



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: [Stefano Vicinoadio](#) | ©Stefano Vicinoadio

Marokkaanse wraps met couscous en ras el hanout kruiden

Ingrediënten

- 500g Couscous uit durum tarwe
- 2 Bonte paprika's
- 1 Bosje platte peterselie
- 2 Teentjes knoflook
- 400g Kikkererwten uit een glazen pot
- 1 klein glas Tahin (gemalen sesam)
- 1bolle eetlepel Ras el hanout (couscous-specerijenmix)
- 300ml Verde Salud extra vierge bio olijfolie
- 2 eetlepels Amanprana extra vierge walnootolie
- 1 Snufje Khoisan fleur de sel
- 16 Tarwe- of mais wraps
- Een eetlepel ORAC Botanico-mix, spicy Kruiden

Extra info

Recept geschikt voor:

8 personen

Moeilijkheid:



Vorbereidingstijd:

20 minuten

Bereidingstijd:

10 minuten

Totale bereiding:

30 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van marokkaanse wraps met couscous en ras el hanout kruiden

Bereiding

De kikkererwten met de tahin, 100 ml olijfolie, de helft van het water uit het glas van de kikkererwten en de knoflook met een staafmixer tot een gladde crème pureren. De hummus kruiden met zout uit de molen, de kruidenmix en eventueel naar smaak ook nog verse peterselie en komijn. Laat hierna alles afkoelen. Was de groenten, snij deze in grove stukjes en bak deze in 100 ml olijfolie scherp aan. Zet hierna alles opzij.

- [Vegetarisch](#)
- [Veganistisch](#)

De couscous met ras el hanout bereiden

De couscous in een grote kom doen en er ca. 700 - 750ml kokend water overheen gieten. Dit mengsel 10 minuten laten intrekken en dan de rest van de olijfolie en de Ras el hanout met een garde hier onder roeren. Het geheel hierna kruiden met de kruidenmix, fleur de sel, grof gehakte peterselie en de gebakken groeten.

De wraps vullen

De wraps met de gemaakte hummus insmeren, vervolgens een laag couscous erop doen, dan eventueel nog wat walnootolie toevoegen en alles oprollen, deze in het midden insnijden en de met couscous gevulde wraps serveren.