

Couscous-Salat

Für 4 Portionen:

250 g Couscous	250 ml Gemüsebrühe	1 EL Tomatenmark
1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	1 Dose Mais
4 Lauchzwiebeln	2 EL Reisessig	3 EL Olivenöl
1 EL Currypaste	1 EL Sojasauce	Salz und Pfeffer
Chilipulver	Kreuzkümmel	Zucker
Petersilie	Schnittlauchröllchen	

Den Couscous mit dem aufgekochten Fond übergießen und 10 Min. ziehen lassen.

Die Flüssigkeitszugabe mit der Anweisung des Herstellers abgleichen.

Je nach Typ und Hersteller kann eine unterschiedliche Menge nötig sein. Ggf. die Flüssigkeitsmenge erhöhen.

In der Zwischenzeit das Gemüse und die Kräuter waschen und klein schnippeln.

Tomatenmark, Currypaste, Reisessig, Öl und Sojasauce mit Couscous vermengen, das geht mit den Händen am besten. Das Gemüse untermischen und mit Salz, Pfeffer, Chilipulver, Kreuzkümmel und etwas Zucker abschmecken. Etwas glatte Petersilie und Zwiebellauchgrünringe dazugeben.

NN am 05. August 2006