirekter Hitze (160° C) für 25min auf den Grill bis sie fertig sind. Dann nur noch anrichten und fertig sind die Dicken Batzen mit einem frischen Blumenkohl-Couscous-Salat.