



Frische Beeren
im Couscous mit Blüten-Joghurt



Zutaten:

2 Tassen 10 Min. Couscous
(Weizengrieß)

4 Tassen Wasser

1 Prise Salz

2 EL Olivenöl

4 EL deutscher Blütenhonig

4 EL Holunderblütensirup

3 EL getrocknete Cranberries

500 g Beeren

(nach Verfügbarkeit: Heidelbeeren,
Himbeeren, Brombeeren, Erdbeeren
oder Stachelbeeren)

1 Bund Minze

400 g Joghurt

mind. 3,5 % Fettanteil

Abrieb und Saft einer Limette

4 EL Holunderblütensirup

4 EL deutscher Blütenhonig

Zur Dekoration:

250 g Beeren

etwas Minze

Dazu passt:

*Hugo-Prosecco mit
Zitrone und Minze*



4 Pers.



30 Min.



Schwierigkeitsgrad

Schauen Sie das
passende Zubereitungs-
video auf YouTube an!

www.youtube.de/GlobusGermany



Zubereitung:

Wasser mit dem Salz aufkochen und den Couscous in das kochende Wasser geben. Die Herdplatte ausschalten und 10 Minuten quellen lassen, danach in eine größere Schüssel geben.

Olivenöl, Honig und Holunderblütensirup erwärmen und mit dem Couscous verrühren.

Beeren und Minze waschen, die Beeren ggf. kleiner schneiden und die Minzblätter von den Stielen zupfen. Einige Blätter zur Dekoration aufheben, die restlichen fein schneiden und mit den Beeren unter das Couscous mischen. Das Couscous mit den Beeren für mehrere Stunden ziehen lassen.

Den Joghurt mit Saft und Abrieb der Limette, Holunderblütensirup und Honig glattrühren.

Dessertgläser mit dem Beeren-Couscous zur Hälfte befüllen, den Joghurt darauf geben und mit Beeren und Minze dekorieren.

