Rezept

Couscous-Gemüse-Salat

Ein Rezept von Couscous-Gemüse-Salat, am 03.05.2024

Zutaten

60 g	Instant-Couscous
1	Knoblauchzehe
2 EL	mildes Ajvar
250 g	Cocktailtomaten
40 g	gehackte Walnusskerne
	Pfeffer
150 ml	kochend heiße Instant-Gemüsebrühe
1 TL	Zitronensaft
1 Becher	TK-Basilikum (40 g)
1	kleiner Zucchino
	Salz
2 Gläser	Apfelsaft (à 200 ml)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Den Couscous mit der kochenden Brühe übergießen und ca. 5 Min. quellen lassen.

2. Den Knoblauch schälen, durch die Presse drücken und mit dem Zitronensaft, dem Ajvar und dem Basilikum verrühren.

3. Die Tomaten waschen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Den Zucchino putzen, waschen, in dünne Scheiben schneiden und mit den Tomaten, dem warmen Couscous, den gehackten Walnüssen und der Sauce vermengen. Den Salat mit Salz und Pfeffer würzen. Dazu den Apfelsaft als Getränk servieren.