

Rezept

Couscous-Salat mit Möhren und Tomaten

Ein Rezept von Couscous-Salat mit Möhren und Tomaten, am 01.06.2026

Zutaten

200 g Möhren	200 ml Gemüsebrühe
100 g Instant-Couscous (grober Weizengrieß, vorgekocht)	1 1/2 EL Olivenöl
Salz	5 EL Zitronensaft
2 Frühlingszwiebeln	Pfeffer
1/2 Bund Dill	250 g Tomaten

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren putzen, schälen und klein würfeln. In der Brühe 2 Min. köcheln lassen. Couscous in eine Schüssel geben und mit der kochenden Brühe mitsamt den Möhren übergießen. Das Öl und 3 EL Zitronensaft unterrühren. Den Couscous mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 10 Min. quellen lassen.
2. Inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Die Tomaten waschen und klein würfeln. Den Dill waschen, trockenschütteln und bis auf ein einige Spitzen fein hacken.
3. Den Couscous mit einer Gabel auflockern. Die Frühlingszwiebeln, die Tomaten und den Dill unterheben. Den Salat mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem übrigen Zitronensaft leicht säuerlich abschmecken. Mit den Dillspitzen garniert servieren.