



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Marockansk auberginegryta med aprikos, ras el hanout och hasselnötsstopping

## Couscous

Couscous 125 g  
Olivolja  
Salt 2 krm  
Vatten 2 dl

## Auberginegryta

Aubergine 1 st  
Gul lök 1 st  
Kikärter 1 förp  
Olivolja 1 msk  
Vitlök 2 klyftor  
Torkade aprikoser 40 g  
Ras el hanout 1 msk  
Krossade tomater 1 förp  
Vatten 1 ½ dl  
Tomatpuré 1 msk  
Grönsaksbuljong ½ tärning  
Bladpersilja 20 g

## Sesam- och hasselnötstopping

Hasselötter 40 g  
Sesamfrön 1 förp

- 1. Couscous:** Häll couscous i en bunke och blanda med lite olivolja och salt. Koka upp vatten. Häll det varma vattnet över couscousen och täck med plastfolie. Låt stå ca 12 min. Fluffa grynen med en gaffel.
- 2. Auberginegryta:** Skär aubergine i tärningar. Klyfta gul lök. Häll av och skölj kikärter. Skär torkad aprikos i mindre bitar.
- 3.** Hetta upp olivolja i en stekgryta och stek aubergine ca 4 min. Tillsätt gul lök, pressad vitlök och ras el hanout. Stek ytterligare ca 2 min.
- 4.** Tillsätt tomatpuré, kikärter, krossade tomater, vatten, torkade aprikoser och smulad grönsaksbuljong. Sjud under lock ca 12 min. Smaka av med salt.
- 5. Sesam- och hasselnötstopping:** Hetta upp en torr stekpanna och rosta hasselnötter och sesamfrön tills de är gyllenbruna.
- 6.** Grovhacka bladpersilja. Toppa auberginegrytan med persilja och sesam- och hasselnötstopping. Servera tillsammans med couscous.