

Susanne Nett: Couscous-Salat mit Jakobsmuscheln

 happy-mahlzeit.com/2021/08/20/susanne-nett-couscous-salat-mit-jakobsmuscheln

Zutaten für 4 Personen:

- 200 g Couscous
- 4 – 8 Jakobsmuscheln
- 8 getrocknete Aprikosen
- 300 ml Gemüsebrühe
- 6 EL Olivenöl
- 1 – 2 Zitronen
- 2 EL Mandelblättchen
- je 2 – 3 Stiele Petersilie, Estragon, Koriander
- 1 TL mildes Currypulver
- Prise Zucker
- Prise Fleur de Sel
- Pfeffer

Zubereitung:

Brühe und 1 EL Öl aufkochen, den Topf vom Herd ziehen.

Aprikosen fein würfeln. Couscous und Currypulver in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Aprikosen und Brühe zugeben und ca. 6 Minuten quellen lassen. Dabei ab und zu umrühren.

Die Kräuter abbrausen, trocken tupfen, Blätter abzupfen und (bis auf einige zum Dekorieren) fein hacken. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Zitronensaft mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und 2 EL Öl verrühren. Couscous, Kräuter und Dressing mischen. Etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Die Jakobsmuscheln abbrausen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Übriges Öl erhitzen. Die Jakobsmuscheln darin von beiden Seiten ca. 2 – 3 Minuten braten.

Mandeln ohne Fett rösten, abkühlen lassen. Den Couscous-Salat erneut abschmecken, die Mandeln darüber streuen und mit den Jakobsmuscheln servieren.

Rezept: Susanne Nett

Quelle: echt gut! Klink & Nett vom 7. Mai 2016

Episode: Salate zum Sattmachen