

# GEBRATENES ZANDERFILET AUF GEMÜSECOUSCOUS AN CURRYSAUCE



---

## REZEPT FÜR ZWEI PERSONEN

**ZUTATEN:** 500g Zanderfilet, 120g Couscous, 2.4dl Wasser, 20g Butter, Salz, 20g Zwiebeln, 30g Zucchini, 15g Peperoni rot, 15g Peperoni gelb, 15g Petersilie, gehackt, 10g Kerbel, gehackt

**ZUBEREITUNG:** Zanderfilet mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne goldgelb anbraten und warm stellen. Wasser, Butter und Salz aufkochen und in eine Schüssel geben, das Couscous begeben. Mit Klarsichtfolie abdecken und auskühlen lassen. Sämtliches Gemüse in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse in Butter glasig dünsten. Anschliessend das Couscous begeben und mit wenig Wasser auffüllen. Wenn das Couscous weich ist, auf dem Teller anrichten.