



Boodschappenlijst

Couscous met lamsvlees en groenten

Voor 6 porties

- | | |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 800 g lamsschouder, in stukken | <input type="checkbox"/> 2 el olijfolie |
| <input type="checkbox"/> 500 g couscous | <input type="checkbox"/> 1 el ras el hanout |
| <input type="checkbox"/> 3 wortelen | <input type="checkbox"/> 1 kl kurkuma |
| <input type="checkbox"/> 2 courgettes | <input type="checkbox"/> 1 kl gemberpoeder |
| <input type="checkbox"/> 300 g pompoen | <input type="checkbox"/> 1 mespuntje saffraan |
| <input type="checkbox"/> 2 raapjes | <input type="checkbox"/> 1 bosje verse koriander |
| <input type="checkbox"/> 400 g kikkererwten uit blik, uitgelekt | <input type="checkbox"/> 1 bosje verse peterselie |
| <input type="checkbox"/> 2 uien | <input type="checkbox"/> 50 g boter |
| <input type="checkbox"/> 3 tomaten | <input type="checkbox"/> zout en peper |