



# COUSCOUS- TOMATENSALAT

## FÜR 4 PERSONEN

100 g Couscous  
0,25 TL Salz  
1,5 dl Wasser, siedend

500 g Cherry-Tomaten  
1 EL Olivenöl  
1 EL flüssiger Honig  
0,5 TL Salz  
wenig Pfeffer

3 EL Kräuterweinessig  
2 EL Olivenöl  
0,25 TL Salz  
wenig Pfeffer

In Zusammenarbeit mit

**Betty Bossi**

## UND SO WIRDS GEMACHT

- 1. Couscous:** Couscous und Salz in eine Schüssel geben, siedendes Wasser darübergießen, zugedeckt ca. 5 Min. quellen lassen. Couscous mit einer Gabel lockern.
- 2. Tomaten:** Tomaten halbieren. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Tomaten ca. 1 Min. braten, Honig daruntermischen, würzen. Tomaten unter den Couscous mischen.
- 3. Sauce:** Essig und Öl verrühren, würzen. Sauce unter den Couscous-Tomatensalat mischen.
- 4. Dazu passt:** Rucola.

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

Nährwert: Portion (1/4): 212 kcal

10 F / 24 KH / 4 EW

vegetarisch, ohne Laktose

## Einkaufsliste

Diese Zutaten finden Sie  
in den Coop Pronto Shops.

