

Halloumi auf Couscous



ZUTATEN (2-3 Pers.):

- 200g Halloumi
- 300g Couscous
- 2 Frühlingszwiebeln
- 15-20 Cocktailtomaten
- 2-3 EL Olivenöl
- Petersilie
- 1 EL Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer
- Rucola nach Bedarf

Kalter Couscous-Salat:

- ½ Gurke
- ½ rote Paprika
- 100-150g Kichererbsen

Warmer Couscous-Salat:

- ½ Zucchini
- ½ Aubergine

SCHRITTE:

- 1) Zuerst den Couscous mit der doppelten Menge heißes Wasser aufgießen, etwas salzen und ca. 10 Minuten quellen lassen.
- 2) In einer Schüssel die kleingehackten Lauchzwiebeln, Tomaten und Petersilie miteinander vermengen, mit Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.
- 3) Sobald der Couscous fertig ist, diesen mit in die Schüssel geben und alles miteinander vermengen.

Für den kalten Couscous-Salat: Gurke und Paprika waschen, in kleine Stücke schneiden.

Kichererbsen in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Anschließend alles unter den Couscous-Salat mischen und noch mal abschmecken.

Für den warmen Couscous-Salat: Zucchini und Aubergine waschen und in Scheiben schneiden. (Auberginenscheiben salzen und 10 Minuten ziehen lassen.) Beides in einer Pfanne mit etwas Olivenöl ca. 10 Minuten anbraten, würzen und anschließend den vorbereiteten Couscous-Salat mit in die Pfanne geben, erwärmen und noch mal abschmecken.

- 4) Eine andere Pfanne erhitzen und den Halloumi (am besten 2 flache Scheiben à 100g) von jeder Seite goldbraun anbraten und mit Grill- oder Paprikagewürz würzen.
- 5) Eine Portion Couscous-Salat auf einen Teller geben, nach Belieben etwas Rucola mit dazu geben und Halloumi-Scheiben darüber legen.

ZUBEREITUNGSTIPP:

- Der Couscous-Salat kann sehr gut auch mit anderen Gemüsesorten variiert werden (z.B. Karotten, Champignons)
- Für etwas mehr Würze die Cocktailtomaten durch/mit getrockneten Tomaten ersetzen/ergänzen
- Als Topping könnt ihr noch ein paar Kerne und/oder Granatapfelkerne darüber streuen

**Unser
Club.de**

