Gefüllte Strauch-Tomaten mit Couscous-Salat

8 mittelgroße Strauchtomaten	100g Feta-Käse	150ml Geflügelbrühe
100g Instant-Couscous	1 Minzezweig	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	4 EL Olivenöl	50 ml Balsamico bianco
2 EL geröstete Pinienkerne	20 g Rosinen	3 EL Süßwein
Salz, Pfeffer	1 TL Zimt	2-3 EL Olivenöl

Tomaten für 30 Sek. in kochendes Wasser tauchen, anschließend kalt abschrecken, Haut vorsichtig abziehen. Den oberen Teil wie einen Deckel abschneiden, und die Tomaten mit einem Löffel vorsichtig aushöhlen.
Die Rosinen in Süßwein tauchen.
Brühe aufkochen, über den Couscous gießen und 5 Min. quellen lassen.
Minzeblätter abzupfen und hacken. Schalotten und Knoblauch schälen, fein würfeln und in Olivenöl andünsten. Mit Balsamico ablöschen und zusammen mit Pinienkernen, Rosinen, Minze und zerbröckeltem Fetakäse unter den Couscous mischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zimt abschmecken.
Couscous-Mischung in die Tomaten füllen, Deckel wieder auflegen. Die gefüllten Tomaten mit Olivenöl beträufeln und mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker würzen.

Johann Lafer am 06. Dezember 2024