

Zutaten

- 100 g Couscous
- 100 ml Brühe
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Minze
- 2 Tomaten
- 1 Eßl Raz el Halnout
- Salz
- Olivenöl
- Saft von einer Zitrone
- 1 Gemüsezwiebel fein gewürfelt
- 20 g geröstete Pinienkerne

Beilage, Vorspeise

Orientalischer Couscous Salat mit Tomate und Minze

Morgenländische Frische zu vielerlei Gelegenheiten. Als Beilage oder vegetarische Hauptmahlzeit, immer ein Genuß aus Tausend und einer Nacht.

So wird’s gemacht:

1. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und zusammen mit der Brühe aufkochen lassen. Dann das Raz el Halnout Gewürz in die Brühe einrühren, diese dann über den Couscous geben und 10 Minuten quellen lassen. Mit einer Gabel auflockern. Die Tomaten vierteln, Kerne entfernen, anschließend das Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Die Pinienkerne trocken in einer Pfanne goldbraun anrösten. Minze und Petersilie gut waschen, abtropfen lassen, dann in feine Streifen schneiden. Den aufgelockerten Couscous mit den Kräutern, Tomaten und Pinienkernen vermischen. Mit Salz, Zitronensaft und Olivenöl abschmecken.