



Kisir - Türkischer Couscous-Salat

Nach dem Original-Rezept wird Kisir mit Bulgur zubereitet, die Variante mit Couscous ist aber genauso beliebt. Das Besondere ist die Salatsauce, die mit Tomatenmark zubereitet wird und dem Salat die typische rötliche Farbe verleiht. Klein gewürfelte rote Peperoni, Gurke, frische Tomate und fein geschnittener Lattich (oder Gemüse nach eigenem Geschmack) ergänzen den Salat. Die Salatsauce wird nebst dem Tomatenmark mit Olivenöl, Limettensaft, Knoblauch, wenig Kreuzkümmel und reichlich Kräutern zubereitet. Glatte, grossblättrige Petersilie ist das bevorzugte Salatkraut für Kisir. Auch Basilikum, oder eine Mischung von beidem, passt sehr gut zur tomatigen Sauce.

Zutaten (2 Hauptspeisen)

150g	Couscous
180g	Wasser
100g	rote Peperoni
100g	Gartengurke
2-3	Piccadilly-Tomaten
1-2	handvoll Lattich geschnitten

Sauce:

4El	Olivenöl
4Tl	Tomatenmark
1	Limette
1	Knoblauchzehe
1/2Tl	Kreuzkümmel
1Tl	Pul biber
1	handvoll glatte Petersilie
1	Zweig Basilikum
1-2	Frühlingszwiebeln
	Salz und Pfeffer

ev. etwas weisser Balsamico zum Abschmecken

Oliven zur Dekoration

Zubereitung

Wasser aufkochen, Couscous zugeben, die Pfanne von der Herdplatte ziehen, Deckel aufsetzen und den Couscous 20 Minuten quellen lassen. Deckel abnehmen, Couscous mit einer Gabel auflockern und auskühlen lassen.

Salatsauce:

Kreuzkümmel im Mörser zerstoßen. Zesten von der Limettenschale abziehen. Olivenöl in eine Schüssel geben. Tomatenmark, Zesten, Pul biber, Kreuzkümmel zugeben. Saft der Limette zugeben. Knoblauchzehe dazupressen. Petersilie und Basilikum grob hacken und zugeben. Frühlingszwiebeln mit etwas Stengelgrün fein hacken und zugeben. Gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Couscous zur Sauce geben und vermischen.

Gurke halbieren und die Kerne entfernen. Tomaten längs vierteln und entkernen. Gemüse inkl. Peperoni zu ca. 5mm grossen Würfeln schneiden. Vom Lattich das Blattgrün vom Kiel abtrennen und zu 1cm breiten Streifen schneiden. Gemüse zum Couscous geben und vermischen. Eventuell mit Salz, Pfeffer und Balsamico abschmecken. Mindestens 1 Stunde, besser 2-3 Stunden ziehen lassen.

Anrichten und mit Oliven garnieren.







