

## Mit Couscous gefüllte Zucchini

### Zutaten für 4 Portionen:

4 Zucchini – 400 g Tomaten – Pfeffer – 200 g Joghurt – *Couscous*: 350 ml Gemüsebrühe – 40 g Rosinen – ½ TL Zimt – 1 TL Kurkuma – 2-3 TL Harissa – 200 g Couscous – Olivenöl – ½ Bund Petersilie

### Zubereitung:

- Brühe mit Rosinen, Zimt, Kurkuma und Harissa aufkochen. Couscous zugeben und nach Packungsanweisung quellen lassen.
- Petersilie waschen, fein hacken und unter den fertigen Couscous mischen. Salzen
- Zucchini längs halbieren. Kerne mit einem Teelöffel herauslösen und hacken
- Ofen auf 200°C (Umluft 180°C) vorheizen
- Zucchini-Inneres mit Tomaten und 2 EL Olivenöl mischen, salzen, pfeffern und in eine Auflaufform geben
- Zucchinihälften darauf setzen und mit Couscous füllen
- Zucchini etwa 30 Minuten im Ofen garen. Mit einem Deckel abdecken, falls Rosinen zu stark bräunen
- Mit Joghurt servieren

Wir wünschen guten Appetit!

