

Gemüse-Salat mit Couscous

Salade de légumes avec le Couscous

Couscous

Knackige Salatgurke, Radieschen
 Tomaten, Zucchini, Rote Zwiebeln
 Gelbe und orangene Paprika, Petersilie
 Thymian-Zitronen-Öl, Olivenöl
 „Zitronenbraut“ - Essig (Doktorenhof, Venningen)
 Zitronensaft
 Kub Or - Herbes de Provence
 Salz und Pfeffer aus der Mühle
 Marokkanische Minze



(c)hansgeorgmüller

- Das Couscous in eine Keramikschüssel geben und mit heißem Gemüsebrühe (Kub Or) überbrühen, sodass über dem Couscous noch ein Zentimeter Brühe steht damit die Hirse quellen kann; mit einem Teller abdecken
- Die Salatgurke gründlich waschen, nicht schälen, halbieren, eventuell große Kerne entfernen und in beliebige kleine Stücke schneiden
- Die Rettich abwaschen, säubern und in dünne Scheiben schneiden, leicht salzen und in einer anderen Schüssel aufbewahren
- Die Zucchini abspülen, abtupfen und die Schale mit ein wenig Fruchtfleisch abschneiden und beliebige Stücke schneiden; die Innenreste entsorgen
- Die Zwiebeln schälen, in feine Scheiben schneiden auf einem flachen Teller ausbreiten und leicht salzen, beiseite stellen
- Die Tomaten waschen, vierteln und beiseite stellen
- Die Petersilie gründlich waschen, kräftig ausschütteln, abtropfen lassen und sehr fein hacken
- In einer großen Salatschüssel die einzelnen Gemüse geben mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen; kurz ziehen lassen
- Etwas Thymian-Zitronen-Öl, Zitronensaft, sowie den Essig zufügen und alles gut mischen
- Nun Couscous und Petersilie einstreuen, vorsichtig unterziehen, abschmecken und gegebenenfalls beliebig nachwürzen

Dazu passt:

- Baguette
- Gegrillter schottischer Lachs
- Ein kaltes Bier
- Vin blanc sec, Typ Bourgogne – Chablis oder Typ Vallée de la Loire - Sancerre