

Rezept

Couscoussalat mit Granatapfel

Ein Rezept von Couscoussalat mit Granatapfel, am 20.12.2025



© Anke Schütz

Zutaten

3	Zwiebeln	3	Knoblauchzehen
3 EL	Olivenöl	100 g	Rosinen
4 EL	Honig	½ TL	Zimtpulver
½ TL	Cayennepfeffer	125 ml	Aceto balsamico bianco
	Kräutersalz	400 g	Couscous
1	Granatapfel	100 g	Walnusskerne
30 g	Minze	150 g	Rucola
250 g	Schafskäse		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel dazugeben und darin andünsten. Rosinen und Knoblauch kurz mitdünsten. 1 EL Honig, Zimt und Cayennepfeffer dazugeben und leicht karamellisieren lassen. Mit 80 ml Essig ablöschen. Anschließend 600 ml Wasser dazugießen, umrühren und aufkochen lassen. Den Sud mit Kräutersalz würzen und Couscous unterrühren. Danach zugedeckt auf der ausgeschalteten Herdplatte noch rund 10 Min. ziehen lassen.

2. Den Granatapfel halbieren und die Kerne herauslösen, dabei die weißen Häutchen entfernen. Die Walnüsse grob hacken. Die Minze waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Rucola putzen, waschen und trocken schleudern, die Blätter nach Belieben klein zupfen. Den Schafskäse in Würfel schneiden.

3. Den Couscous mit einer Gabel auflockern, gleichmäßig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen und kurz abkühlen lassen. Mit den übrigen vorbereiteten Zutaten mischen. Restlichen Honig und Essig verrühren und unter den Salat rühren. Den Couscoussalat mit Kräutersalz abschmecken und servieren.