

Avocado Couscous-Salat

Für 2 Personen:

75 ml Gemüsebrühe	50 g Couscous	1 reife Avocado
1/2 Granatapfel	2 Ziegenfrischkäsetaler	1 EL weißer Balsamico-Essig
3 TL Olivenöl	Salz, Pfeffer	1 TL Zucker

Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen. Couscous in eine Schüssel geben, mit der heißen Brühe übergießen und 5 Minuten quellen lassen. Dann mit einer Gabel auflockern, Balsamico-Essig und 2 TL Olivenöl darüberträufeln und vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Avocado schälen, entkernen, würfeln und vorsichtig unter den Couscous mengen. Granatapfelkerne herauslösen und beiseitestellen.

Zucker auf einen kleinen Teller streuen. Die Ziegenfrischkäsetaler von einer Seite leicht in den Zucker drücken und mit der Zuckerseite nach unten in einer Pfanne im restlichen heißen Olivenöl kurz karamellisieren. Den Avocado-Couscous-Salat auf zwei Teller verteilen, die Ziegenfrischkäsetaler mit der karamellisierten Seite nach oben daraufsetzen, mit Granatapfelkernen bestreuen und lauwarm servieren.

Christian Henze am 14. Juni 2019