

Rezept

Couscous-Salat mit Spargel

Ein Rezept von Couscous-Salat mit Spargel, am 26.04.2024

Zutaten

300 ml Gemüsebrühe	250 g Instant-Couscous
10 Stangen weißer Spargel	1-2 EL Zucker
Salz	2 grüne Chilischoten
1 Bund Minze	150 ml Olivenöl
Pfeffer	2-3 EL frisch gepresster Limettensaft
250 g alter Pecorino	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 415 kcal

Zubereitung

1. Die Brühe in einem Topf aufkochen. Den Couscous einstreuen, den Deckel auflegen und den Topf von der Herdplatte nehmen.

2. Den Spargel schälen und putzen. 2 l Wasser mit 1 EL Zucker und etwas Salz aufkochen. Den Spargel darin je nach Dicke 10-12 Min. zugedeckt bei mittlerer Hitze garen, sodass er noch bissfest ist. In ein Sieb gießen und kalt abschrecken.

3. Chilis waschen, entkernen und fein würfeln. Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Die Hälfte der Blätter mit Chili und Olivenöl fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Limettensaft und Zucker würzen. Den Couscous auflockern.

4. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden, die restlichen Minzeblätter in feine Streifen schneiden, Pecorino zerbröckeln. Spargel, Couscous, Minze und Pecorino mischen. Mit der Hälfte des Dressings vermengen und den Rest dazu servieren.