

Schichtsalat Orientalisch

Für 2 Personen:

1 Avocado	1 Zitrone	1 Römersalatherz
150 g Feta	1 Tasse Instant Couscous	2 Rote Bete, gegart
2 EL Sesampaste	1/2 Granatapfel	80 g Walnusskerne
2 Stangen Minze	50 ml	4 cl Gemüsebrühe
10 ccm Grenadine	120 ml Olivenöl	1 Msp. Currymix
1 Msp. Gewürzsalz		

Instant Couscous in eine Schüssel geben. Das Wasser für den Couscous erhitzen, Currymix dazugeben und verrühren. Das Curry-Wasser über den Couscous gießen und beiseitestellen.

Avocado halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch mit dem Löffel aus der Schale lösen und in Würfel schneiden.

Römersalatherz halbieren und in grobe Streifen schneiden. Rote Bete und Fetakäse ebenfalls würfeln.

Für das Dressing Brühe in ein Glasgefäß mit Schraubverschluss füllen. Frisch gepressten Zitronensaft, Sesampaste, Grenadine, Gewürzsalz und Olivenöl zur Brühe ins Glas geben. Das Glas verschließen und kräftig schütteln.

Den Couscous mit einer Gabel auflockern, mit Gewürzsalz würzen, vermengen und wieder glattstreichen. Erst Avocado, dann die Rote Bete und anschließend die Fetawürfel gleichmäßig auf dem Couscous schichten. Die Römersalat-Streifen auf die Fetawürfel geben. Walnüsse rösten und anschließend zusammen mit der Minze hacken. Beides über den Salat geben. Granatapfelkerne auslösen und on top auf den Salat geben. Das Dressing über den Salat gießen, mit Salatbesteck gut durchmischen und auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 05. Juli 2022