Couscous Restesalat

Zutaten:

- 1 kleine Zwiebel
- 1/2 rote Paprika
- 1/2 Apfel
- 1/2 Birne
- ca. 80 g Feta
- 1 Hand voll Feldsalat
- 125 g Couscous
- etwas Petersilie
- ein Spritzer Zitronensaft
- etwas Balsamico-Essig, evtl. weiß
- 90 ml Wasser
- Honig, Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung:

Den Couscous nach Packungsinhalt zubereiten. Die Zwiebel schälen und klein hacken, den Paprika würfeln. Den Apfel und die Birne in Stückchen schneiden. Den Feldsalat waschen und trocknen, den Feta mit den Händen zerbröseln. Nun die Zwiebel in ein wenig Olivenöl glasig anbraten. Nach und nach Paprika, Apfel und Birne zugeben und alles nach Geschmack leicht anbräunen. Mit Salz, Pfeffer, Honig, Zitronensaft und Balsamicoessig abschmecken. Das Ganze mit dem Wasser aufgießen, die Hitze zurückdrehen und ein wenig einköcheln lassen. Jetzt den Feldsalat, den Feta und die Petersilie hinzugeben, vermengen und zum Schluss den fertigen Couscous unterheben. Noch warm auf Tellern anrichten und mit Petersilie garnieren.

Dieses Rezept wurde eingesandt von: Anja Schödl

Dieses Rezept stammt aus dem Restekochbuch der Stadt Regensburg (www.regensburg.de/klasseklima), das im Rahmen der Kampagne klasseKlima erstellt wurde.