

Rezept und Zubereitungstipps

Zutaten:

- 1 Tasse Couscous
- 1 Tasse heißes Wasser
- Lauchzwiebel, Paprika, Tomate und Petersilie
- 1 EL Öl
- 1 EL Tomatenmark
- Gewürze nach Belieben (zum Beispiel Salz, Pfeffer, Paprika, Chilli...)
- Saft einer Zitronenhälfte

Zubereitung:

1. Lauchzwiebel, Paprika und Tomate in kleine Stücke schneiden
2. Petersilie fein hacken
3. Öl, Zitronensaft, Tomatenmark und Gewürze im heißen Wasser lösen
4. Gemüse und Couscous in ein Gefäß geben und mit heißem Gewürzsud übergießen
5. 10 Minuten quellen lassen

Tipps:

Nach Belieben kann der Salat mit beispielsweise Honig, Minze, Granatapfelkernen oder Rosinen verfeinert werden.

Couscous wird in einem Verhältnis von 1:1 mit heißem Wasser gemischt. Auf diese Weise kann die Menge des Salats individuell angepasst werden.