

Couscous-Salat

Zutaten (für 4 Personen):

- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Zehe Knoblauch
- 5 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 150 g Instant- Couscous
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 1 Bund glatte Petersilie
- 3 Frühlingszwiebeln
- 50 g schwarze Oliven

Zitrone heiß abwaschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Knoblauch schälen und fein hacken. Mit Zitronensaft und -schale, Öl, 200 Milliliter heißem Wasser, Salz und Pfeffer verrühren. Couscous einrühren und circa 15 Minuten quellen lassen. Eventuell noch etwas Wasser dazugeben.

Inzwischen die Paprikaschoten halbieren, putzen, waschen und in feine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und mit den Stielen fein hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Oliven entkernen und vierteln.

Paprikawürfel, Petersilie bis auf einen Esslöffel, Oliven und Frühlingszwiebeln unter das Couscous heben. Den Salat nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der übrigen Petersilie bestreut servieren.

Der Salat passt gut zu gegrilltem Fleisch.

Sendung/Quelle: Markt

Sendetermin: 09.09.2019

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen