

# Bunter Couscous-Salat (4 Pers.)

Pro Pers.: 493 Kilokalorien / 2066 Kilojoule / 29 g Fett / 26 g Kohlenhydrate / 6.6 g Eiweiss

## Couscous:

4 dl	Wasser	aufkochen
1 TI	Gemüsebouillon	
1 El	Olivenöl	zugeben
200 g	Couscous-Griess	zugeben, aufkochen, 10-15 Min. auf der ausgeschalteten Platte ausquellen lassen

## Sauce:

2	Zitronen, Saft Salz, Pfeffer	in einer Schüssel verrühren
5 El	Olivenöl	dazu rühren
1	Knoblauchzehe, gepresst Petersilie, Schnittlauch, fein	zur Sauce rühren

## Salat:

4 El.	Maiskörner	zur Sauce geben
1	rote Peperoni, gewürfelt	
3	Tomaten	
½	Gemüsegurke	
200 g	Feta oder Mozzarella	alles in Würfel schneiden, in die Schüssel geben
	Petersilie od. Schnittlauch	fein schneiden, alles vermischen, anrichten
	Tomatenschnitze, Kopfsalat	Salat damit garnieren

**Tipp:** Dieses Rezept ist ein ideales Gericht für warme Sommerabende. Er eignet sich auch gut als Lunch zum Mitnehmen.

Je nach Saison können andere Zutaten gewählt werden: Dörrtomaten in Öl, Erbsen, Champignons, Gewürzgurken, Maiskörner (Dose), Oliven, gekochte Eier  
Der Zitronensaft kann auch mit 3-4 El. Essig ersetzt werden

