

Sizilianischer Couscous-Salat mit Melone und „Stromboli Fire“

Vegan



Rezept von Hans Gerlach – erfrischend und sommerlich
Sizilianischer Couscous-Salat mit Melone

Zutaten für 4 Personen: (Zeit: 25 Minuten)



300 g Couscous, 4 EL Rosinen,
6 Frühlingszwiebeln, 2-3 Knoblauchzehen,
4 EL grüne Pistazienkerne, 125 ml Olivenöl,
2 TL *Stromboli Fire*, *Sizilianisches Steinsalz* aus
der Mühle, 800 g Zuckermelone z.B. Cantaloupe
oder Galia, 2 Bio-Zitronen

Couscous und Rosinen mit 300 ml warmem Wasser bedecken, 10 Min. quellen lassen. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden, Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. Pistazienkerne in 2 EL Olivenöl 2-3 Min. rösten. Knoblauch, Frühlingszwiebel und *Stromboli Fire* unterrühren, kräftig salzen und vom Herd nehmen.

Die Melonenkerne mit einem Teelöffel heraus schaben, die Frucht in Spalten schneiden, die Schalen entfernen, das Fruchtfleisch quer in Scheiben schneiden. Couscous mit einer Gabel auflockern. Pistazienmischung und Melone locker untermischen. 2 TL Zitronenschale abreiben, den Saft auspressen, mit restlichem Olivenöl unter den Couscous mischen, mit *Stromboli Fire* und *Sizilianischem Steinsalz* abschmecken.

Würzvarianten: Als Gewürz passen auch *Ruf der Oase* und *Tajine Marrakesch* perfekt zum Couscous-Salat – in beiden Fällen die Rosinen weglassen und dafür noch ein paar gehackte Minzblättchen unter den Salat mischen. Couscous schmeckt warm oder kalt und lässt sich gut am Vortag zubereiten, dann am besten erst zum Servieren mit der Sauce mischen.

Viele leckere Rezepte finden Sie unter www.bio-feinschmecker.de
Herbaria Kräuterparadies GmbH, Hagnbergstraße 12, 83730 Fischbachau

