

Couscoussalat aus dem Thermomix

Mit dem Couscoussalat aus dem Thermomix bringst du Abwechslung auf deinen Küchentisch. Das Salat-Rezept ist ideal für den Hunger zwischendurch oder als Beilage zur Grillsaison.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

| | |
|------------|---|
| 1 Bund | frische Petersilie |
| 0.5 Bündel | Minze |
| 700 g | Wasser |
| 1.5 TL | Gemüse-Gewürzpaste |
| 500 g | Couscous |
| | Salz |
| | Pfeffer (aus der Mühle) |
| 2 Stk. | Frühlingszwiebeln |
| 2 Stk. | Paprika |
| 2 Stk. | Tomaten |
| 0.5 Stk. | Salatgurken |
| 1 Stange | Staudensellerie |
| 1.5 Stk. | Zitronen |
| 1 TL | Kreuzkümmel gemahlen |
| 100 g | Olivenöl extra vergine |

Zubereitung

1. Für den **Couscoussalat aus dem Thermomix** die Kräuter waschen, trocken schütteln und im Mixtopf bei Stufe 5 5 Sekunden zerkleinern und umfüllen. Das Wasser in den Mixtopf geben, die Gemüse-Gewürzpaste hinzugeben und auf Stufe 1 100 °C 8 Minuten erhitzen. Jetzt den Couscous hinzugeben und 8 Minuten linkslauf, Schonstufe ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und umfüllen.

2. Die Frühlingszwiebeln grob zerschneiden, in den Mixtopf geben und 3 Sekunden auf Stufe 5 zerkleinern. Die halbierten Tomaten, vom Kerngehäuse entfernten Paprika und grob zerteile Salatgurke zugeben. Auf Stufe 4,5 3 Sekunden zerkleinern. Die Staudensellerie in Streifen schneiden und zusammen mit dem Zitronensaft, Olivenöl und gemahlenen Kreuzkümmel zugeben. Auf Stufe 1 linkslauf 15 Sekunden unterheben.
3. Das [Gemüse](#) und die gehackten Kräuter zum Couscous geben und vermengen. Den Couscoussalat aus dem Thermomix abschließend mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Tipp

Beim Gemüse kann man je nach Saison oder Geschmack nach Lust und Laune variieren.