**Couscous met kruidig rundvlees**

Ingrediënten:

600 g magere runderlappen

2 uien

2 teentjes knoflook

5 el Blue Band Vloeibaar

400 g gepelde tomaten (1 blik)

0.5 Knorr Rundvlees Bouillontabletten

1 kaneelstokje

1 tl gemalen kardemom

250 g couscous

1 groene paprika

400 g kikkererwten in blik

1 el fijngeknipte koriander

Bereiding:

Snijd de runderlappen in blokjes. Pel en snipper de uien en de knoflook. Verhit 3 eetlepels Blue Band Vloeibaar in het onderste deel van een stoompan. Bak hierin de ui en de knoflook ongeveer 3 minuten. Voeg het vlees toe en bak het in 5 minuten bruin. Voeg de tomaten,de bouillontablet, het kaneelstokje, de kardemom en 1 deciliter water toe. Stoof het vlees op laag vuur ongeveer 2 uur. Week de couscous 5 minuten in een liter water. Giet dit vervolgens in het bovenste deel van de stoompan. Snijd de paprika in repen. Giet de kikkererwten af. Schep ze met de paprika door het vlees. Hang de couscous boven het vlees. Leg het deksel op de pan. Stoom het gerecht in 20 minuten gaar. Maak de couscous met een vork los en meng er direct 2 eetlepels vloeibare margarine en de koriander door. Breng op smaak met zout. Schep het in een schaal. Breng het vlees op smaak met zout en peper. Schep het op de couscous. Serveer de couscous met kruidig rundvlees op 4 borden.