

Rote Bete Taboulé

Zutaten für 8 Personen

500 g Couscous
4 Bio-Zitronen
100 ml Olivenöl
750 g gekochte Rote Bete
1 Bund Lauchzwiebeln
2 rote Paprikaschoten
1 Bund Petersilie
1/2 Töpfchen Minze
Salz
Pfeffer

Zubereitung

1 L Wasser mit 2 TL Salz aufkochen, Couscous einrühren, Topf vom Herd ziehen, zugedeckt ca. 5 Minuten quellen lassen, mit einer Gabel auflockern, in eine große Schüssel umfüllen.

Zitronen waschen, Schale fein abreiben, auspressen. Öl, Zitronensart und -schale unter den Couscous mischen.

Lauchzwiebeln und Paprika waschen und putzen. Rote Bete und Paprika klein würfeln. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Kräuter waschen, trocken schütteln, Blätter fein schneiden.

Alles unter den Couscous mischen. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Mindestens 1 Stunde ziehen lassen.