

Tabouleh

Zubereitungszeit: 25 min.

Couscous in Wasser mit den passierten Tomaten rund 20 Minuten ziehen lassen. Gelegentlich umrühren.

Vom Salat vier große Blätter waschen und beiseitelegen. Restlichen Salat, Tomaten, Kräuter und Frühlingszwiebeln waschen und klein schneiden. Mit Öl mischen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Diese Mischung zusammen mit dem Couscous auf je einem Salatblatt anrichten.

Mit Granatapfelsirup servieren.

Tipp: Als Beilage schmeckt Fetakäse oder türkischer Weißkäse.

EINKAUFLISTE FÜR 4 PORTIONEN

150	g	Couscous
150	ml	lauwarmes Wasser
200	g	passierte Tomaten
1		Romanasalat
300	g	frische Tomaten
2	Bund	Petersilie (oder nach Geschmack 1 Bund Petersilie und 1 Bund Blattkoriander) etwas Estragon
1	Bund	Schnittlauch oder 3-4 Frühlingszwiebeln
50	ml	Sonnenblumen- oder Olivenöl Salz, schwarzer Pfeffer etwas Zitronensaft Granatapfelsirup (Grenadine)