



CousCous-Salat "Taboulé"

Schritte: 4

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

10 Portionen

750 g	Perl-CousCous Vollkorn	1,5 L	Gemüsebrühe
12,5 g	Knoblauch (fein gehackt)	250 g	Zwiebeln gewürfelt
250 g	Tomaten gewürfelt	150 g	Paprika rot, gewürfelt
375 g	Salatgurke	1 Bund	Petersilie (fein gehackt)
25 ml	Zitronensaft	100 ml	Olivenöl
	Salz, Pfeffer, Zucker		

Zubereitung

Zubereitung

1. Die Zwiebel, Knoblauch und Paprika im Olivenöl anschwitzen, anschließend den Vollkorn Perl-CousCous dazu geben, mit der Gemüsebrühe auffüllen und für 4 - 5 Minuten köcheln lassen.
2. Nach abgestellter Hitze für weitere 10 Minuten ziehen lassen.
3. Zum Schluss mit den Tomaten- und Gurkenwürfeln, der gehackten Petersilie und dem Zitronensaft verfeinern.
4. Ggf. nochmals mit etwas Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker nachschmecken.