

Rezept

Couscous-Gemüse-Salat

Ein Rezept von Couscous-Gemüse-Salat, am 28.06.2026

Zutaten

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