

Rezept

Kokos-Couscous mit Erdbeeren

Ein Rezept von Kokos-Couscous mit Erdbeeren, am 04.10.2023

Zutaten

3 EL Kokosmilch	1 EL Zucker
1 EL Kokosflocken	150 g Couscous
250 g Erdbeeren	1 Bio-Limette
1 EL Kokoschips	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 525 kcal, 19 g F, 12 g EW, 74 g KH

Zubereitung

1. Kokosmilch, Zucker, Kokosflocken und 180 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Couscous untermischen, den Topf von der Herdplatte ziehen und den Couscous in ca. 5 Min. ausquellen lassen.

2. Die Erdbeeren waschen, die Stiele mit Kelch ausschneiden und die Früchte je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Limette heiß waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Den Saft auspressen.

3. Den Couscous mit einer Gabel ein bisschen auflockern. Die Erdbeeren, den Limettensaft und die abgeriebene Limettenschale bis auf ½ TL unter den Couscous heben.

4. Den Couscous auf Schalen verteilen und mit den Kokoschips und der übrigen Limettenschale bestreuen.