

# Marokkanischer Couscous-Salat

## Zutaten

### Für den Salat:

150 g Couscous  
300 ml aufgekochtes, heißes Wasser  
1 rote Paprika  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Knoblauchzehe, frisch  
1 kleine Bio-Gärtnergurke oder ½ Bio-Salatgurke (die Schale wird mitgegessen!)  
10 Kirschtomaten  
6 halbegetrocknete Tomaten (in Öl eingelegt, abgetropft)  
10 Kalamata-Oliven, ohne Stein  
6 Stiele Koriander, frisch (oder Minze)  
80 g Schafskäse  
3 EL Tomatenmark  
Saft von 1 Zitrone  
2-3 EL Olivenöl + Olivenöl zum Braten  
Ras-el-Hanout Gewürz  
Salz  
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

### Für den Griechischen Joghurt:

150 g griechischer Sahnejoghurt  
2 EL Milch  
1 EL Zitronensaft  
1 EL gehackten, frischen Koriander oder Petersilie  
Salz  
frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
Harissa (nach Belieben)

### Zubereitung Salat:

Den Couscous in eine große Schüssel geben und mit dem aufgekochten Wasser übergießen und 10 Minuten quellen lassen. Paprika waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, grünen und weißen Teil getrennt voneinander in feine Ringe schneiden. Knoblauchzehe schälen und fein hacken. In einer großen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und Paprika, weiße Frühlingszwiebelringe und den Knoblauch darin in ca. 6 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Den Couscous mit einer Gabel auflockern und das Paprika-Zwiebel-Gemüse darüber geben. Die Gurke gründlich waschen, der Länge nach halbieren, mit einem Teelöffel entkernen und die Gurke in feine Würfel schneiden. Cocktailtomaten waschen, vierteln und zusammen mit den Gurkenwürfeln auf dem Couscous verteilen. Die halbegetrockneten Tomaten und die Kalamata-Oliven klein schneiden und in die Schüssel geben. Den Koriander fein hacken, den Schafskäse leicht zerbröseln und beides auf dem Couscous verteilen. Alles gründlich durchmischen. Tomatenmark mit Zitronensaft, Olivenöl, etwas Ras-el-Hanout, Salz und Pfeffer verrühren und über den Salat geben. Den Salat erneut gründlich durchmischen, bis sich die Sauce überall verteilt hat.

Für den Griechischen Joghurt, der sehr gut zum Marokkanischen Couscous-Salat passt, alle Zutaten in eine Schüssel geben und gründlich miteinander verrühren. Den Joghurt mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben noch eine Messerspitze scharfe Harissa einrühren.