



Couscous-Salat

mit Aprikose, Minze und frischen Gurkenbändern

4 Portionen · vegan · ca. 20 Min. + Ziehzeit über Nacht

Zutaten

250 g Instant-Couscous
(mittelfein)
ca. 330 ml kochendes
Wasser (nach
Packung), am Folgetag
etwas mehr
½ Bio-Salatgurke mit
Schale
ca. 6 getrocknete
Aprikosen
Olivenöl
1 EL Zitronensaft +
etwas zum
Abschmecken
1 TL gehackte
Salzzitronenschale oder
Abrieb von ½ Bio-
Zitrone
8–10 Minzblätter
Salz und Pfeffer

So wird's gemacht

1 Gemeinsam quellen lassen. Aprikosen klein schneiden und mit trockenem Couscous, Salz und 2 EL Olivenöl mischen. Kochendes Wasser zugießen; Wassermenge und Quellzeit nach Packungsangabe wählen. Mit einer Gabel auflockern.

2 Über Nacht ziehen lassen. Mit 2 EL Öl, 1 EL Zitronensaft, Salzzitronenschale oder Abrieb und Pfeffer würzen. Zügig abkühlen lassen und abgedeckt über Nacht kalt stellen.

3 Saftigkeit und Würze prüfen. Am Folgetag nach Bedarf esslöffelweise Wasser zugeben und kurz nachziehen lassen, bis der Couscous saftig und locker ist. Mit Salz und Zitronensaft nachwürzen.

4 Gurke und Minze ergänzen. Gurke waschen, die Schale dranlassen. Einige lange Bänder mit dem Sparschäler abziehen und kühl beiseitestellen. Übrige Gurke klein würfeln, Minze fein schneiden und beides unter den Salat mischen.

5 Anrichten. Den Salat nicht eiskalt servieren. Gurkenbänder locker darauflegen und nach Wunsch mit wenigen kleinen Minzblättern garnieren.

Susannes Tipp. Gurke und gequollene Aprikosen zusammen: nach Augenmaß etwa ein Drittel der gequollenen Couscousmenge, beide ungefähr zu gleichen Teilen. Die Mengen bei Bedarf anpassen!

Dazu im Glas: Blanc de Zouina. Über Nacht verteilt sich die Aprikosensüße im Couscous. Gurke, Zitrone und dezente Minze bringen Frische und begleiten die fruchtige Art des Weins.