

# KUSKUS

## /Couscous nebo Cous Cous/

**Kuskus**, je jednou ze základních potravin severoafrické kuchyně. Jedná se o krupici z pšenice tvarovanou do kuliček.

Kuskus je hlavní složkou nebo přílohou mnoha jídel. /Hodí se také k přípravě sladkých jídel./ Typickým kořením na kuskus je **Ras el-Hanout** (psáno francouzsky). Ras el hanout je marocká (severoafriická a blízkovýchodní) kořenící směs a výraz znamená "hlava krámu", ve smyslu nabídky toho nejlepšího koření, které majitel může poskytnout. Je to směs různých koření, ve které se poměry jednotlivých ingrediencí liší podle tajných rodinných receptů. Obsahuje např. kurkumu, muškátový oříšek, zázvor, kardamom, hřebíček, černý pepř, skořici, koriandr, kmín římský, papriku, sůl... Dá se samozřejmě koupit i v arabských nebo orientálních obchodech. Pro ostřejší chuť se používá **Harissa**. Složení: chilli, česnek, kmín římský, koriandr, máta, sůl.

Kuskus se dostal do mnoha částí Evropy, hlavně do Francie a lze ho koupit i v obchodech v ČR. Kuskusu podobný vzhledem, chutí i použitím je **Bulgur**.

## Vaření kuskusu je jednoduché a rychlé

Existují dva nejjednodušší způsoby přípravy kuskusu:

1. Buď můžeme kuskus vložit do síta a propláchnout. Toto sítko vložíme do vlažné vody tak, aby byla zrna celá ponořená a necháme ho zde asi deset minut. Pak už jen dalších deset minut povaříme nad párou.
2. Můžeme kuskus vložit do prázdného hrnce a zalít vařící vodou v poměru jeden ku dvěma. Pak ho už jen na deset minut necháme v klidu pod pokličkou. Kuskus je připraven k dalším úpravám, jako je smíchání s masem a zeleninou, různé opékání či zapékání. Nemusíme však kuskus podávat jako hlavní, slané jídlo. Můžeme z něho udělat i jídlo sladké. Nejprve uvaříme jablečnou šťávu /mléko/ a do ní přidáme kuskus. Odstavíme z plotny a necháme na 10 minut pozvolna vychladnout. Následně přisypeme různé sušené ovoce, meruňky, rozinky, švestky, ořechy nebo mandle.

## Kuskus jako příloha

### Připravte si pro 4 osoby:

- 1 hrnek kuskusu ( 1/4 l )
- 4 lžíce olivového oleje,
- 1 menší cibuli,
- 1 mrkev,
- 2 stroužky česneku,
- dle chuti přibližně: 1/2 kávové lžičky kurkumu a 1/2 kávové lžičky kari koření,
- snítky petrželky a libečku,
- sůl.

### Postup:

V hrnci, na rozehrátém oleji, osmahneme nadrobno nakrájenou cibuli, pak přidáme nastrouhanou mrkev a orestujeme ji. Dále přidáme kurkumu, kari a rozetřený česnek. Necháme krátce zpěnit a zalejeme 2 hrnky vařící vody. Přidáme 1 hrnek kuskusu, přidáme nadrobno nakrájenou petrželku s libečkem, promícháme, odstavíme z plotny, přikryjeme pokličkou a necháme odstát 10 až 15 minut. Můžeme servírovat podobně jako rýži v kopečcích.