

Rezept

Couscous-Salat mit Granatapfel & Safran

Ein Rezept von Couscous-Salat mit Granatapfel & Safran, am 08.06.2023

Zutaten

| | |
|-------------------------------|--------------------------------------|
| 250 g Instant-Couscous | Salz |
| ca. 1 TL Safranfäden | 1 rote Zwiebel |
| 1 Granatapfel | 50 g Pinienkerne |
| 8 EL Olivenöl | 3-4 EL Aceto balsamico bianco |
| 2 Stängel Minze | Pfeffer |
| 1 Prise Zimtpulver | |

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 540 kcal

Zubereitung

1. Den Couscous in eine Schüssel geben. 300 ml Salzwasser mit dem Safran aufkochen und über den Couscous gießen. Den Couscous ca. 5 Min. quellen lassen.

2. Inzwischen die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Granatapfel aufbrechen und die Kerne herauslösen. Die Pinienkerne in einer kleinen Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

3. 4 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten. Mit Essig ablöschen und 1-2 Min. einkochen lassen. Die Zwiebelmischung und die Granatapfelkerne unter den Couscous mischen.

4. Die Minze abbrausen und trocken schütteln, die Blätter grob hacken. Mit dem restlichem Öl und den Pinienkernen unter den Couscous rühren. Den Salat mit Salz, Pfeffer und Zimtpulver würzen.