

# Gemüsespieße mit Pilz-Couscous, Joghurt und Kräutern

**Zubereitungszeit:** 45 Minuten

**Garzeit:** 15 Minuten

**Niveau:** mittel

## Zutaten für 4 Personen:

- 1 Basilikumstängel
- 250 g Weihenstephan Joghurt mild 0,1 % Fett
- 300 g gemischte Pilze
- Je 2 Rosmarin- und Thymian-zweige
- 2 kleine Zucchini
- 1 gelbe Paprika
- 1 rote Paprika
- 8 Schalotten
- 4 EL Speiseöl
- 200 g Couscous
- 300 ml Gemüsebrühe
- Pfeffer, Salz
- 8 lange Holzspieße

## Zubereitung

**1.** Basilikum zupfen und hacken, mit Weihenstephan Joghurt mild 0,1 % Fett vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rosmarin und Thymian von den Zweigen zupfen.

**2.** Zucchini quer in etwa 2 cm dicke Scheiben schneiden, Paprika entkernen und in gleich große Stücke schneiden. Schalotten schälen und halbieren. Backofen auf 160 ° C (Umluft) vorheizen. Die Zucchini-, Schalotten- und Paprikastücke abwechselnd auf die Spieße stecken, bei mäßiger Hitze in der Pfanne von allen Seiten anbraten und im Backofen 15 Minuten auf der mittleren Schiene garen.

**3.** Pilze putzen, halbieren und mit etwas Öl in der Pfanne kurz scharf anbraten, Rosmarin und Thymian zugeben, mit Pfeffer und Salz würzen und bei mäßiger Hitze 5 Minuten weiterbraten. Gemüsebrühe zugeben und zum Kochen bringen, den Couscous einrühren, vom Herd nehmen und 5 Minuten quellen lassen, mit Pfeffer und Salz abschmecken.

**4.** Spieße und Couscous auf Tellern anrichten und mit der Basilikum-Joghurt-Sauce servieren.

**Tipp:** Der Couscous lässt sich sehr gut mit einer Flocke Weihenstephan Frische Butter verfeinern.