Couscous-Salat

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zubereitungszeit: 70 Minuten

Menu: <u>14.09.2022</u>

Creation: Rolf Gilgen

Zutaten: Couscous-Salat:

100 ml Gemu sebouillon

100 g Couscous

- 1 Salatgurke
- 1 rote Peperoni (Paprika)
- 2 Fru hlingszwiebeln
- 1 Bund glattbla ttrige Petersilie
- 4 Zweige frische Minze
- 50 ml Zitronensaft

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mu hle

Zubereitung:

Fu r den Salat die Bouillon aufkochen. Die Couscous hineingeben, aufkochen und neben der Herdplatte zugedeckt 5 bis 7 Minuten ausquellen lassen.

In eine Schu ssel geben und etwas abku hlen lassen.

Die Gurke scha len, der La nge nach halbieren, entkernen, in Streifen und dann in kleine Wu rfel schneiden. Das Gru n der Fru hlingszwiebeln in Ringe schneiden, das Weisse grob hacken.

Petersilie und Minze fein hacken. Alle diese Zutaten zum Couscous geben.

Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Oliveno I zu einer Sauce ru hren.

U ber den Couscoussalat geben und mischen.

Rezept: Annemarie Wildeisen (aus «Mein Ku chenjahr», AT-Verlag)

1/1