

Rezept

Schneller Couscoussalat mit Räucherforelle

Ein Rezept von Schneller Couscoussalat mit Räucherforelle, am 28.06.2026

Zutaten

100 g Instant-Couscous	150 g Salatgurke
½ Bund Dill	1 Frühlingszwiebel
1 EL Zitronensaft	½ TL scharfer Senf
½ TL	Salz
Pfeffer	3 EL Olivenöl
2 Räucherforellenfilets (ca. 150 g)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Für den Salat den Couscous in einer Schüssel mit ca. 100 ml heißem Wasser übergießen und zugedeckt quellen lassen, bis die übrigen Zutaten vorbereitet sind.

2. Die Salatgurke waschen oder schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Dill kalt abbrausen und trocken schütteln, die Spitzen abzupfen und fein hacken. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und mit dem Grün in feine Ringe schneiden.

3. Für das Dressing den Zitronensaft mit dem Senf und nach Belieben dem Meerrettich verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl mit einer Gabel unterschlagen, bis eine cremige Sauce entstanden ist.

4. Die Gurke, den Dill und die Frühlingszwiebel mit dem Dressing unter den Couscous mischen. Den Salat nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen. Die Forellenfilets in mundgerechte Stücke zupfen und auf den Salat geben oder ganz lassen und daneben anrichten.