Gurkskål med couscous

Tema: Mat och dryck

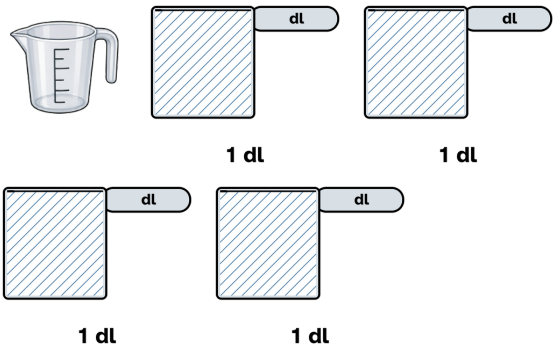


2 portioner · cirka 15 minuter

Det här behöver du



4 dl färdigkokt, kyld couscous

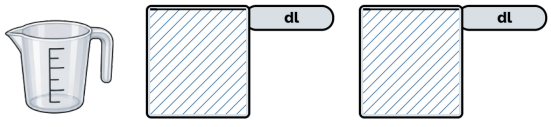




10 cm gurka

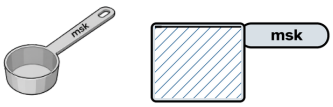


2 dl kokta, avrunna kikärter



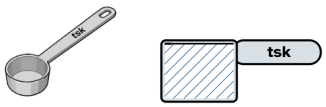


1 msk rapsolja





1 tsk citronsaft



Gurkskål med couscous

Tema: Mat och dryck

Redskap

 kniv

 skärbräda

 skål

 sked

 mått

Gör så här

1 

Tvätta händerna. ☐

2 

Skölj gurkan. ☐

3 

Skär gurkan i små bitar på skärbrädan. ☐

> **Säkerhet: Vass kniv. Skär på skärbrädan. En vuxen är med.**

4 

Lägg couscous och kikärter i skålen. ☐

Gurkskål med couscous

Tema: Mat och dryck

5 

Tillsätt gurka, olja och citronsaft. ☐

6 

Blanda med skeden. ☐