

DINNERLY



Salade van parelcouscous en venkel met cashewnoten en dragondressing



ca. 25min



2 personen

Parelcouscous wordt ook wel Israëliëse couscous, Jeruzalem couscous of pttimis genoemd en is de grote broer van de "normale" couscous. Het smaakt zacht en vol als kleine pastaballetjes en ziet er op je bord prachtig uit. We serveren deze parels vandaag als een salade met frisse venkel en radijsjes, afgemaakt met lekkere dragondressing.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g parelcouscous ¹
- 100g cashewnoten ¹⁵
- 1 citroen
- 20g verse kruidenmix: dragon & platte peterselie
- 1 venkel
- 1 bosje radijsjes

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- kleine koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- staafmixer met beker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 790kcal, vet 35.4g, koolhydraten 97.4g, eiwit 22.6g



1. Perlencouscous kochen

In een kleinen Topf 400ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Perlencouscous** in das kochende Wasser rühren und abgedeckt bei mittlerer Hitze 8–10Min. sanft köcheln lassen, bis das Wasser aufgesaugt und der **Perlencouscous** gar ist.



2. Dressing zubereiten

Die **Cashewkerne** in einer kleinen Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze in 2–3Min. leicht goldbraun anrösten. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Estragon** mit dem **Zitronensaft**, **2/3 der Cashewkerne**, 2–3EL Olivenöl, 1EL Essig, 3–5EL Wasser und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß zu einem feinen **Dressing** pürieren.



3. Gemüse schneiden

Den **Fenchel** vierteln, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die **Radieschen** in dünne Scheiben schneiden.



4. Petersilie schneiden

Den **Fenchel** und die **Radieschen** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Petersilie** grob schneiden, die **restlichen Cashewkerne** grob hacken.



5. Fertigstellen & servieren

Den **Perlencouscous** mit der **Petersilie** und dem **Zitronenabrieb** verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann unter das **Gemüse** mit dem **Dressing** heben. Den **Perlencouscous-Fenchel-Salat** mit den **gehackten Cashewkernen** bestreuen und servieren.



6. Inspiration gefällig?

Wie wir bereits erwähnt haben, ist Perlencouscous unserer besten Freundin, der Pasta, geschmacklich recht ähnlich. Das gibt uns Grund zur Annahme, dass dieser Salat auch mit Pasta statt Perlencouscous super schmecken würde. Fenchel und Radieschen passen schließlich zu fast allem. Wer demnächst Lust auf eine Freestyle-Version dieses Gerichts hat, kann es ja testen!