

Rezept

Couscoussalat mit Trauben und Räuchertofu

Ein Rezept von Couscoussalat mit Trauben und Räuchertofu , am 09.06.2026

Zutaten

100 g Couscous	1 TL gekörnte Gemüsebrühe
1 TL getrockneter Dill	Salz
Pfeffer	1 kleiner Radicchio
2 EL Öl	3 EL Orangensaft
1 EL Weißweinessig	2 TL Honig
100 g kernlose Weintrauben	100 g Räuchertofu
1/2 Beet Kresse	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 450 kcal

Zubereitung

1. Den Couscous mit gekörnter Brühe und Dill in einer Schüssel mischen, salzen und pfeffern. Mit 180 ml kochendem Wasser übergießen und 8 Min. zugedeckt quellen lassen.
2. Inzwischen den Radicchio waschen, den harten Strunk entfernen, die Blätter in Streifen schneiden. Radicchio in einer Servierschüssel mit 1 EL Öl, dem Orangensaft, Essig, Honig und 1 Prise Salz mischen, etwas durchkneten und durchziehen lassen.
3. Die Weintrauben waschen, von den Stielen zupfen und nach Belieben halbieren. Den Räuchertofu würfeln und in einer Pfanne im restlichen Öl rundherum anbraten.
4. Den gequollenen Couscous etwas auflockern und mit den Weintrauben und dem Tofu zum Radicchio geben. Alles durchrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kresse mit einer Schere abschneiden und darüberstreuen.