



couscoussalat

zutaten

200 ml Geflügelfonds
200 g Weizen-Couscous
2 EL Pinienkerne
1/2 Lauchstange
Olivenöl
Salz, Pfeffer
1/2 Kopf Eichblattsalat
1/2 Bund Rucola
70 g kernlose Trauben
8 Kirschtomaten

1 Knoblauchzehe
2 Zweige Petersilie
2 Zweige Minze
2 Zweige Minze
2 EL geröstetem Sesamöl
Balsamico
weißer Balsamico
etwas Chili-Öl,

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 Olivenöl 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, Olivenöl, etwas Chili-Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und z. B. zu Fleisch servieren.