

Rezept

Couscous mit Tomaten und Mozzarella

Ein Rezept von Couscous mit Tomaten und Mozzarella, am 26.04.2024

Zutaten

1 kleine Zwiebel	1 Tomate
75 g Gemüsegurke	1/2 TL getrockneter Oregano
1/2 TL Olivenöl	100 ml Gemüsebrühe
25 g Couscous	1/2 TL Zitronensaft
60 g Mozzarella	1/4 Bund glatte Petersilie
Salz	Pfeffer aus der Mühle

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen als Snack (für 1 Person als Hauptgericht) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 145 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Die Tomate waschen, den Stielansatz herausschneiden und die Tomate in dünne Scheiben schneiden. Die Gurke waschen, putzen und in große Würfel schneiden.
2. In einem breiten Topf die Zwiebelwürfel mit dem Oregano in heißem Olivenöl kurz dünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen. Couscous, Zitronensaft und das in Stücke geschnittene Gemüse untermengen und alles bei geringer Hitze im geschlossenen Topf 10 Min. garen.
3. Den Mozzarella abtropfen lassen und in Würfel schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Mit den Mozzarellawürfeln zum Gemüse Couscous geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.