

Couscous - Salat bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

4 Tassen Couscous, 1 mittelgroße Salatgurke, 2 Paprikaschoten (rot), 1-2 Päckchen TK - Petersilie, Saft von ca. 2 Zitronen, 6 Esslöffel Olivenöl (evt. mehr), 6 Esslöffel Sonnenblumenöl (evt. mehr), 6 Esslöffel Tomatenmark, 2-4 Knoblauchzehen (je nach Geschmack), Salz, Pfeffer.

Die Zubereitung:

Couscous nach Packungsanleitung zubereiten und quellen lassen.

Inzwischen die Gurke schälen, entkernen und klein würfeln.

Die Paprika waschen, Innenleben und Strunk entfernen und klein würfeln.

Gemüsewürfel mit der Petersilie und dem Couscous vermischen und kalt stellen.

Eine Marinade aus Öl, Tomatenmark, Zitronensaft, Salz und Pfeffer herstellen. Knoblauch dazu pressen und unterrühren.

Diese Marinade über den Couscous geben und gut vermengen (falls zu trocken noch etwas Öl hinzugeben).

Den fertigen Salat einige Stunden ziehen lassen und kalt servieren.