



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Krydret søtpotetkrem og couscous, med stekt brokkoli og fetatopping

Søtpotetkrem

1 stk søtpotet
½–1 pakke paprikakrydder
1 ss smør ^B

Couscous

125 g couscous
1 ss smør ^B

Topping

1 pakke kikerter
100 g fetaost

Grønnsaker

1 stk brokkoli
1 pakke reddiker

Servering

150 g yoghurt naturell

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 225 grader varmluft.
2. **Søtpotetkrem:** Skrell og kutt søtpoteten i terninger. Fordel terningene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Bak søtpoteten i ovnen i omtrent 20 minutter, eller til den er mør.
3. **Couscous:** Tilbered couscousen som anvist på pakken. Vend 1 ss smør inn i den ferdigkokte couscousen.
4. **Topping:** Sil og skyll kikertene. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kikertene under omrøring i omtrent 5 minutter, eller til de er gylne. Krydre med litt salt og pepper, og ha kikertene over i en skål. Smuldre fetaosten.
5. **Grønnsaker:** Del brokkolien i små buketter, og skrell og kutt stilken i skiver. Skyll nektarinen og reddikene. Kutt nektarinen i tynne båter og reddikene i tynne skiver. Varm opp stekepannen fra forrige punkt til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek brokkolien i 2–3 minutter, og krydre med litt salt og pepper.
6. **Søtpotetkrem, fortsettelse:** Ha den ferdigbakte søtpoteten over i et litermål sammen med 1 smør og ønsket mengde av paprikakrydderet. Kjør det hele sammen til en jevn krem med en stavmikser. Spe eventuelt med litt vann, og smak til med mer av paprikakrydderet, salt og pepper.
7. **Servering:** Smør søtpotetkremen på tallerkener, og spre couscousen over. Fordel brokkolien, nektarinen og reddikene over, og topp med fetaosten og kikertene. Ringle over yoghurten til slutt.