

mamiblock. Rezeptideen

Titel: COUSCOUS APFELSALAT

Zutaten:

COUSCOUS,
1 KAROTTE, 1 APFEL,
GRIECHISCHER JOGHURT, ZITRONENSAFT,
SALZ, EVTL. GEMÜSEBRÜHE



Zubereitung:

COUSCOUS NACH PACKUNGSANLEITUNG ZIEHEN LASSEN. NACH BEDARF ETWAS GEBÜSEBRÜHE ZUM WASSER ZUGEBEN. APFEL UND MÖHRE REIBEN, ZITRONENSAFT, SALZ UND 2 ESSLÖFFEL JOGHURT UND AM ENDE DEN COUSCOUS.

EIN VERHÄLTNIS VON EINEM TEIL APFEL-MÖHRE UND EINEM TEIL COUSCOUS PASST GUT.