

Couscous-Salat m Lyoner von Andreas Fluekiger

Mengen für 10 Personen

100ml Olivenöl und 100ml Wasser mit Zitronensaft mischen. Salz dazu geben und über den Couscous geben. Nach einigen Minuten eventuell nochmals Zitronensaft und Öl angießen. Dabei auf die Konsistenz des Couscous achten. Während der Couscous quillt den Knoblauch pressen und anschließend unterheben. Schale einer Zitrone abraspeln und gemeinsam mit Kräutern und Gewürzen zum Couscous geben. Paprika, Tomaten und Gurken waschen, entkernen und fein würfeln. Alles zum Couscous geben. Die Zwiebeln schälen und würfeln. In etwas Öl glasig dünsten und mit Essig ablöschen. Die Zwiebeln zu dem restlichen Salat geben und unterrühren, nochmals abschmecken und abschließend den Käse darüber zerbröseln.

Quelle: <http://www.kochenfuerviele.de/dessert-salate-rezepte/Cous-Cous-Salat.html>

Gewürze: Salz, Pfeffer

800 g Couscous	den Couscous damit vermischen
100 g Paprika	2 gelbe Paprika würfeln
4.0 Stück Tomaten	Tomaten würfeln
200 g Gurken	1 Gurke in Würfel schneiden
400 g Feta (griechischer Schafskäse)	
100 g Zwiebel	2 rote Zwiebeln zerkleinern
3.0 Stück Knoblauchzehen	Knoblauch dazupressen
2.0 Stück Zitronen	4 EL Zitronensaft
3.5 cl Balsamico-Essig	3,5 EL Balsamico-Essig
2.0 dl Olivenöl	Das Olivenöl mit Wasser und Zitronensaft vermengen
1.2 Liter Wasser	
10 g Pfefferminzkraut getrocknet	
800 g Lyonerwurst	

Thymian
 Rosmarin
 Koriander
 Kreuzkümmel
 Petersilie
 Kümmel
 Salz
 Pfeffer
 Wasser
 Pinienkerne