Artikel vom 28.08.2024 · Ausgedruckt am 14.11.2026, 17:36 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/couscoussalat-mit-garnelen

Couscoussalat mit Garnelen



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für vier Personen):

115 g Couscous

150 ml Wasser

150 ml Kokosmilch

1 EL Pflanzenöl

8 bis 12 Garnelen

100 g Physalis

1 rote Paprika

2 EL Mandarinenöl (Alternativ 2 EL Mandarinensaft und 1 EL neutrales Öl)

Saft von ½ Limette

Salz

weißer Pfeffer

Tabasco

Koriander nach Geschmack.

Zubereitung:

Die Garnelen putzen und in einer Pfanne mit dem Pflanzenöl von beiden Seiten etwa 1 Minuten anbraten, abkühlen lassen und schälen, dann in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Den Couscous mit dem Wasser und der Kokosmilch nach Packungsanleitung übergießen und ziehen lassen. Die Physalis schälen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Paprika waschen und in mundgerechte Stücke schneiden, Koriander waschen, putzen und grob hacken. Aus Öl, Saft, Tabasco und Gewürzen ein Dressing anrühren und alles miteinander vermengen.