



Parelcouscous met asperges

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Saus voor Asperges
- 1 Kg Witte asperges
- 150 g Prei
- 125 g Hamblokjes
- 300 g Parel Couscous
- 25 g Boter
- 1 Bos Bieslook

Instructie

1. Schil de asperges, verwijder het kontje en kook ze 8 tot 10 minuten in ruim water beetgaar. Snijd de asperges daarna in stukjes van zo'n 2 centimeter.
2. Kook de parelcouscous in 10 minuten gaar.
3. Maak de prei schoon en snijd hem in dunne ringen. Of koop een zakje voorgesneden preiringetjes. Doe de ringetjes in een vergiet en schenk er kokend water over. Laat ze goed uitlekken. Zo zijn ze net iets zachter maar behouden ze wel hun bite.
4. Bereid de saus volgens de aanwijzingen op de verpakking.
5. Doe alle (lauwwarme) ingrediënten bij elkaar in een kom en meng goed door elkaar. Eet smakelijk.

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	102.45 g
Energie	655.43 kcal
vetten	15.97 g
Eiwit	28.91 g

36 Min

3 Porties