



Couscous-Thunfisch-Salat

Zutaten für 2 Personen:

150g Couscous

250ml Gemüsebrühe

1 TL Honig

2 EL Olivenöl

1 EL Balsamico-Essig

200g Thunfisch

1 Bio Zitrone

50g Pinienkerne

6 Blätter Basilikum, gehackt

Zubereitung:

Couscous in eine Schüssel geben und mit heißer Gemüsebrühe aufgießen. Für 5 Minuten quellen lassen und mit einer Gabel auflockern.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Olivenöl mit Honig und Balsamico-Essig verrühren und über den Couscous geben. Thunfisch, Pinienkerne, Basilikum, Schale der Zitrone und Saft einer halben Zitrone hinzufügen und alles gut vermengen. Mit Pfeffer kräftig würzen.

Falls der Couscous noch zu trocken sein sollte, noch etwas Olivenöl hinzufügen.

