

Fruchtiger Couscous-Salat

(4-6 Personen)

250 g Vollkorn-Couscous*) nach Anweisung mit
200 ml Orangensaft*)
200 ml Wasser) zubereiten, dann
	abkühlen lassen und auflockern
1 rote Zwiebel	klein schneiden und in
2 EL Olivenöl*	leicht anbraten und
1 EL Honig*	unterrühren
1 Zucchini) in kleine
2 rote Spitzpaprika) Stücke
10 Datteln*) schneiden
120g Mais	abtropfen lassen

Alles zusammen unter den Couscous mischen.

Salz*, Pfeffer*)
1 TL Kurkuma*)
1 TL Kreuzkümmel*, gem.) Gewürze vermischen,
1 TL Curry*) unter den Salat mengen
1 TL Garam Masala*)
1 Prise Chili*, gem)
4 TL Za'atar*) und mit
etwas Zitronensaft oder Essig	abschmecken

Salat gut durchziehen lassen und evtl. nachwürzen.

Nach Belieben mit frischer Pfefferminze oder Melisse und diversen Nüssen verfeinern.