



Rote-Bete-Couscous-Salat mit Ziegenkäse

mit Ras el-Hanout und Pekannüssen



ca. 25min



2 Personen

Ehe unsere Köchin Naomi zu Marley Spoon kam, arbeitete sie in einer Restaurantküche. Dort lernte sie, dass man wirklich nicht viel braucht, um einen richtig guten und vor allem nahrhaften Salat zuzubereiten: Couscous, massig frische Kräuter und leckere Rote Bete. Das reicht eigentlich schon. Sie gab dem Ganzen zum Glück aber noch ihren ganz persönlichen Schliff und fügte gebackenen Ziegenkäse, Nüsse und Ras el-Hanout hinzu.

- 150g Couscous ¹
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 250g Rote Bete, vorgegart
- 25g Pekannusskerne ¹⁵
- 1 Packung Ziegenfrischkäse ⁷
- 1 Päckchen Ras-el-Hanout-
Gewürzmischung
- 1 rote Paprika
- 1 Minigurke
- 1 Lauchzwiebel
- 10g Petersilie & Minze
- 1 unbehandelte Zitrone
- 25g Rosinen ¹²

- 2-3TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Wasserkocher
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Energie 798kcal, Fett 33.8g,
Kohlenhydrate 99.8g, Eiweiß 25.8g



4. Rote Bete garen

2. Käse karamellisieren

5. Dressing anrühren

3. Gemüse schneiden

6. Salat fertigstellen

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. #marleyspooning