

COUSCOUS MET GEGRILDE GROENTEN EN KIPPENBOUTJES

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

160 g couscous

1 courgette

1 aubergine

1 rode en 1 gele paprika

16 kippenboutjes (kant-en klaar)

1 el olijfolie

Peper, zout

BEREIDINGSWIJZE

Verwarm de oven voor op 160 °C.

Snij de groenten in middelgrote blokjes. Verhit een grillpan.

Voeg er vervolgens de groenten aan toe. Draai af en toe eens om zodat de groenten gelijkmatig gegrild worden.

Leg wat bakpapier in een ovenplaat, leg hierop de kippenboutjes en verhit zoals aangegeven op de verpakking.

Breng terwijl 160 ml water met een snuifje zout en een eetlepel olijfolie aan de kook.

Wanneer het water kookt, haal van het vuur en voeg de couscous eraan toe.

Roer regelmatig om.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

469 kcal

SMAKELIJK!