



couscoussalat

zutaten

200 ml Geflügelfonds	1 Knoblauchzehe
200 g Weizen-Couscous	2 Zweige Petersilie
2 EL Pinienkerne	2 Zweige Minze
1/2 Lauchstange	2 Zweige Minze
Oliveöl	2 EL geröstetem Sesamöl
Salz, Pfeffer	Balsamico
1/2 Kopf Eichblattsalat	weißer Balsamico
1/2 Bund Rucola	etwas Chili-Öl,
70 g kernlose Trauben	
8 Kirschtomaten	

zubereitung

Den Geflügelfonds aufkochen und den-Couscous gießen. Zuged eckt ca. 15 Minuten quellen lassen.

Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten. Lauchstange putzen, in feine Streifen schneiden, in etwas Oliveöl anbraten, salzen, pfeffern, beiseite stellen.

Eichblattsalat und Rucola waschen, putzen und kleinschneiden. Trauben halbieren, Kirschtomaten vierteln.

Petersilie und Minze abzupfen, in feine Streifen schneiden.

1 Knoblauchzehe abziehen, fein hacken.

Alle Zutaten vermischen, mit Sesamöl , Balsamico, weißem Balsamico, Oliveöl, etwas Chili-Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und z. B. zu Fleisch servieren.