



Roter Couscous-Salat

(für 4 Personen)

2 Tassen Couscous

½ Gurke

1 kleine, rote Paprikaschote

1 Bund Petersilie

1 Bund Zitronenmelisse

3 EL Olivenöl

5 EL Sonnenblumenöl

3 EL Tomatenmark, 3-fach konzentriert

Saft einer ½ Zitrone

2 kleine Zehen Knoblauch

Zubereitungszeit: ca. 25 Min.

Ruhezeit: mind. 1 Std.

Couscous gemäß Packungsanleitung zubereiten. Inzwischen Gemüse und Kräuter waschen. Gemüse klein würfeln. Kräuter fein hacken. Alles mit dem fertigen Couscous vermischen. Kalt stellen.

In einer kleinen Schüssel oder Suppentasse Öl, Tomatenmark, Salz, Pfeffer und den Zitronensaft gründlich verquirlen. Falls keine Zitronenmelisse erhältlich war, die Menge an Zitronensaft etwas erhöhen (bis 1 ganze Zitrone). Die Knoblauchzehen schälen und dazupressen. Alles nochmals gründlich mischen.

Die Sauce über den Couscous-Salat gießen und gründlich unterrühren. Den fertigen Salat im Kühlschrank mindestens eine Stunde – besser über Nacht – ziehen lassen.

