



August 2015: Bunter Couscous-Salat

Zutaten:

- » 250 g Couscous
- » 450 ml Wasser
- » ½ Zwiebel
- » 2 El Rapsöl
- » 1 rote, grüne, gelbe Paprika
- » 100 g Feta
- » frische Kräuter
- » Salz, Pfeffer
- » 1 TL Tomatenmark

Zubereitung:

1El Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel würfeln und in heißem Öl andünsten, den Couscous dazugeben und alles gut verrühren. 450 ml Wasser dazugeben und kurz köcheln lassen. In einer extra Pfanne den gewürfelten Paprika in Öl andünsten. Tomatenmark und etwas Wasser dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gedünsteten Paprika zum Couscous geben und gut verrühren. Mit frischen Kräutern und dem gewürfelten Feta abschmecken und genießen. Dieser Salat passt super zu Gegrilltem oder als Beilage zu Kurzgebratenem.